☎（267）0018 （第2・第4火曜日休館）
綾園1-9-1（アプラたかいし3階）
●詳しくはお問い合わせください。

アプラホール

APPLA たかいし

EVENT GUIDE

11/21(土)｜大ホール（全席自由）

Saturday Jazz Vol.156「スクリーンミュージック特集」

出 中野ひろし＆スイングガイズオーケストラ
L 19：00（開場／18：00）
¥ 一般1,000円、Aメイト900円

ホールの感染防止対策

1.アプラホール主催イベントにつきましては入場時に非接触体温計にて検温を行います。37.5度以上の熱がある方の入場はお断りさせていただきますのでご了承ください。
2.マスクの着用をお願いいたします。
3.手指の消毒をしてご入場ください。
4.「大阪コロナ追跡システム」QRコードの登録をお願いします。
5.大きな声での会話はご遠慮ください。
6.客席内はソーシャルディスタンス席となっております。
※上記新型コロナウイルス感染症拡大防止と皆様の安全・安心確保にご理解ご協力をお願いいたします。

ヨガとピラティス特別プログラムのお知らせ

コロナ自粛で心身共に疲れていませんか？
この講習は心と体をリフレッシュし、体質改善法で貴女の美しさを引き出す短期集中型のプログラムとなっています。また、タニタの計測機を使ってレッスン初日と1ヶ月後の自分の身体の比較もできます。
ピラティスでインナーマッスルを鍛え、ヨガで心の安らぎを感じ、キレイの法則を身に付けましょう！

日　時／10/29（木）ヨガレッスン（1時間）①11：00②13：00
　　11/13（金）ピラティス（1時間）①9：30②11：00
　　11/30（月）リラックスヨガ（30分）①10：00②10：30
場　所／アプラたかいし（3階）
対　象／このプログラムに興味のある女性の方
募　集／先着50人（各プログラム2クラス25人ずつ）
料　金／2,000円　※申し込みの方にヨガマットプレゼント
指導講師／ヨガ：湯浅香織　ピラティス：舩冨由紀子
申込・問合先／アプラたかいし（電話申込可）
※動きやすい服装でお越しください。更衣室はありません。

HUGOOD event

「手あそび・絵本の読み聞かせ」を実施中！

日　時　平日 10：45 から
場　所　スクエア
料　金　無料

「大きくなったかな」

募　集　未就学のお子様対象に体重身長の測定をします。
日　時　10 月 29 日（木）11:00～12:00
場　所　スクエア
料　金　無料

子育てウェルカムステーション HUGOOD TAKAISHI
☎（267）3115（第 2・第 4 火曜日休館）
TAKAISHI

10 月のワークショップ

アプラで気軽にモノづくりが楽しめます！
時　間　10:00～15:00（12:00～13:00昼休憩）
各所要時間　30分～60分程度　**場　所**　ギャラリー前
料　金　500円　※予約不要、席が空いていれば参加できます。

10/10（土） 押し花フレーム作り

10/17（土） ピクセルガーデン

10/25（日） ワイヤークラフト

10/31（土） アロマグッズを作ろう

※各ワークショップの詳細はアプラホームページをご覧ください

※チケット発売初日のアプラホールでの受付は9時（電話予約は12時）からです。売り切れの際はご了承ください。

＼創業希望者及び創業して間もない方必見！／

創業セミナー

受講料無料

場所　高石商工会議所　**募集**　各回10人（先着順）
申込　各開催日の1週間前までにメール・FAX・WEBで申込（メールアドレス tcci@gold.ocn.ne.jp、FAX072-261-7676、WEB申請フォーム http://www.takaishicci.or.jp/

第1回 2020年 11/21（土）	13:00～15:30	事業を始める時に知っておく事～好スタートを切るために～①
	16:00～18:30	事業を始める時に知っておく事～好スタートを切るために～②
第2回 2020年 12/12（土）	13:00～15:30	知っておきたいシニア創業：お金編
	16:00～18:30	知っておきたいシニア創業：社会保険・雇用編
第3回 2021年 1/23（土）	13:00～15:30	マーケティングの基礎知識～これだけは知っておきたい～
	16:00～18:30	誰でもできる？プチ起業ってどんなもの？？
第4回 2021年 2/20（土）	13:00～15:30	相手に伝わる事業計画書作成のポイント
	16:00～18:30	兼業副業による創業のポイント

問合せ先　商工会議所☎(264)1888または経済課☎(275)6149へ