

春のふらっとde発表会 3月23日(日)開催!お気軽にお越しください!

チラシに記載している内容や日程については、変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

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・住復はがきでの申込みはできません。)

令和7年度
第1期
(4月~6月)

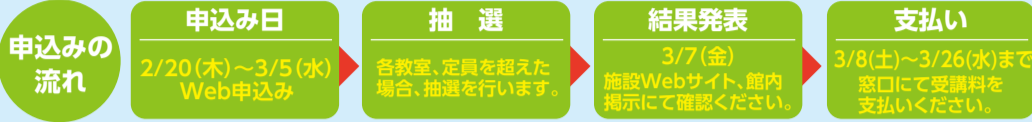
尾張旭市新池交流館・ふらっと

ふらっと講座案内



尾張旭市
イメージキャラクター
「あさひちゃん」

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



- ・申込みは3月5日(水)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すよ!!

- 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 (アドバンスインストラクター)



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ヨガ。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/4月12日(土)、5月10日(土)、6月14日(土) 9:30~10:30
- 定員/20名(高校生以上)
- 受講料/900円/回 (ボールのレンタル300円)
- 講師/馬渡あゆみ (一般社団法人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

日常から離れ、深い呼吸や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。

- 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)



見学OK

パワーアップしました 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。

- 開催日時/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

※講座時間延長に伴い、受講料を変更させていただきました。

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なたでもお気軽にご参加下さい。

- 実施日時/A=火曜日(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

「フラダンスを始めたいなあ。」と興味を持たれた方、是非この機会に始めませんか?穏やかな癒し効果があり、運動神経に関係なく楽しめるダンスです。

- 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 (レイリコブアアマナ講師)



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=AYAKA



見学OK

遊びっとなえ®(体感型運脳教室)

やる気スイッチと言われる脳内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『遊びっとなえ®』で体力、メンタル力、脳力を養います。

- 実施日時/4月26日(土)、5月24日(土)、6月28日(土) 9:30~10:30
- 定員/30名(小1~3年生) ※継続の場合は6年生まで可
- 受講料/1,100円/各月
- 講師/長谷川道弘 (名古屋フィジカルフィットネスセンター代表)



★はじめてのチアヒップホップ

ポンポ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/各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/各7,500円/3ヶ月(全10回)
- 講師/A=AIKA B=AIRI



見学OK

NEW ★すこやかキッズバランスボール

音楽に合わせてポンポン弾んだり、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(一般社団法人人体力メンテナンス協会認定)



見学OK

4月1日(火)より変わります 『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

春のふらっと de 発表会

ふらっとで開講している教室・講座の発表会です♪
どなたでもご覧いただけます。教室の受講を検討している方も是非ご鑑賞ください!

※開演 10:00～(開場9:30～) ※<出演者> ふらっと教室受講生
終演 12:30(予定) ※<場 所> 多目的ホール

3月23日

【お願い】
当日駐車場が混み合うことが予想されます。近隣の方は徒歩または自転車で、遠方の方は乗り合わせてお越しください。ご協力をお願いいたします。

「はじめてのチアヒップホップA・B」教室 「懐かしい歌でリフレッシュ」教室
「Enjoy!キッズダンスA・B」教室 「魅惑のベリーダンス」教室
「ジュニアHIPHOP A・B」教室 「楽しいフラダンス」教室
「楽しい大正琴」教室

入場無料

講師が変わります ちびっこ食育教室

はかる、混ぜる、切るなど様々な技にチャレンジ!季節が感じられる料理を楽しみながら、親子で食育を深めましょう。


●実施日時/4月13日(日)、5月18日(日)、6月29日(日) 10:00～12:00
●定員/12組(年少～7歳)
●受講料/1,300円/組(各月)
●教材費/1,500円/組(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
4月	こいのぼりの手まり寿司、ちぎりサラダ、柏餅風苺クレープ
5月	春野菜のカラフルピザトースト、揚げないミニコロッケ、みかんのミルクゼリー
6月	カエルのおにぎり、カラフル野菜のスープ、2層のクラッシュゼリー

NEW ドローン初心者向け入門講座

独学では難しいドローンの取扱いと正しい練習法を学ぶ実践講座です。ドローンの購入、スクールを選ぶ際の大切なポイントも丁寧に説明します。

●開催日時/4月5日(土)、19日(土)、5月17日(土)、31日(土)、6月7日(土)全5回 10:15～11:45
●定員/6名(16歳以上)
●受講料/12,500円(ドローン等の機材は全て貸し出します)
●講師/小島 雅彦(一等無人航空機操縦士)




楽しい大正琴

初めの方大歓迎です。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/各月(全3回)
●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)

見学OK




懐かしい歌でリフレッシュ

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『詞』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



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/各月(全2回)
●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
4月	白パン	あんパン
5月	セサミパン	ハムオニオンロール
6月	バタートッパ	メロンパン



単発 パティシエに習う こどもの日 親子ケーキ作り

スポンジからデコレーションまで、ケーキ作りの基礎を学びます。

●実施日時/●定員/●受講料/●教材費/●講師

詳しい詳細は HP・受付にて!



令和5年度 ふらっとロビーコンサート

時間/11:00～11:30 お気軽に お越しください!
会場/1階エントランスホール

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
3月16日(日)	大老会	ジャズ
4月20日(日)	Ensemble Grazie	クラシック
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

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2回(第2・第4金曜日)
●ロビーコンサートの準備片付/月1回(第3日曜日)
●イベントの準備片付/年2～3回

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!

あさぴーグッズの販売

販売しています♪

焼き芋販売

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 あさぴー号の便利でお得な回数券を販売

卓球台が有料になります

2025年4月1日(火)利用より 100円/1台 詳しくは受付スタッフまで

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(窓口業務は21時まで)

休館日のご案内
4月2日(水)・5月7日(水)
6月4日(水)・7月2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申し上げます。

【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)初回開講日前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ります。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 シンコーススポーツ中部(株) (4月以降はコニックス・シンコーススポーツ共同事業体となります)

