

白石東地区センターだより

2026 年 9 月号

白石東地区センター運営委員会

白石区本通 16 丁目南 4-27

電話: 011-866-3000



<http://shiro-east.org>

夏の暑さも落ち着いて、少しずつ日が短くなってきましたね。いよいよ実りの秋がやってきます。旬の果物をおいしく食べて、夏に疲れた身体を元気にしたいですね。

ピックルボール始めよう！

全米ではテニスを上回るほどの人気があると言われていますが、日本での知名度はまだまだなピックルボール。白石東地区センターで始めてみませんか？

5 月に開催した体験会に引き続き、今回はもう一步踏み込んで、未経験者・初心者向けの講座です。

◇ 開催日：9 月 26 日・10 月 3 日（土）全 2 回 各日とも 13：00～15：00

◇ 会 場：白石東地区センター1 階 ホール

◇ 定 員：8 人（中学生以上の未経験者・初心者のみ）

◇ 受講料：1,000 円

◇ 持ち物：室内用運動靴・動きやすい服装・汗拭き用のタオル
水分補給用の飲み物

◆ 申込み：9 月 11 日（金）から 9 月 25 日（金）まで

電話または窓口で受付（9～21 時 土日祝も受付できます）

*受講料は申し込み後、当日までにセンター窓口で納入してくださいね



社交ダンス 難しくないよ♪

「社交ダンス」って難しそうと思いませんか？実は音楽に合わせて身体を動かすのってとっても楽しいものですよ♪

この講座は、以前社交ダンスを楽しんだ経験のある方も、今まで社交ダンスとは無縁だった方も、**「社交ダンス」という言葉に興味を持った方、全員集合**です！！

◇ 開催日：11 月 5 日・11 月 12 日（木）全 2 回

各日とも 10：00～11：30

◇ 会 場：白石東地区センター1 階 ホール

◇ 定 員：10 人

◇ 対 象：15 歳以上の方

◇ 受講料：1,000 円

◇ 持ち物：動きやすい服装・動きやすい上靴・水分補給用の飲み物・汗拭き用タオル

◆ 申込み：10 月 13 日（火）から 10 月 27 日（火）まで

電話または窓口で受付（9～21 時 土日祝も受付できます）

*受講料は申し込み後、当日までにセンター窓口で納入してくださいね

