



仕事帰りの駅前



フラダンス体験

服装自由
事前申込制

● 2月 4 日(水)

● 2月 18 日(水)

※連続講座ではございません

初心者さん向け
の内容です



時間：各日 19:00～20:00

対象：フラダンスに興味のある方（夜間帯のため高校生以上）

定員：各回 15 名（先着順）

※男性も参加できますが
踊りは女性のフラダンスです

会場：高津市民館 11階 和室

参加費：1 名 500 円 ※現金のみ、当日お支払い

※当日の服装は自由です。更衣室は設けておりません。

講師：大西 サエコさん（高津スポーツセンターでも活躍中！）

フラダンスってどんな踊りか知りたい。興味はあるけど時間がない…。そんな方のために、夜間帯のフラダンス体験講座を行います。仕事帰りのリフレッシュとしての参加も OK！まずは一歩を踏み出してみましょう！



2/4 (水)
申込フォーム



2/18 (水)
申込フォーム

申込方法：右の QR コードからお申し込みください

申込期間：各回とも、1 月 14 日(水) 10 時～2 月 4 日(水) 20 時

※定員になり次第受付終了。定員に余裕がある場合は期間終了後も受付を継続します。

問合せ先：高津市民館 TEL: 044-814-7603 Mail: info@takatsu-shiminkan.jp
〒213-0001 川崎市高津区溝口 1-4-1 ノクティプラザⅡ 11階・12階（マルイファミリーが入っているビル）

高津スポーツセンター × 高津市民館

『川崎市高津スポーツセンター』は高津区の生涯スポーツの拠点として親しまれています。様々な教室を開催し、高津の元気づくりスポットとなっています。今回は、地域のつながりを大切にしたいという思いから、高津スポーツセンターと高津市民館がコラボし、イベントを開催します。ぜひご参加ください！

高津スポーツセンター × 高津市民館

高津区を
盛り上げよう!



■令和7年度 その他の協働イベント

親子で楽しめる 運動や遊び

1月18日(日)

時間：10:00～11:00

事前申込制

対象：1歳～2歳のお子さん1名と保護者1名

定員：15組（先着順）

※保育はございません

会場：高津市民館 11階 児童室

参加費：1組 800円 ※現金のみ、当日お支払い

持ち物：フェイスタオル

講師：田中 早苗さん、飯田 裕美子さん < 高津スポーツセンターでも活躍中！ >



小さなお子さんと一緒にできる運動や遊びを教えてください！
タオルやボールなど、身近なものを使って身体を動かします。
親子で楽しくできることを発見しましょう！

申込方法：下のQRコードからお申し込みください

申込期間：1月5日(月) 10時～1月14日(水) 20時

※定員になり次第受付終了。定員に余裕がある場合は期間終了後も受付を継続します。

親子で楽しめる運動や遊び
申込みフォーム
(申込期間からアクセス可能)



大人のリラックスタイム 子育てから少し離れて心を整えよう

2月28日(土)

時間：10:00～11:00

対象：子育て中の方 ※小学校低学年以下のお子さんがいらっしゃる方

定員：15名（先着順）

会場：高津市民館 11階 和室

参加費：1名 800円 ※現金のみ、当日お支払い

持ち物：ヨガマットまたは大判タオル

※当日は動きやすい服装でお越しください。更衣室は設けておりません。

- 子育てを頑張っているみなさん、自分自身と向き合う時間がある
- と、生活が潤い元気と笑顔を充電することができるのではないで
- しょうか。簡単なヨガや筋力トレーニングを行い、心と身体をほ
- ぐしてみませんか。

講師：布施 千春さん < 高津スポーツセンターでも活躍中！ >

申込方法：下のQRコードからお申し込みください

申込期間：2月4日(水) 10時～2月20日(金) 20時

※定員になり次第受付終了。定員に余裕がある場合は期間終了後も受付を継続します。

大人のリラックスタイム
申込みフォーム
(申込期間からアクセス可能)



イベントの問合せ先：川崎市高津市民館

TEL: 044-814-7603 Mail: info@takatsu-shiminkan.jp

〒213-0001 川崎市高津区溝口 1-4-1 ノクティプラザ 2 11階・12階 ※年末年始、第3月曜日は休館日

川崎市高津スポーツセンター

TEL: 044-813-6531

川崎市高津区二子 3-15-1

東急田園都市線「高津」または
「二子新地」から徒歩約8分



高スポHP

詳細施設案内や講座、
情報が載っているよ



川崎市高津市民館

このチラシのイベント会場はこちら

TEL: 044-814-7603

川崎市高津区溝口 1-4-1

東急田園都市線「溝の口」または JP 南武
線「武蔵溝ノ口」から徒歩約2分

※ノクティ2 (マルイ) ビルの11階



高津市民館HP

