

イーストピアみやこ

2019年

5月4日(土)・5日(日)

GW

ごーるでんういーく

イベント開催!

— 4日(土) —

ヨガ体験教室

- ①「簡単!誰でもできる」
タイ式ヨガ・ルーシーダットン
10:30~11:15 (定員 60名)
 - ② バランスボールヨガ
「リズムに乗って楽しく有酸素運動」
11:30~12:00 (定員 15名)
 - ◆場 所 運動スタジオ
 - ◆参加料 各 500 円
 - ◆対 象 ①②共通: 小学生以上
②: 身長 150cm以上
 - ◆講 師 Kazumi studio さん
- ※予約受付 (4/22~5/2)

シルバー体操教室

- 13:30~ (定員 40名)
- ◆場 所 運動スタジオ
 - ◆参加料 無料
 - ◆対 象 60才以上
 - ◆講 師 総合型地域スポーツクラブ
エムジョイさん
- ※シルバー体操教室に参加する方は、タオル・室内用運動ぐつ・キャップ付きの飲み物を持参してください。
※先着順です。

琴の体験教室

- 13:30~15:30
(1回 20分程度、各回定員 5名)
- ◆場 所 和室
 - ◆参加料 無料
 - ◆対 象 小学生以上
 - ◆講 師 大澤 信子(おおさわ のぶこ)さん
- ※事前予約できます。(4/22~)



— 5日(日) —

子ども工作教室

- ①フック作り (定員 60名)
10:00~11:00
 - ②ツールボックス作り (定員 30名)
13:00~14:00
 - ◆場 所 創作スタジオ
 - ◆参加料 どちらも無料
 - ◆講 師 D.I.Y.ASAHI工房
苅宿 郁実(かりしゆく いくみ)さん
 - ◆共 催 岩手県緑化推進委員会
宮古支部
- ※事前予約できます。(4/22~)

アクティ部キッズ広場

- 10:00~15:00
- ◆場 所 運動スタジオ
 - ◆参加料 無料
 - ◆対 象 3才~10才
 - ◆持ち物 室内用運動ぐつ
- ※予約は不要です。
- 「みやこ★わくわくストリート2018」で大人気だったアクティ部キッズ広場がGWイベントにやってきます!
ぜひご家族でご参加ください!

ふれあいカフェ「ミヤココ」

4日(土)・5日(日)
特別営業します!
11:00~15:00

数量限定!!ミヤココ特製クッキー
をイベント参加者へプレゼント☆

さをり織り特別展

「被災地をつなぐ さをり織り」
4日(土)13:00~21:00
5日(日) 9:00~17:00
多目的ホールで開催
さをり織り体験(500円)ができます。

ふっこう
福幸すこやか茶会

小学生以下: 無 料
大 人: 200 円
5日(日) 9:30~14:30
◆場所 和室 1・2
◆主催 裏千家淡交会 萬社中

中川太治の会
新元号 元年舞初め
祝賀舞披露

5月5日(日)
◆時間 (午前・午後2部公演)
午前の部 11:00~11:50
午後の部 13:00~13:50
◆場所 1階 交流プラザ

※子ども工作教室に参加する方は、エプロンを持参するか、よごれてもいい服装でお越しください。

イベントに参加した方は、市営駐車場(市役所前、宮古駅前、宮古駅東)の駐車料金が無料になります。駐車券を持参してご来場ください。

宮古市市民交流センター

〒027-8501 岩手県宮古市宮町一丁目1番30号
TEL: 0193-63-4166 FAX: 0193-63-9118

