

楽しい講座が盛りだくさん!! 市内の方はもちろん、市外の方も大歓迎です!



令和7年度
第2期
(7月~9月)

尾張旭市
イメージキャラクター
「あさひ」

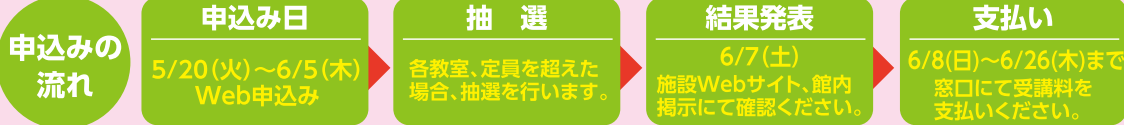
尾張旭市新池交流館・ふらっと

ふらっと講座案内

裏にも講座案内が
載っています!!

*申込みはインターネット
のみとなります。
窓口・電話・
往復はがき
での申込みは
できません。

WEB 申し込み 案内



★教室・講座申込みには受講者登録が必要です

教室・講座登録～講座申込の流れ

受講者登録
新池交流館ふらっとの受付窓口にて用紙の記入し
手続きをしてください
※受講者登録証を発行する際、免許証やマイナンバーカード等
による本人確認が必要になります

受講者カード発行
個々にIDを発行
いたします

講座申し込み
登録後、施設Webサイトから教室・
講座申込フォームに必要事項を入力
を行ってください

- ・申込みは6月5日(木)までです。期間外は無効となります
- ・定員を超える申込みがあった場合は抽選となります
- ・尾張旭市外の方でも申込みできます
- ※抽選になった場合は、尾張旭市在住の方を優先します
- ・抽選結果は施設Webサイト、館内掲示物にてご確認ください
- ・抽選結果に関して個別での連絡は行いません
- ・当選枠の譲渡は家族内でもできません
- ・定員に満たない教室は市外の方も含め、抽選結果発表後、
随時申込みいただけます
- ・途中参加の場合、参加料は残りの回数分となります
- ・各教室の申込み人数が少ない場合は教室開催を中止する
場合があります
- ・施設Webサイトで申込みができない方は、施設のパソコンで
申込みいただけます
- ・入力内容が正しくない場合は、申込みが無効となる場合があります

健康ヨガ+顔ヨガ

ヨガのポーズで身体の調整をします。
顔ヨガもプラスして、全身、健康でキレイになりましょう!!

- 実施日時/火曜日(全10回)
10:00~11:15
- 定員/40名
- 受講料/8,700円/3ヶ月(全10回)
- 講師/聡子
(ヨガインストラクター)

見学OK



綺麗になるYoga 女性限定

一日の疲れを癒し、デトックス効果をもたらすキレイにな
るYoga。シェイプアップ効果の高いポーズで身体を美しく
引き締めます。

- 実施日時/水曜日(全10回)
19:30~21:00
- 定員/40名
- 受講料/9,700円/3ヶ月(全10回)
- 講師/ゆうこ(ヨガインストラクター)

見学OK



バランスボールエクササイズ

膝や腰に負担の少ないバランスボールを使って音楽に合
わせて楽しく有酸素運動をします。いつまでもやりたい事
ができるための体力をつけながらプチ不調の改善、自律
神経を整えるのにも効果的です。

- 実施日時/7月19日(土)、8月2日(土)、9月13日(土)
9:30~10:30
- 定員/20名(高校生以上)
- 受講料/900円/各月(ボールのレンタル300円)
- 講師/馬渡 あゆみ(一般社団法人体力メンテナンス協会認定)



ボディメイクエクササイズ

背骨や骨盤を中心とした「コア(芯)」を意識しながら、身体
の奥にある筋肉や関節、骨等を呼吸に合わせて動かす体
幹トレーニングです。筋肉を鍛え、整え、癒していきます。

- 実施日時/木曜日(全10回)
10:00~11:30
- 定員/40名
- 受講料/9,700円/3ヶ月(全10回)
- 講師/加藤 千佳
(フィットネスインストラクター)

見学OK



心と身体を整えるヨガ

身体の内側へ意識を向け、ゆったりとした時間の中で、心
と身体を緩め、自律神経を整えていきましょう。初心者、
シニア大歓迎!!

- 実施日時/木曜日(全10回)
13:30~14:45
- 定員/40名
- 受講料/8,700円/3ヶ月(全10回)
- 講師/かなん
(ヨガインストラクター)

見学OK



アンチエイジング エクササイズ

脂肪燃焼効果の高い有酸素運動や体幹トレーニングを
取り入れながら、太りにくい健康な体型を作ります。肩こ
り、腰痛予防、産後の崩れた体型改善にも効果的です。

- 実施日時/月曜日(全10回)
9:30~10:30
- 定員/40名
- 受講料/7,800円
3ヶ月(全10回)
- 講師/加藤 千佳(アンチエイジングプランナー)



魅惑のベリーダンス

骨盤を動かす動作でインナーマッスルが鍛えられ、シェ
イプアップに効果的です。また、美容
や健康にも良いダンスです。

- 実施日時/月曜日(全10回)
20:15~21:30
- 定員/30名
- 受講料/8,700円/3ヶ月(全10回)
- 講師/岡村 幸子
(ヘルシースタジオ講師)

見学OK



卓球

基本的な技術やルールを学びます。全身運動で身体も心
もリフレッシュ! 初心者から経験者までどなたでもお気
軽にご参加下さい。

- 実施日時/A=水曜日(全10回) 13:15~14:15
B=火曜日(全10回) 14:30~15:30
- 定員/各24名
- 受講料/各7,800円/3ヶ月(全10回)
- 講師/日本卓球協会
公認卓球コーチ2名

見学OK



健康太極拳

ゆったりとした呼吸と、ゆっくりしなやかな動きで心身と
ともにリラックスする健康太極拳です。

- 実施日時/A=水曜日(全10回)
13:00~14:30
B=金曜日(全10回)
13:00~14:30
- 定員/A=30名、B=40名
- 受講料/各9,700円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=藤田 久子 B=加藤 由美

見学OK



楽しいフラダンス

ダイエット効果もあるフラダンスの動きを使って運動不
足解消をしながら楽しい音楽で癒さ
れましょう! 筋肉もしっかり使います。

- 実施日時/月曜日(全10回)
13:45~14:45
- 定員/20名
- 受講料/7,800円/3ヶ月(全10回)
- 講師/福岡 和美
(レイリコカブアマナ講師)

見学OK



★ジュニアHIPHOP

HIPHOPのテイストを取り入れて楽しくダンスを行います。

- 実施日時/A=水曜日(全10回)
17:40~18:30
B=木曜日(全10回)
17:40~18:30
- 定員/各25名(小中学生)
- 受講料/各7,500円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=Hiro-p
B=AYANE

見学OK



遊びッ트니스®(体感型運脳教室)

やる気スイッチと言われる脳内神経伝達物質のドーパミンは”楽
しい、嬉しい、爽快!”の体験が大切。それをプログラム化した『遊
びッ트니스®』で体力向上は元より集中力、自立心も養います。

- 実施日時/7月 休講、8月23日(土)、9月27日(土)
9:30~10:30
- 定員/30名(小学生)
- 受講料/1,100円/各月
- 講師/長谷川 弘道
(フィットネストレーナー)



★はじめてのチアヒップホップ

ボンボンを使ったチアのダンスを行います。

- 実施日時/A=月曜日(全10回)
16:30~17:20
B=火曜日(全10回)
16:30~17:20
- 定員/各20名(年中~小学1年生)
- 受講料/7,500円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=AIKA
B=AIRI

見学OK



★Enjoy!キッズダンス

人気アーティストの曲に合わせてダンスを行います。

- 実施日時/A=月曜日(全10回)
17:30~18:20
B=火曜日(全10回)
17:30~18:20
- 定員/各30名(小学2年~6年生)
- 受講料/7,500円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=AIKA
B=AIRI

見学OK



★すこやかキッズバランスボール

音楽に合わせてボンボン弾んだり、バランスボールを使ったゲ
ームで楽しく体を動かします。弾むことで姿勢改善、体幹やバ
ランス感覚の強化、体力の向上が期待できます。

- 実施日時/木曜日(全10回)
16:30~17:20
- 定員/15名(年中~小学3年)
- 受講料/8,000円/3ヶ月(全10回)
(ボールレンタル500円含む)
- 講師/Ayumi(一般社団法人体力メンテナンス協会認定)

見学OK



はぐみんやびよかの
カードご提示で
10%割引
※親子あるいは子どもの講座・教室
(★マーク有) 限定です。

あさひ健康
マイスター
チャレンジ対象事業
当館の全ての講座は、
あさひ健康マイスター
チャレンジ事業の対象です。

ご当地アイス
販売
始めました!

あさひグッズの
販売しています♪

図書館の
お取り次ぎ
サービス
実施中

無料WiFi
サービスを実施中

尾張旭市営バス
あさひ一号の
便利でお得な
回数券
を販売

「毎月第1水曜日が休館日」「窓口業務を21時まで」とさせていただきます

第9回 ふらっと音楽祭 開催!!

8月31日(日) 13:00~17:10

詳細は近日公開

会場／ふらっと1階 多目的ホール
出演／JOB、ピッキーズ、チェリー&ピーチ、カプリトーン、
ジャズアミーゴ、ちはらゆき&Friend、
中川ワールド、リボンジャズオーケストラ(順不同)



夏休みこども環境学習講座

生き物博士になろう!	実施日	実施時間	定員	受講料	教材費	対象	申込日(WEB)
カブトムシ編	7月28日(月)	10:00～11:30	10名	900円	1,000円	小学生	5月20日(火)～
クワガタムシ編	8月 1日(金)	10:00～11:30	15名				6月20日(金)～
外来生物編	8月 1日(金)	13:00～14:30	15名				6月20日(金)～
海の生物編	8月 5日(火)	10:00～11:30	15名				6月20日(金)～
自然体験教室	実施日	実施時間	定員	受講料	教材費	対象	申込日(WEB)
昆虫標本づくり編	7月28日(月)	13:00～14:30	10名	900円	500円	小学生	5月20日(火)～
ミニビオトープ	8月 5日(火)	13:00～14:30	15名		1,000円		小学1年～大人
淡水アクアリウム教室	8月25日(月)	10:00～11:30	10名			6月20日(金)～	

単発 夏休み親子で作ろう! パン教室

みんな大好き!「ウインナーパン」と暑い夏にぴったり「ヨーグルトムースと爽やかゼリー」を作ります

- 実施日時／第1弾 7月26日(土) 10:00~13:00
第2弾 8月2日(土) 10:00~13:00
- 定員／各6組(年少~小学生)
- 受講料／親子1組各1,600円
- 教材費／2,300円
- 講師／廣田 美幸

お申込み
5月20日(火)~
6月20日(金)~
WEBにて



※保護者様のお名前でお申し込みください

はじめてでもかんたん! 手ごねパン

北海道の小麦を使用しています。焼き立てパンの香りに包まれて楽しいひと時を過ごしませんか?

- 実施日時／木曜日(月2回) 10:00~13:00
- 定員／16名
- 受講料／2,100円(各月2回分)
- 教材費／3,000円(各月2回分)
- 講師／廣田 美幸



	1回目	2回目
7月	シュガーバターパン	ウインナーランチ
8月	休講	
9月	チーズブレッド	ベーコンエピ

単発 パティシエに習う フルーツタルト

ケーキショップ「ヴァイスパーレン」の女性パティシエが作る本格的なお菓子の基礎が学べます

- 実施日時／7月29日(火) 11:00~13:00
- 定員／24名
- 受講料／2,100円
- 教材費／3,500円(箱代を含む)
- 講師／岩本 みゆき(ヴァイスパーレン)



単発 はじめてでもきれいに着られる浴衣着付け

はじめての方でも着られるよう、浴衣着付けの補正から行います。きれいに着るコツ、半巾帯の結び方、コーディネートなどをお伝えします。そのまま浴衣でもお帰りのいただけます。

- 実施日時／7月6日(日) 10:00~12:00
- 定員／10名
- 受講料／1,200円
- 持ち物／浴衣、半巾帯、浴衣下、腰紐、伊達締め等(詳しくはお尋ねください)
- 講師／シンコースポーツ(株) 職員スタッフ

お申込み
5月20日(火)~
6月20日(金)~
WEBにて

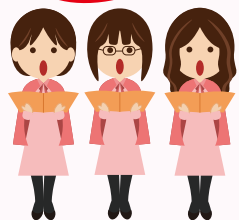


懐かしい歌でリフレッシュ 女性限定

生演奏で童謡、唱歌、ラジオ歌謡、みんなのうたなどを歌います。思い出の『詩』と『メロディー』にいざなわれてタイムトラベルを楽しみませんか?

- 実施日時／木曜日(月3回) 10:00~11:30
- 定員／30名/各月(全3回)
- 受講料／3,300円/各月(全3回)
- 教材費／1,100円(初回のみ)
- 講師／愛染 裕子、熊沢 真由美

見学OK



楽しい大正琴

見学OK

初めての方大歓迎です。大正琴のやさしい音色で懐かしい曲を弾きます。(琴城流 初級講座)

- 実施日時／月曜日(月3回) 13:00~15:00
- 定員／20名
- 受講料／3,300円/各月(全3回)
- 教材費／2,090円(初回のみ)
- 講師／鈴木 琴志乃都(琴城流 大正琴師範)



(琴の貸出も行っています)

単発 ♡♡親子でハンドメイド♡♡ 押し花スタンドフォトフレーム

家族、ペット、風景、お好きな写真を小さな押し花でデコレーションします。お子様は「押し花とキラキラビーズの万華鏡」夏休みの課題にぴったりです。

- 実施日時／8月8日(金) 10:00~12:00
- 定員／8組(小学生)大人だけの参加も可
- 受講料／1,200円
- 教材費／1,300円(大人のみ600円)
- 講師／近藤 陽子

お申込み
6月20日(金)~
WEBにて



単発 はじめてのスマートフォン (防災/詐欺防止編)

今...いざという時に必要な災害への備え知っていますか? 自分の避難「経路」備えていますか? 災害時の連絡・情報取得手段そんな?? スマホを活用し防災対策が学べます

- 実施日時／8月29日(金) 10:00~12:00
- 定員／20名(最少催行人数10名)
- 受講料／800円
- 講師／スマホアドバイザー



お申込み
6月20日(金)~
WEBにて

ちびっこ食育教室

親子で季節にちなんだ楽しいメニューを作りながら、食べ物への興味を深めます。楽しさと学びが一体となった食育教室です。

- 実施日時／7月13日(日)、8月24日(日)、9月21日(日) 10:00~12:00
- 定員／12組(年少~7歳)
- 受講料／1,300円(各月)
- 教材費／1,500円(各月) 1人追加毎に600円
- 講師／広瀬歩美(管理栄養士、保育士) 奥村裕紀子(管理栄養士、調理師)



開催日	メニュー
7月13日(日)	こねて丸めてつぶしてみよう!! ・夏野菜とツナのぶっかけそうめん ・かぼちゃと枝豆のフワフワボール ・手作り白玉入りフルーツポンチ
8月24日(日)	野菜を刻もう! すりおろそう! ・カラフルキーマカレー ・ブロッコリーの胡麻和え ・にんじんクッキー
9月21日(日)	ポリ袋クッキングで防災食を学ぼう! ・ソーセージの蒸しパン ・オムレツ ・切り干し大根の和え物

令和7年度 ふらっとロビーコンサート

時間／11:00~11:30
会場／1階エントランスホール

お気軽に
お越しください!



観覧無料 ※日程は変更になる場合がございます。予めご了承ください。

日程	出演者	ジャンル
5月18日(日)	風呂本 佳苗	クラシック
6月15日(日)	catta de terra	クラシック
7月20日(日)	彦坂美鈴・横谷真由	ピアノ
8月17日(日)	ピアノデュオmina mare	クラシック
9月21日(日)	フィオーレ弦楽合奏団	クラシック
10月19日(日)	Fluffy	軽音楽

ふらっと
ボランティアからの
お知らせ&募集

ふらっと(新池交流館)に集い、こんな活動をしています
●ふらっと周辺の清掃/毎週水曜日
●図書コーナーの整備・清掃/月1回(第2金曜日)
●ロビーコンサートの準備・片付け/月1回(第3日曜日)
●イベントの準備・片付け/年2~3回

尾張旭市新池交流館

ふらっと

《お問い合わせ》

☎0561-52-8852

所在地 愛知県尾張旭市南栄町旭ヶ丘173番地
開館時間 午前9時から午後10時まで

ホームページ



特別休館日のご案内

- 6月4日(水) ●8月6日(水)
- 7月2日(水) ●9月3日(水)

※終日休館になります。また、上記休館日は受付業務を行いませんので、ご理解ご協力よろしくお願い致します。



- 【教室での注意事項】
- 注1)教室開始月の2か月前の20日から1か月前の5日までに申し込みができます。インターネットでの申し込みとなります。定員を超える申し込みがあった場合は、抽選となり7日以降に施設WEBサイト及び館内掲示にてお知らせします。尚、抽選は市内在住の方が優先となります。
 - 注2)お申し込みの詳細につきましては、講座案内の「WEB申し込み案内」をご覧ください。
 - 注3)各講座の持ち物は、館内に備え付けている各講座の教室案内をご覧ください。
 - 注4)初回開講日の5日前までに窓口でキャンセルされる場合、受講料・教材費を返金致しますが、キャンセルに関わる事務手数料を申し受けます。
 - 注5)各講座には最低催行人数がございます。満たない場合は中止とさせていただきますのでご了承ください。
 - 注6)駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関をご利用ください。
 - 注7)撮影した教室風景を当館ブログやチラシに掲載することがあります。撮影に支障がある方は事前にお申し出ください。

【個人情報】○お客様の個人情報は、講座に関する連絡や当館からのお知らせに使わせていただきます。ご本人の同意なしに第三者に開示、提供したりすることはありません。

ホームページ

<https://www.shinike-flat.com/> 尾張旭市新池交流館ふらっと 指定管理者 コニックス・シンコースポーツ共同事業体