

## でんスポ 山の学校 パン・お菓子工房



① 12月5日(火) 10時~13時  
12月12日(火) 10時~13時  
14時~16時

### MENU

- ・クリスマスリースパン
- ・アーモンドフロランタン

② 2018年1月9日(火) 10時~13時  
1月16日(火) 10時~13時  
14時~16時

### MENU

- ・ベーコンエッグパン
- ・モンブラン大福とフルーツ大福

その場でお召し上がり お持ち帰りもありません  
【会費】1回 3,000円 【定員】6名(先着順)  
※エプロン・ハンドタオルをご持参下さい。



ネット申込み制

### クリスマス 子供 Cooking

12月23日(土) 10時~12時  
14時~16時

12月24日(日) 10時~12時

### MENU

- ・焼きドーナツ
- ・リースクッキー

【会費】1回 1,500円  
【定員】6名(先着順)  
※エプロン・ハンドタオルをご持参下さい。

## でんスポ 山の学校 樹木のクリニック

電話申込み制

12月3日(日) 10時~12時

### 冬期の樹木管理や寒肥のやり方について

庭木の管理方法、正しい剪定の仕方、弱った樹木の治療方法、病虫害対策などをプロに聞いてみませんか。あなたの庭で困っていること、悩んでいることを解決します。

【講師】樹木医 小西朋裕(ともひろ) 1級造園施工管理技士 【会費】400円(1名様)  
【会場】体育館会議室で開催 【定員】20名(先着順) ※スリッパ(上靴)をご持参ください



## でんスポ 山の学校 竹のクラフト教室 入門講座

電話申込み制

12月3日(日) 13時~16時

竹を使って自然素材独特の味わいある作品作りに挑戦。道具の使い方、手入れの仕方など初歩から指導。初心者向けの作品を作ります。

【講師】岡田 実さん 【会費】500円 【定員】20名(成人) 先着順  
※材料(竹)と道具は用意します。切り出しナイフ、ナタ、竹ノコをお持ちの方はご持参ください。

## ミズノスポーツ塾

11月19日(土)・26日(土) 跳び箱

12月10日(土)・17日(土) 鉄棒

9時30分~10時30分 11時~12時

【会場】体育館スタジオ※要室内用シューズ  
【定員】各15名(先着順) 【対象】年長~小学校5年生  
【会費】各クラス1回あたり1,080円(税込)



ネット申込み制

## ミズノ短期サッカー教室

12月27日(土)・28日(日)

U-6・U-8 9時~10時

U-10・U-12 10時30分~11時30分

【定員】各15名 【会費】1回あたり 1,080円(税込)



## ミズノバドミントンスクール

毎週月・金曜日 10時30分~11時50分

【定員】15名 【対象】一般

【会費】月会費4,320円~



無料体験  
随時受付中

## ミズノ卓球スクール

毎週月・木曜日 9時~10時20分 初級

10時30分~11時50分 中級

【定員】16名 【対象】一般 【会費】月会費4,320円~

無料体験  
随時受付中

## ミズノスポーツスクール

毎週火曜日(休館日除く) 16時~17時 17時~18時

【定員】15名 【対象】年中~小学2年生

【会費】入会金5,400円、年会費3,240円、月会費3,240円

無料体験  
随時受付中

## 第4回 でんスポマラソン完走後は 豚汁無料サービス でんスポマラソン(小学生)&ミズノ走り方教室

ネット申込み制

12月10日(日) 10時~13時

(9時~9時45分受付)

ミズノ専門コーチが走り方の基本・準備運動の大切さ・早く走れるコツなどを伝授します。頑張って一等賞を目指しましょう!!

【会場・コース】会場:あじさいスタジアム北神戸  
【集合受付】9時~9時45分 【開始時間】10時~  
【対象】小学校1~6年生(1~3年生は親同伴可)  
【参加費】2,160円(税込)(親子参加も同額) 【定員】各回50名(先着順)  
【締切】11月26日(日) 【参加賞】ゼッケン、シューズ袋、マラソン完走証  
※詳しくはホームページをご覧ください。



参加者全員  
プレゼント!

## スタジオ有料プログラム

### 伝統リラックスヨーガ

水曜日 13時30分~14時30分

### マットピラティス

月曜日 14時05分~  
14時50分

健康維持だけではないリラクゼーションと、メンタル面への効果をは是非体験してみてください。

【定員】20名 【料金】1回 500円



## クリスマスイブニングコンサート

11月25日(土) 16時~17時(予定)

入場無料

ゆったりとした土曜の午後のひと時を  
ハンドベルやオカリナ、リコーダーの  
幻想的な音色をお楽しみください。

【会場】体育館 ホワイエ

### もみの木 イルミネーション点灯式

17時(予定)

クリスマスイブニングコンサートの後、  
高さ8mのもみの木イルミネーションが輝きます。

■12月25日までの日没から21時まで点灯



## 第7回 北区ふれあい綱引き大会

参加者  
募集中

2018年1月21日(日) 9時 受付

【ところ】北神戸公園スポーツ公園体育館

【参加対象】原則として、区内在住・在勤・在学の方で、  
気力体力に自信のある人たちで編成されたチーム

【種目】一般の部(中学生以上の男女混合、ただし男子4名以内)  
小学生の部(学年性別不問)

【チーム編成】競技は6人制とし、1チーム8名まで登録可能。

【試合】予選リーグを行ったあと、決勝トーナメントを行います。

【参加費】一般の部:1チーム2,000円、小学生の部:1チーム1,000円

【お申込み】メールでも申込みをお受けします。

メールアドレス:kobekita-chikatsu@office.city.kobe.lg.jp

専用の申込書(北区役所ホームページよりダウンロード可)で、下記「北区ふれあい綱引き大会」係まで。【12月13日(水)必着】応募多数の場合、抽選の可能性あります。

〒651-1195 北区鈴蘭台西町1-25-1 北区まちづくり支援課  
Tel 593-1111(代) Fax 593-1166

