



介護予防事業のご案内

受付開始日：3月11日（火）13:00～①お電話②直接受付

～3年後の健康が気になり不安を感じるなら～

「アクティブ健康教室」参加者募集!!

- ・参加資格： 65歳以上の方、楽しく運動したい方
- ・期 間： 4月～6月の期間で12回実施
- ・時 間： 11:00～12:00（60分）
- ・費 用： 7,920円
- ◇・2回目と3回目は10:30～12:00（90分）
- ◇・3クラスあり①水よう ②木よう ③金よう
- ◇・定員は①②③各12名



～物忘れが気になる、今の健康状態が気になるかた～

「コグニサイズ教室」参加者募集!!

- ・参加資格： 60歳以上の方、認知症を予防したい方
- ・期 間： 4月～9月の期間で20回実施
- ・時 間： 13:00～14:15
- ・費 用： 13,200円 / 月払OK
- ◇・認知機能テストあり
- ◇・2クラスあり①木よう②金よう
- ◇・定員は①②各15名



【2025年4～6月】有料教室

受付開始日：3月11日（火）13:00～①お電話②直接受付

曜日	No	教室名	時間 ※60分	定員	回数	料金 ※税込
火	①	ボクサでシェイプ	10:00～	25	10	7,200円
	②	ヨガとあお竹とストレッチ	13:30～	15	11	7,920円
	③	夜ピラティス	19:30～	24	10	7,200円
水	④	ZUMBA	9:30～	25	12	8,640円
	⑤	ZUMBA	11:00～	25	12	8,640円
	⑥	昼ピラティス	13:00～	24	11	7,920円
木	⑦	モーニングピラティス	9:30～	24	10	7,200円
	⑧	ステップエアロ	11:00～	22	10	7,200円
	⑨	ボディワークヨガ	15:00～	15	12	8,640円
金	⑩	やさしいZUMBAゴールド	15:15～	25	12	8,640円
	⑪	ビートファイト	19:30～	25	12	8,640円
土	⑫	ボディメイキング	13:30～	15	10	9,900円
	⑬	パワーヨガ	19:45～	24	12	8,640円

お申込みについて

- ★申 込：3月11日(火)13:00～3月27日(木)
- ★対 象：18歳以上
- ★受 付：代理申込不可※ご本人様分のみ
- ★支 払：総合受付にて、3月27日(木)迄
- ※お支払い期限を27日を過ぎますと単価が変わりますのでご注意ください。
- ※申込み後にキャンセルする際は必ずご連絡をお願い致します

- ★その他：
- ①教室体験は 830円（1回迄）※⑫990円
- ②途中参加も可能です※残りの回数×830円
- ※ボディメイキングは残りの回数×990円
- ③定員制となりますので、体験・途中参加の際は必ず事前にご連絡ください。

～ご協力お願い致します～

有料教室単価引き上げについて

コストの削減に努め、現在の単価を維持して参りましたが従来の料金を維持していくことが厳しい状況となっております。つきましては、誠に不本意では御座いますが講師料の引き上げなど価格転嫁が必要となりましたので現在の単価660円から60円の値上げをさせていただきます。ご理解とご協力の程宜しくお願い致します。

よろしく願います



北野図書館よりお知らせ

☺【おたのしみ抽選会】

2月1日（土）～2月26日（水）の期間、北野図書館内で雑誌の付録等が当たる『おたのしみ抽選会』を行いました。2月28日以降、当選者の利用者番号を館内に掲示します。当選された方は、3月末までに景品をお受け取りください。ご参加いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

☺【3月特設掲示】

- <一般向け> 『卒業』
- 『韓国文学・お隣韓国を知ろう』
- <YA向け> 『REスタート』
- <児童向け> 『もうすぐ入園・入学』
- 『はるのおはなし』
- 『国際女性デー』



ブックン

久留米市北野複合施設（コスモすまいる北野）

TEL 0942-23-4500

■住所／〒830-1113 久留米市北野町中3253

■開館時間／火曜日～土曜日 9:00～21:00、日曜・祝日 10:00～18:00

■休館日／毎週月曜日、12月29日～1月3日

■管理者／株式会社 イトマンスポーツスクール



“4月度 日よう運動教室”のご案内

受付開始日：3月12日（水）13:00～

①ZUMBA

4月13日
15:15～16:15

【講師】 泉



②太極舞

4月20日
10:00～11:00

【講師】 實藤



③エアロボクシング

4月27日
15:15～16:15

【講師】 梯



WEB登録

申込がスマートフォンもしくは、パソコンからも可能です。この機会にぜひ登録ください。



【QRコード】

■定員①②③各25名 ■対象:18歳以上 ■参加費:720円 ※当日参加 830円 ■支払締切:開催日の3日前迄

よろしく願います



3月25日（火）

プール換水清掃の為

“プールはお休みです”

ご迷惑をお掛け致しますがご理解の程宜しくお願いします



“子ども・親子向け事業”のご案内

～九州各地で開校！楽しくダンスをしよう！～

『ハニーズダンスアカデミー』“新規生徒募集中”

福岡ソフトバンクホークスオフィシャルダンス&パフォーマンスチーム「ハニーズ」の現役・OGメンバーが主に講師をつとめるチア&ストリートダンスのアカデミーです。ダンスの楽しさ・礼儀作法・さらには団体活動でのマナーやルールを丁寧に指導します。夢への第一歩を全力でサポートします。



Honeys
Dance Academy

ハニーズ
公式サイト



Honeys
Dance Academy

Instagram



～親子で楽しめるリトミックや体操を行います～

『0さいからの英語教室』“生徒募集中”

えいごでリトミックや体操して体を動かしたり、カード使って遊びます。ママもぜひ、えいごで子育てしてみませんか？月3回のレッスンです

・期 日：3月 4日・11日・25日（火）

・時 間：10:00～11:00

・会 費：3,300円/月

・対 象：6ヶ月～3歳までのお子さま

※ 体験は有料になります。1,100円/1回

前々日（日曜17時まで）までにご予約をお願いします



無料

～お父さん・お母さん応援プロジェクト～

『託児でリフレッシュ！』

・期 日：3月 8日・15日・22日・29日（土）

・時 間：10:00～12:00

・対 象：有料エリアご利用の方（プール・トレーニング室）

※ 利用料は、2時間210円

※ お預かり出来るのは6ヶ月から未就学児までのお子様

※ 前日17時までにご予約をお願いします



“おとな向け事業”のご案内

受付開始日：3月12日（水）13:00～ ①電話②直接受付

親子参加
大歓迎

～大人気！発酵料理教室～

『味噌教室』“参加者募集”



- ・期 日：3月27日（木）
- ・時 間：10:00～13:00
- ・費 用：3,300円（税込）
- ・場 所：コスモすまいる北野 調理実習室
- ・定 員：16名
- ・持 物：エプロン・三角巾・筆記用具
- ※ 親子2名（子供1、大人1）で参加できます
- ※ 上記費用には、材料費と容器代が含まれます
- ※ 先着順になりますので、受付開始日をご確認下さい

講師/加藤



無料

～あなたの能力はどのくらい？～

『操作とバランス』測定会

- ◆操作...手足や用具を精密に操作する能力を測定
- ◆バランス...バランスを保ち姿勢を立て直す能力を測定します

・期 日：3月 25日（火）

・時 間：①11:00～11:45 ②13:00～13:45

・定 員：①②各8名

・場 所：コスモすまいる北野 研修室

・対 象：18歳以上

※ 先着順になりますので、受付開始日をご確認下さい



【操作】



【バランス】

今月の“脳トレ”vo23

問題

画像を見て何の職業なのか答えましょう！

問題①

お
ススス
ヤヤヤ

問題②

3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3
3 3 3

▽2024年3月②▽2024年3月①【2024年3月14日】

○ 先着順のイベントに参加希望の方は早め総合窓口、又はお電話にて申込ください
○ 参加状況等により内容変更・中止になる場合がございます。予めご了承ください

○ 材料代があるものはキャンセル料が発生いたします。詳しくはお問い合わせください
○ 記載の費用は、全て税込みとなります