

NEW

筋膜セラピー教室

毎週水曜日 14:00~15:00

運動不足やストレス等、様々な原因で固まった筋膜を整え肩や腕などの痛みを整える健康教室です。骨盤調整も含まれます。

講師 植藤 恵子 (筋膜セラピスト) 対象 一般

受講料/回数 800円/回

定員 8名

場所 陸上競技場・会議室

持ち物 飲み物・タオルなど



いたわり太極拳

毎週水曜日 10:00~11:00

太極拳を取り入れ、無理せず身体を動かす健康体操教室です。

講師 植藤 恵子 (日本武術太極拳連盟 普及指導員)

対象 一般

受講料/回数 500円/回

定員 15名

場所 陸上競技場・会議室

持ち物 飲み物・タオルなど



伝筆教室

毎月第2木曜日 10:00~12:00

文字を書くのが苦手な方やクセ字の方でも、その文字が魅力に変わり、心あたたまる筆文字が描けるようになる教室です。

講師 中村 由美子 (一社)伝筆協会 対象 一般

受講料/回数 1,600円/回 (材料費別途1,100円)

定員 15名

場所 陸上競技場・会議室

持ち物 初回は材料費2,700円 (筆ペン・バステル・下敷き他)



2026年イベント情報

①消しゴムはんこ講座

6月23日(火)・11月24日(火) 10:00~11:30

・6/23(火) シルエットモチーフを彫ります。・11/24(火) 干支のひつじを彫ります。

講師 田村 かをり(香面堂) 対象 一般

受講料/回数 1,100円/回 定員 10名

場所 陸上競技場・会議室

持ち物 材料費1,000円



※写真はイメージです。

②ドライフラワーアレンジメント講座

5月・7月・9月・11月・12月・3月 第3火曜日 10:00~11:00

※11月はクリスマスリース・12月はしめ飾り作り季節の花のドライフラワーを使って色々なアレンジ作品を作ります。

講師 丸岡 直子(里山labo)

対象 一般 受講料/回数 1,100円/回

定員 15名 場所 陸上競技場・会議室

持ち物 材料費1,500円(クリスマスリース、しめ飾りは2,300円)



③ハンドクリーム作り講座

1月19日(火) 10:00~11:00

三次の蜂から取れた蜜ろうとアロマオイルを使って肌に優しいハンドクリームを作ります。

講師 丸岡 直子(里山labo) 対象 一般

受講料/回数 2,300円/回 (材料費込み)

定員 10名

場所 陸上競技場・会議室

※写真はイメージです。



④セルフケア講座 4回でワンクール

(第1回)5/23 (第2回)5/30 (第3回)6/6 (第4回)6/13 土曜日 19:00~20:30

新たに開発された筋肉を緩める事ができる手技を体感しませんか? 痛みの発生源となる筋肉の緊張を取り除く事で、体本来の日常を取り戻しましょう。

講師 野口 喜信(Pain Reset) 対象 一般

受講料/回数 500円/回

定員 10名

場所 陸上競技場・会議室



NEW

藤編み講座

5月・7月・9月・11月・3月 第4火曜日 10:00~12:00

藤を使って色々な作品を作ります。

講師 松本 倫子(カゴ編みHippo)

対象 一般

受講料/回数 1,500円/回

定員 8名

場所 陸上競技場・会議室

持ち物 タオル・材料費別途



お申込み方法

電話でお申込みの上、当日受付にて申込書をご記入ください。

※表示価格は税込です。 ※定員になり次第締切となります。

Web施設予約!

インターネットを通じて、ご家庭のパソコン、携帯電話などから、みよし運動公園の施設予約申込みや空き状況の照会ができるようになりました。



自宅のパソコン・携帯電話等から24時間サービスをご利用いただけます。



窓口に予約システム端末完備。操作方法が分からない方も安心です。

まずはQRコードよりご登録ください。



みよし運動公園・管理事務所

指定管理者:株式会社セイカスポーツセンター

TEL.0824-62-1994

〒728-0023 三次市東酒屋町10493番地

●利用時間 9:00~22:00

●休館日 年末年始

みよし運動公園 検索

HPはこちら



Instagram

