

勤労女性センターだより

2026年8月号

令和8年 8月 1日発行

勤労女性センターは、日常生活の余暇を有意義に過ごしていただくための施設です。各種講座や研修、趣味や生涯学習などのサークル活動に利用できます。

8月

厳しい暑さが続いておりますが、お盆や花火大会など、何かと家族や親戚と集まったりで忙しくされていませんか？

暑さで疲れが出やすい頃ですので、十分に水分補給し休息を心がけましょう！

今月号も前月号に引き続き、残りの3講座の様子を紹介します。皆さん真剣かつ楽しそうに受講されていました。習ったことを家でも実行されると幸いです！秋季生活講座も広報おたる9月号に掲載しますのでご応募お待ちしております。

令和8年度 春季生活講座無事終了しました！



姿勢美人☆エクササイズ

講師：天坂亜紀子氏

応募人数が多いため、定員も40人に増やし、初めて大ホールで行いました！



受講生の声

会場が広く明るく快適で、初参加でしたが、とても楽しくできました。



スマートフォン教室 (初級)

講師：(株)エムデジ

初めてのスマートフォンの方も真剣に講師の指導を受けていました！



受講生の声

わかりやすいテキストなので、家でも復習ができました。！

簡単でおいしいパンとお菓子づくり

講師：表 孝子氏



受講生の声

アットホームな講座でとても楽しかったです。秋の講座も是非参加したいです。

皆で作った焼き立てのパンを、すぐ食べられて、とても美味しいです！



【あんぱん・くるみまんじゅう】



【レーズンブレッド】
【レアチーズケーキ】

スマホ や パソコンから
予約状況を確認できます！ 3か月分

閲覧方法

■ スマホまたはPCで検索

小樽市勤労女性センター

または…

■ QRコードをスマホで読み込む



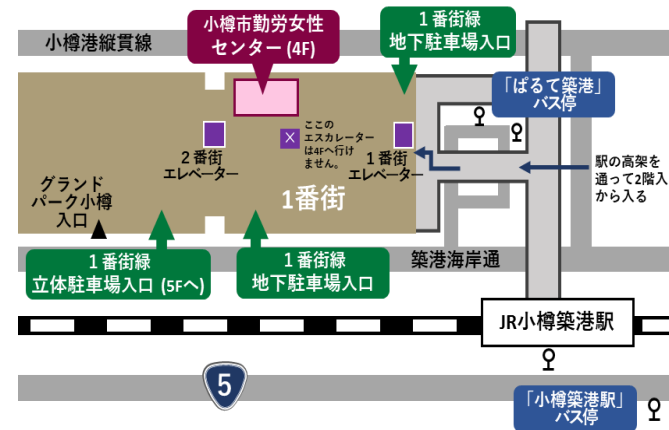
HPのコンテンツ
「予約状況」
から見れます！



空いている日が
すぐわかって
便利！



ウイングベイ小樽 1番街 (4F)



小樽市勤労女性センター

〒047-0008 小樽市築港11番1号
ウイングベイ小樽1番街4階
TEL・FAX 0134-22-6081
E-mail jousei-center@city.otaru.lg.jp

令和8年8月サークルカレンダー



月					土
3					1
10:00 太極拳 					9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス
4					8
12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ					12:30 コーラス 12:30 車いすダンス
5					15
9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ					13:30 ストレッチ&ダンス
6					14
9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ					18:00 ダンス
7					22
10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス					12:30 コーラス 12:30 車いすダンス
10					29
					9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス
11					28
休館日 					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
12					27
18:00 ダンス					9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ
13					26
9:00 そば打ち 12:30 そば打ち					9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 10:00 こぎん刺し 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ
14					25
18:00 ダンス					10:00 3B体操 12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ
17					24
13:00 気功体操					10:00 太極拳 12:30 ヨガ 13:00 太極拳 18:30 ピラティス・ヨガ
18					23
10:00 3B体操 12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ					9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ
19					22
9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 10:00 こぎん刺し 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ					10:00 太極拳 12:30 ヨガ 13:00 太極拳 18:30 ピラティス・ヨガ
20					21
9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
21					20
10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 13:00 気功体操 18:00 ダンス					9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ
22					19
12:30 コーラス 12:30 車いすダンス					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
23					18
9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 10:00 こぎん刺し 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ					9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス
24					17
10:00 太極拳 12:30 ヨガ 13:00 太極拳 18:30 ピラティス・ヨガ					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
25					16
10:00 3B体操 12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ					9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ
26					15
9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 10:00 こぎん刺し 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
27					14
9:00 そば打ち 9:30 フォークダンス 12:30 そば打ち 12:30 ヨガ 15:00 二胡 17:30 ヨガ					9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス
28					13
10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 13:00 気功体操 18:00 ダンス					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
29					12
9:00 ラウンドダンス 9:30 太極拳 10:00 こぎん刺し 12:30 茶道 12:30 コーラス 13:30 コアトレーニング 13:30 ヨガ					9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス
30					11
10:00 3B体操 12:30 ヨガ 18:30 ピラティス・ヨガ					10:00 オカリナ(初級・中級) 10:00 コアトレーニング 13:00 太極拳 18:00 ダンス
31					10
10:00 太極拳 					9:30 フォークダンス 12:30 コーラス 13:30 ストレッチ&ダンス



「私たちがサークル活動をしたいけど、センターはどんな部屋があるのか見てみたい!」と思いませんか?
見学可能ですのでご連絡ください。

休館やキャンセル等により、記載内容に変更が生じる場合があります。
気になるサークルがありましたら、お気軽に窓口へお問い合わせください。