

**新入社員・若手社員のための  
接遇セミナー**

●新入社員、入社後3年以内の方  
 4月2日(火)午前10時～午後4時  
 〇下関商工会館 〇社会人としての基本的な心構えや接客マナー  
 〇70人(先着順) 〇7000円  
 〇3月19日(火)までに、所定の申込用紙に書いて、郵送かファクスで下関商工会議所(〒750-8513 市内南部町21番19号 〇222-3333 〇222-4094)へ。※申込用紙は申込先で配布。商工会議所ホームページからもダウンロード可  
 〇商工振興課(〇231-1220)

**ヘルシーランド下関の教室**

●3月15日(金)(必着)までに、窓口へ直接(返信用はがき代が必要)か、往復はがきに④(7ページ)と性別を書いて、ヘルシーランド下関(〒751-0887 市内大字井田・大字小野)へ。※子ども対象の教室は、子どもの氏名、年齢(学年・生年月日)、保護者氏名、希望曜日(時間)を記入。水中リハビリウォーキングは障害の内容を記入 ※申込枚数は1人(組)1教室1枚のみ  
 〇ヘルシーランド下関 (〇256-6926)

**中国語講座**

●4月4日～9月26日の第1～4木曜日(第5週除く)午後6時30分

〇8時30分 〇勤労福祉会館内  
 〇初級Ⅱ入門者、発音から基礎を学ぶ 〇中級Ⅱ基礎を終えた方対象 〇上級Ⅱ中国語のみでの講座  
 〇各20人(先着順) 〇月額3500円 〇3月1日～20日に④(7ページ)と希望クラスを郵送か、電話、ファクスで下関市日中友好協会(〒750-0067 市内大和町一丁目4番8号 下関水産会館2階 〇246-1431 〇245-2148)へ。  
 〇国際課(〇231-9653)

**森の学校**

●防災・サバイバルと森のようちえんの二つのワークショップです。  
 〇小学生以上の方、期間中の森のようちえんに参加したい園児 ※指導者や一般の方も可 〇3月30日午前10時～31日午後3時30分(1日のみ可) 〇60人(先着順) 〇一般1500円(1日)、学生1200円(1日)、園児1500円(2日間) ※宿泊は別途必要 〇

**中央図書館の講座**

●3月15日(金)までに、電話かファクス、Eメールで、④(7ページ)と生年月日を、森の家下関(〒750-8555 kankyo.com)へ。  
 〇所蔵の家下関(〇259-8555)  
 〇初心者向けパソコン講座 〇3月19・26日 午後2時～3時30分 〇ドリウムシップパソコンルーム 〇1回目Ⅱ図書館の蔵書検索・予約・延長の方法 〇2回  
 〇電子書籍の見方 〇図書館職員 〇20人(先着順) 〇窓口か電話で、中央図書館へ。  
 〇水墨画を描いてみませんか 〇小・中・高校生(小学生は保護者同伴) 〇3月26日(火)午後2時～3時30分 〇中央図書館多目的室 〇上村望月氏(彩墨画協会会長) 〇15人(先着順) 〇3月16日(土)までに、窓口か電話で、中央図書館へ。  
 〇中央図書館(〇231-1226)

**ヘルシーランド下関の教室**

講座名	期間・時間	対象	定員(抽選)	受講料
親子でエアロビ(月曜日)	4/15～7/1 10:30～11:30	2～4歳児と保護者(幼児1人に保護者1人)	15組	5,800円
フット&ボディ コンディショニング(月曜日)	4/15～7/1 13:30～14:30	18歳以上	15人	2,700円
骨盤エクササイズ(火曜日)	4/16～9/3 13:30～14:30		18人	9,300円
シェイプアップ ボクササイズ(木曜日)	4/18～6/20 11:00～12:00		15人	5,500円
ピラティス①(木曜日)	4月～平成26年3月 12:45～13:45		15人	22,000円
ピラティス②(木曜日)	4/18～6/20 14:00～15:00		15人	5,500円
キッズダンス(木曜日)	4/18～7/25 15:30～16:30	新年中・年長児	20人	6,300円
トータルバランス エクササイズ(金曜日)	4/19～6/14 13:30～14:30	18歳以上	15人	4,500円
小学生のHIP-HOP① (土曜日)	4月～平成26年3月 10:10～11:10	新1年生～6年生	15人	22,000円
小学生のHIP-HOP② (土曜日)	4/6～9/7 11:20～12:20		15人	11,000円
体操教室・幼児クラス (土曜日)	4月～平成26年3月 (月2回) 14:00～15:00	新年中・年長児	28人	10,900円
体操教室・小学生クラス (土曜日)	4月～平成26年3月 (月2回) 15:15～16:15	新1年生～6年生	28人	10,900円
リトミック(火曜日) いちごぐみ	4/9～6/21 10:15～11:00	平成23年度生まれの 幼児と保護者 (幼児1人に保護者1人)	15組	5,800円
リトミック(金曜日) いちごぐみ			15組	
リトミック(火曜日) りんごぐみ	4/9～6/21 11:15～12:00	平成22年度生まれの 幼児と保護者 (幼児1人に保護者1人)	15組	6,100円 ※3歳児は別途 プール使用 料が必要
リトミック(金曜日) りんごぐみ			15組	
親子ベビー水泳(月曜日)	4/15～7/1 11:15～12:00	生後6カ月～3歳までの 乳幼児と保護者 (乳幼児1人に保護者1人)	25組	4,400円
親子ベビー水泳(木曜日)	4/18～6/20 11:15～12:00		25組	
水中ウォーキング(月曜日)	4/15～7/1 13:30～14:30	18歳以上	20人	5,900円
幼児水泳(月曜日)	4/15～7/1 15:30～16:30	4歳～未就学児	18人	4,400円
幼児水泳(木曜日)	4/18～6/20 15:30～16:30		12人	
幼児水泳(金曜日)	4/19～6/28 15:30～16:30		18人	
初心者水泳(木曜日)	4/18～6/20 13:30～14:30	18歳以上	15人	6,400円
アクアビクス(金曜日)	4/19～6/28 11:15～12:15	18歳以上	20人	5,900円
水中リハビリ ウォーキング(金曜日)	4/19～6/28 13:30～14:30	18歳以上で 医師の運動許可がある方	10人	6,800円
小学生のクロール①(土曜日)	4/6～6/15 ①10:15～11:15 ②11:30～12:30 ③12:45～13:45	新1年生～6年生	15人	4,300円
小学生のクロール②(土曜日)			15人	
小学生のクロール③(土曜日)			15人	
夜間水中ダイエット(火曜日)	4/2～7/16 19:10～20:10	18歳以上	40人	7,400円