HorutoHall OITA

ホルト通信

Horuto News
vol.11
August 2016
take free

ホルトホール大分で実施されるイベント・講座の一部をご紹介します。

「みち。」撮影：千知岩 大輔
3F駅南屋上公園・ガーデンウェディング始動!!

Contents 特集

豊後FUNAIミュージカル ワークショップ参加者募集
国際交流イベント SISAYコンサート
―赤道直下の国 エクアドルから―

まち劇フォーラム2016
高校演劇グランプリ
篠原久美子戯曲ワークショップ
SEVEN KLOWN LIVE !!
九州演劇人サミット in 大分
日本舞踊集団『弧の会』大分公演

- 陽だまり便り　この夏！減量☆ 水中ウォーキングはいかがですか？
- 大分市産業活性化プラザからのお知らせ
- ホルトホールキッチン 減塩ポイント
- ひとり親家庭支援プラザ／ホルとも提携施設

http://www.horutohall-oita.jp/

特集 1

助成：一般財団法人 地域創造

ホルトホール大分 豊後FUNAIミュージカル ワークショップ 参加者募集 9月15日～

集まれ！歌好き、ダンス好き!! プロの指導のもと学ぶ、
ミュージカルワークショップの参加者を募集します。
平成29年3月19日（日）には成果発表会を実施。練習の成果を披露します！

対　象
- 小学生以上で、ホルトホール大分で行われる練習に参加できる方
  （小中学生は保護者の送迎が可能な方）
- 平成29年3月19日（日）の成果発表会ほか、
  17日のリハーサル、18日のゲネプロに参加できる方

※**10月8日（土）**に参加無料のオリエンテーションを実施します。（要事前申込み）

申込期間　9月15日（木）～10月31日（月）

練習期間　平成28年11月19日（土）～平成29年3月18日（土）

※平成29年1月までは土曜日、日曜日を使って月に1～2回程度の練習を実施。
2月・3月の練習については、随時ホルトホール大分 市民ホールHPにて公開します。

発表会　平成29年3月19日（日）

参加費
- ミュージカルキャスト部門　6,000円
  歌、ダンス経験者対象 。1月に配役オーディションを実施します。
  ※メインキャストとサブキャストがあります。
- アンサンブル部門　6,000円
  歌とダンス中心。短い台詞がある場合があります。
- シングキャスト部門　3,000円
  経験不問。初めての方も大歓迎！簡単な振付のあるコーラス
- ワークショップのみ　3,000円
  11月～12月までのワークショップのみの参加もできます。

※参加費には半年のレッスン料と本番出演料を含みます。
※参加費の他に衣装代が別途必要です。
※キャンセルされる場合、参加費の返金はできませんのでご了承下さい。
※チケット販売にご協力頂きます。

申込み

HPや館内設置の参加申込書に記入の上、
FAX・郵送・窓口にて受付。
必要内容を記載したE-mailでも申込み可。
＊内容はホルトホール大分 市民ホールHPにてご確認できます。
（申込書の印刷も可）
http://shiminhall.horutohall-oita.jp/
※募集内容については変更となる場合がございます。

問い合わせ・申し込み先
市民ホール
TEL 097-576-8877　FAX 097-544-5690
E-mail shimin-hall@horutohall-oita.jp

第11回おおいた国際協力啓発月間事業

国際交流イベント

国際交流イベント SISAYコンサート
― 赤道直下の国 エクアドルから ―

南米エクアドルのネイティブアメリカンで構成された民族音楽バンドSISAY（シサイ）によるコンサートを開催。エクアドルの民族音楽を中心とした演奏を皆さまに披露します。
エクアドル文化との交流を会場でお楽しみください。

日　時　10月22日（土）
開場16:30／開演17:00

会　場　市民ホール 小ホール〈1F〉

料　金　2,000 円（全席自由）

チケット販売所
- ホルトホール大分総合受付
- トキハ会館3F プレイガイド

問い合わせ先
市民ホール
TEL 097-576-8877

まち劇フォーラム2016

平成28年度 文化庁 劇場・音楽堂等活性化事業

愛される劇場のつくり方

「劇場法と具体的指針」の実践が各地で推進されつつある今、市民に愛される劇場として評判の高い沖縄県南城市「シュガーホール」の芸術監督の中村透氏をお招きして、「愛される劇場のつくり方」を研修します。

日　時　10月21日(金) 18:30～20:15
20:30～21:30　3Fホルトガーデンにて、出演者を囲んでの懇親会を行います。
※懇親会への参加は別途有料です。

会　場　市民ホール 小ホール〈1F〉

料　金　無料(要事前申し込み)※懇親会の参加費 1,000円

出　演　中村　透(沖縄・シュガーホール芸術監督)

申込み　電話、FAX、E-mailにて受付中

問い合わせ・申し込み先
市民ホール TEL 097-576-8877 FAX 097-544-5690 E-mail shimin-hall@horutohall-oita.jp

平成28年度 文化庁 文化芸術による地域活性化・国際発信推進事業
公益財団法人 日韓文化交流基金助成事業

日韓演劇制作交流フォーラム

韓国演劇界の新潮流として第一線で活動する演劇制作者たちと両国の“演劇の今”についての情報や意見交換を実施します。

日　時　10月22日(土) 13:30～17:00
18:00～20:00　3Fホルトガーデンにて、出演者を囲んでの懇親会を行います。
※懇親会への参加は別途有料です。

会　場　201・202会議室〈2F〉

料　金　無料(要事前申し込み)※交流懇親会の参加費1,000円

出　演　●コーディネーター
木村 典子(公益財団法人北海道演劇財団)
●パネリスト　キム・カンボ(演出家・ソウル市劇団長)
ソ・ジェヒョン(演出家)／チェ・サンユン(制作者)

申込み　電話、FAX、E-mailにて受付中

問い合わせ・申し込み先
市民ホール TEL 097-576-8877 FAX 097-544-5690 E-mail shimin-hall@horutohall-oita.jp

平成28年度 文化庁 劇場・音楽堂等活性化事業
第69回大分県高文連中央演劇祭

第1回 ホルトホール大分 高校演劇グランプリ

県下の高校生たちが一堂に会し日頃の成果を競い合います！
市民の皆さんの応援お待ちしております！！

日　時　11月5日(土) 13:00～21:00
11月6日(日) 10:00～16:00

会　場　市民ホール 大ホール〈1F〉

料　金　無料(入場自由)※定員1,201名

出演校

安心院高校、大分国際情報高校、大分鶴崎高校、大分東明高校、
大分西高校、大分豊府高校、爽風館高校、中津南高校、
日田三隈高校、別府翔青高校、三重総合高校

問い合わせ先
市民ホール TEL 097-576-8877

平成28年度 文化庁 劇場・音楽堂等活性化事業
五感に響け新しい波 第18回大分県民芸術文化祭 研修会事業

篠原久美子戯曲ワークショップ

劇作家として高い評価のある篠原久美子氏を講師に「戯曲」の書き方講座をワークショップ形式で実施します。

日　時　11月19日(土) 13:00～17:00
11月20日(日) 13:00～17:00
19日(土)18:00より3Fホルトガーデンにて
懇親会がございます ※懇親会への参加は有料です。

会　場　セミナールームL〈2F〉

料　金　無料(要事前申し込み)※定員50名
※懇親会の参加費3,000円

出　演　篠原久美子(劇団劇作家代表)

申込み　FAX、E-mail、窓口にて受付中(11月17日必着)
下記必要事項を記載の上お申込ください。

① 氏名
② 年齢
③ 電話番号
④ メールアドレス
⑤ 交流懇親会参加の有無
⑥ 所属
⑦ ワークショップに期待すること
⑧ 演劇歴と戯曲歴

※⑥⑦⑧は「なし」でもかまいません。

問い合わせ 申し込み先　市民ホール TEL 097-576-8877　FAX 097-544-5690
E-mail shimin-hall@horutohall-oita.jp

SEVEN KLOWN LIVE!!

地元大分を拠点としたダンサーや歌手9名で構成するダンスユニット『SEVEN KLOWN』。
今、県内で最も旬なアーティスト集団がホルトホール大分の舞台に出演！
会場が一体となった歌とダンスをお楽しみください。

日　時　10月5日(水)
18:30～ 20:30(開場18:00)

会　場　市民ホール 小ホール〈1F〉

料　金　1,000円(全席自由)

出　演　SEVEN KLOWN

チケット販売所　●ホルトホール大分総合受付
●トキハ会館3F プレイガイド

問い合わせ先　OTONOVA CAFÉ DANCE STUDIO
TEL 080-3900-0303

平成28年度 文化庁 劇場・音楽堂等活性化事業

九州演劇人サミット in 大分

九州の劇作家・演出家など、地域で活躍する演劇人を県域、世代を越えてつなぎ、九州独自の地域文化の継承・発展を目指すワークショップやパネルトークを開催。

開催日

●11月22日(火)
演劇ワークショップ

●11月23日(水)
九州の演劇人が集う、
パネルトーク

※時間、申込方法などの詳細は順次HPで公開いたします。

問い合わせ先
NPO法人FPAP(エフパップ)
TEL 050-5885-8151
E-mail info@fpap.jp

平成28年度 文化庁 劇場・音楽堂等活性化事業
一般財団法人 地域創造

日本舞踊集団『弧の会』大分 公演

日本舞踊界でいま最も注目の男性舞踊家集団「弧の会」。
迫力に満ちた躍動感あふれる群舞を会場でご覧ください。

日　時　12月11日(日)
14:00～(開場13:30)

会　場　市民ホール 大ホール〈1F〉

料　金　2,000円(全席自由)
高校生以下 500円
※前日にワークショップを開催します。
参加費1,000円

出　演　日本舞踊集団『弧の会』

チケット販売所　チケット販売 9月15日～
●ホルトホール大分総合受付
●トキハ会館3F プレイガイド

問い合わせ先
市民ホール TEL 097-576-8877

健やかライフを応援する

陽だまり便り

この夏！減量☆

生活習慣病についてはご存じでしょうか？生活習慣病には、高血圧、脂質異常、糖尿病などがあります。生活習慣病の大きな原因の一つに肥満が挙げられます。減量し、肥満を防ぐことで生活習慣病を予防したり、改善につなげましょう。今回は肥満と高血圧について詳しく見ていきましょう。

高血圧とは？

血圧とは、血液が全身に送り出される際に、血管にかかる圧力のことです。

この圧力が基準値以上の状態が続くことを高血圧といいます。基準値は以下の通りです。

降圧目標	診察室血圧	家庭血圧
若年者・中年者・前期高齢者	140/90mmHg 未満	135/80mmHg 未満
後期高齢者	150/90mmHg 未満	145/85mmHg 未満
糖尿病 慢性腎臓病	130/80mmHg 未満	125/75mmHg 未満
脳血管障害 冠動脈疾患（心筋梗塞など）	140/90mmHg 未満	135/85mmHg 未満

日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2014」より

肥満とは？

人の肥満度を表す指標として「BMI（BodyMass Index）」という基準が使われます。

［BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)］

肥満の判定基準は以下のようになります。

BMI	判　定
18.5 未満	やせ（低体重）
18.5以上25未満	普　通
25以上	肥　満

肥満と高血圧の関係

動脈硬化を進めてしまうアディポサイトカイン（悪玉）が増える。
→血糖値上昇、血栓ができやすくなる、血管の収縮

動脈硬化を抑えるアディポサイトカイン（善玉）が減る
→血管の修復、血管拡張作用が弱る

→ 高血圧

減量の方　法

摂取カロリー＞消費カロリーにならないことが重要！

（摂取カロリー）－（消費カロリー）がマイナスになればよいです。食事と運動を組み合わせてこの状態にしていけば肥満は自然に解消されていきます。

まずはできることから始めましょう♪この夏、一つでも心がけてみませんか？

- 塩分は控える
- 脂肪は控えめに
- 毎日身体を動かす習慣を
- 主食はお米（できれば玄米）に
- 座っている時間を少なくする（立っているだけでもいい）
- 腹八分目にする
- 食物繊維を多く含む食品を
- アルコールの摂り過ぎや喫煙はしない
- 朝食 昼食 夕食を規則正しく摂り間食はしない
- ゆっくりよくかんで食べる

減量に向けた運動のワンポイントアドバイス!!

夏が近づき、今年こそは･･･という方も多いはずですね。
そんな方の為の効果的なワンポイントアドバス!!

① **まずは軽めの筋力トレーニングで基礎筋肉をつけましょう!!**
家で出来る簡単なエクササイズ･･･腕立て伏せ、スクワット、腹筋運動（15回×2セットを目安に）

② **長めの有酸素運動（ウォーキングやジョギングや自転車こぎ等）で脂肪を燃焼しましょう!!**
どうしても長く続かない方は、短時間の運動を数回に分けても可。

焦らず、運動習慣を身につける事。これが減量への近道です!!

水中ウォーキングはいかがですか??

夏の暑い日に、キンキンに冷えた飲み物、食べ物が美味しい季節となりました。

美味しいものもいいですが、ホルトホール大分で水中ウォーキングはいかがですか？？

脂肪1kgを減らすのに必要な消費カロリーはどれくらいか知っていますか!?

おおよそ**7000キロカロリー**と言われています。

たとえば、1ヵ月に1kg減を目標にする場合、**1日約230kcal**減らせばいい計算です。

230キロカロリーの食事とは…

- ご飯1杯（140g）
- 肉まん
- ドーナツ
- …etc

230キロカロリーの運動とは…

- 速歩で約80分
- サイクリング 約50分
- テニス約35分
- …etc

水中ウォーキングは陸上に比べて、水の抵抗もあり1時間に約320キロカロリーと消費エネルギーが高いと言われています。また、水中では体に加わる水圧によって体内の血液循環がよくなったり、水の浮力により関節にかかる負担が減少するため、陸上でのウォーキングより関節に不安がある方も比較的取り組みやすい運動になるのではないかと思います。

今の暑い時期に水中ウォーキングを始めてみるのもいいのではないでしょうか!？

水中ウォーキングの紹介

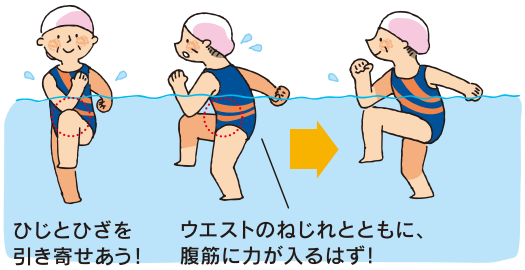
※骨・関節、循環器等に問題がある方は主治医に相談してから運動を行うようにしてください。

※ホルトホール大分ウォーキングプールの利用日・利用方法等詳細に関しましては下記までご連絡ください。

問ウォーキングプール受付窓口
☎097-576-8881

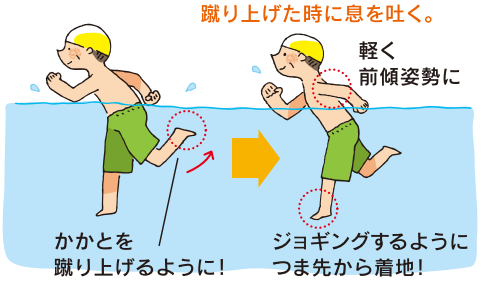
ひじつき歩き

ウエストをひねりながら歩く。
肘と膝をつけた時、息を吐く。



蹴り上げ歩行

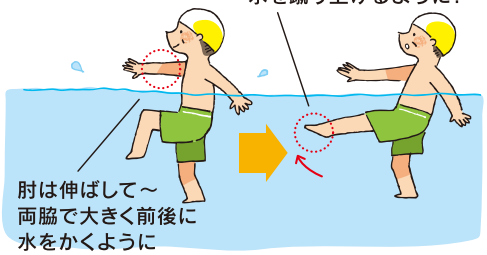
ジョギングの感じで☆かかとをお尻につける感じで前に進む。
蹴り上げた時に息を吐く。



ももあげ歩行

胸のあたりまで膝がくるように引き上げ着地はかかとから。
引き上げる時に息を吐く。

キック歩行



コース型運動教室申込開始のお知らせ

【ヘルスアップルーム】第3期（10月～12月）

上記期間のコース型運動教室の申込を
9月1日（木）より開始いたします。

運動教室タイムスケジュールや教室内容等は、8月末よりホームページ及び施設にてご案内を開始させていただきます。お楽しみにお待ちください!!

運動の秋、間もなく到来!ヘルスアップルームで気持ちよく身体を動かしましょう!!

問健康プラザ トレーニングルーム　☎097-576-8883

大分市産業活性化プラザ主催セミナー 創業支援講座

女性のための「パーソナルブランディング」セミナー

リアルとSNSを融合させ、記憶に残る人になる。

リアル×SNSを融合させた
「自分を育てる=PB(パーソナルブランディング)」の実践方法を解説。
女性のマインドの特徴をおさえた女性のための講座です。

第1回	第2回	時間／各回
10月6日(木)	10月13日(木)	18:30~20:30 (18:00開場)
「ネット資産を構築するパーソナルブランディングのコツ」	「新世代の営業手法 ~ネットとリアルの営業戦略~」	

講師 ファイナンシャル・コミュニティ・オフィス Blue Rose 代表
Nozaki Kumi **野崎 久美 氏**

会場 ホルトホール大分 2F セミナールーム
当日スケジュール [開 場] 18:00 [講 座] 18:30~20:30 [交流会] 20:30~21:00 [閉 場] 21:00
参加費 200円(資料代・2回分) 交流会費は各回300円 受講時受付にて現金でお支払いください。(返金不可)
定員 45名(先着順)
用意するもの スマートフォン、タブレット端末などインターネットに繋がるもの
対象 女性限定 大分市内に居住、または勤務の方優先
申込み方法 FAXまたはEメールに住所、氏名、勤務地、電話番号を記入し、8月15日(月)~9月30日(金)までに下記お申し込み先へお送りください。
※下記URLのホームページから申込用紙がダウンロードできます。
※大分市産業活性化プラザへ直接お持ちになっても結構です。
※募集期間中でも途中で募集を終了する場合があります。

●セミナー後に交流会を開催します!
[時 間] 20:30~21:00 [会 場] セミナーと同会場
[参加費] 300円(ソフトドリンク・お菓子代含む)

●館内の有料託児施設をご利用ください
[要予約] 開催日2日前までにご連絡ください。詳しくは
"NPO法人アシスト・パル・オオイタ:ホルトホール大分託児担当"まで
TEL:097-534-8033
(月~金10:00~18:00)

大分市産業活性化プラザ主催・中小企業支援講座

めざせ!3年在社率100%セミナー

社員が定着しない理由は、育成システムにあった。

7割・5割・3割の離職率で、我が社は大損!?
早期退職一人当たり平均300万円の損失です。

巷ではここ数年、求人難状態が続き、経営者や人事関係者の人材不足の悩みは一向に解消される気配がありません。しかし、企業にとって本当に大切なことは、入社した社員を育てること。
せっかく入社しても3年在社率50%、1年在社率が70%を切っている状態が続いていませんか?
大切なのは「人材の定着率」を高めること。
まずは3年在社率100%をめざした社員育成システムをつくりあげることが急務です。

第1回	第2回	時間／各回
9月14日(水)	9月21日(水)	18:30~20:30 (18:00開場)
「現状分析からあるべき姿の追及、実行計画のプロット作成」	「実行計画の策定と我が社の3年在社率100%システム作成」	

講師 株式会社 あいるコンサルティングファーム 代表取締役 シニアコンサルタント
Shutou Hiroshi **首藤 浩 氏**

会場 ホルトホール大分 2F セミナールーム
当日スケジュール [開 場] 18:00 [講 座] 18:30~20:30 [交流会] 20:30~21:00 [閉 場] 21:00
参加費 200円(資料代・2回分) 交流会費は各回300円 受講時受付にて現金でお支払いください。(返金不可)
定員 45名(先着順)
用意するもの 筆記用具とノート
対象 テーマに関心がある方 大分市内に居住、または勤務の方優先
申込み方法 FAXまたはEメールに住所、氏名、勤務地、電話番号を記入し、8月15日(月)~9月9日(金)までに下記お申し込み先へお送りください。
※下記URLのホームページから申込用紙がダウンロードできます。
※大分市産業活性化プラザへ直接お持ちになっても結構です。
※募集期間中でも途中で募集を終了する場合があります。

●セミナー後に交流会を開催します!
[時 間] 20:30~21:00 [会 場] セミナーと同会場
[参加費] 300円(ソフトドリンク・お菓子代含む)

●館内の有料託児施設をご利用ください
[要予約] 開催日2日前までにご連絡ください。詳しくは
"NPO法人アシスト・パル・オオイタ:ホルトホール大分託児担当"まで
TEL:097-534-8033
(月~金10:00~18:00)

お申込み お問い合わせ

大分市産業活性化プラザ
fax:097-544-3011
mail:plaza-event@horutohall.jp

〒870-0839
大分市金池南一丁目5番1号ホルトホール大分2階 tel:097-576-8879

申込用紙ダウンロードサイト
http://sangyo.horutohall-oita.jp/

ホルトホールキッチン 11

1階キッチンスタジオでは、月間11本の料理教室を行っています。このコーナーでは、実際に教室で作ったメニューをご紹介します！今回ご紹介いただくのは、「素材を生かした減塩レシピ教室」の講師、小野秀子先生です。

（公社）大分県栄養士会
小野 秀子先生

「一般的な和食献立にも、減塩ポイントはたくさんあります。ぜひ試してみて下さい。」

ごはん・豚肉の生姜焼き・野菜とアボカドのサラダ・
なすとレンコンのしぎやき・めかぶの生姜風味汁

減塩のポイント ※分量は4人前

濃い目だし汁

700mℓの水に昆布5×5を1枚加え沸かし、沸騰寸前に昆布を取り出す。かつを節を20g加え、再沸騰したら火を止め10分ほど置く。

生姜焼き

豚肉の生姜焼きは、豚肉におろし生姜と濃い目だし汁を加えなじませておく。焼く前に片栗粉を両面に薄くまぶし、肉のうま味を閉じ込める。塩やしょうゆは使わず、レモンを絞っていただく。

野菜とアボカドのサラダ

ドレッシングは使わず、ヨーグルトソースを食べる直前にかける。

- ヨーグルト‥小1パック 1個(75g)
- レモン汁‥‥‥大さじ1
- 粉マスタード‥‥大さじ1
- 牛乳‥‥‥‥‥‥大さじ1

なすとレンコンのしぎやき

濃い目だし汁を使ったみそダレを使う。

- みそ‥‥‥‥‥‥‥20g
- みりん‥‥‥‥‥大さじ1
- 濃い目だし汁‥‥50mℓ
- いりごま‥‥‥‥大さじ1

めかぶの生姜風味汁

めかぶパックを有効利用する。市販のパック売りしている味付めかぶやもずくと濃い目だし汁で汁物を。うす口しょうゆなどの調味料はいれなくてOK！

〈平成28年10月1日(土)から受付開始〉

医療事務講座 受講生募集!!

実施期間 平成28年 12/10(土)～平成29年 2/19(土)（14日間）
(土・日 9:00～16:00)

場　所 ホルトホール大分3F
ひとり親家庭支援プラザ技能習得室

受講料 無料（但し、テキスト代13,100円（税込）は実費ご負担となります）
※資格試験の費用は別途個人負担でお願いします

人　数 12名（定員になり次第締切）

応　募 ホルトホール大分3Fひとり親家庭支援プラザ窓口で申し込み手続きをしてください
※尚、当プラザの無料講座を受講された方は、キャンセル待ちでお受けする場合があります。また、ひとり親であってもお申込みいただけない場合もございますので詳細はお問い合わせください。

託　児 無料（6ケ月～未就学児）

申込先・お問い合わせ
ホルトホール大分3Ｆひとり親家庭支援プラザ
☎097-576-8882 担当：江良・吉田まで

ホルとも提携施設からのご案内

冷たいソフトクリームの上に季節のフルーツを乗せたあま～いパフェ

パフェ
”季節のフルーツ添え” 630円

人気のフラペリッチにいちご味が新登場!!
果肉も入っておいしさ抜群!!

フラペリッチ
(抹茶&いちご果肉入り♪) 430円

南蛮珈琲館
ホルトホール大分1Ｆ ☎ 097-545-8844
＊毎月第2・4月曜日は休館日です（休館日が祝日の場合、翌日以降の平日）
フェイスブックページ➡https://www.facebook.com/nanbancoffeekan

市民ホール友の会「ホルとも」会員を現在募集中です。
提携施設では会員様特典を準備しています。
申込先・お問い合わせ ☎097-576-8877

EVENT SCHEDULE 9 September 10 October 11 November

主催 ホルトホール大分主催行事です。

9月

大ホール

3(土)	マジックと音楽と絵本の保育セミナー 18:10~19:40
10(土)	平成28年度 大分市「家庭の日」心育て講演会 10:00~11:30
11(日)	・渕英子歌謡教室発表会　11:00~16:00 ・ケント・ギルバート氏 講演会　19:00~21:00
19(月)	~Sempre~大分大学医学部管弦楽団卒団生オーケストラ第6回定期演奏会 14:00~15:30
22(木)	ダンススタジオエンドレス フラ オ マカナ ナレオ アロハ第4回発表会　12:30~16:00
23(金)	が~まるちょば サイレントコメディー JAPAN TOUR 2016 18:30~
25(日)	第11回 日本舞踊 花柳流 笹丸会 10:30~16:30

小ホール

4(日)	長唄・囃子の会 未定
6(火)	美しい音楽を聴こう同好会 19:00~20:30
9(金)	大学生観光まちづくりコンテスト2016 大分ステージ本選 11:00~17:00
11(日)	大分ベンチャーズ同好会 VPS 2016 13:30~19:00
16(金)	大分県福祉用具協会 福祉機器展2016 9:00~16:00
22(木)	The 10th 子どものためのジャズ コンサート !! MINT MOON 結成10周年記念コンサート !! 14:00~
23(金)	OASOBI ~トリコニナル ケン オオイタ~ 18:30~20:00

10月

大ホール

9(日)	ムーサ★バレエ★スクール 第8回バレエ発表会 17:00~19:30
13(木)	大分県安心安全まちづくり県民大会 14:00~16:00
14(金)	稲川淳二の怪談ナイト 18:30~
16(日)	第18回大分県福祉ハッピー歌謡祭 10:00~15:00
21(金)	ご利用者も自ら発表する「出来るようになった」事例発表会 18:30~21:00
23(日)	第1回 大分地区 西日本ハワイアン協会 フラフェスティバル 10:30~16:00
25(火)	沢田研二 LIVE2016 un democratic love 18:30~
28(金)	玉置浩二 Concert tour 2016 18:30~
30(日)	STUDIO M'S 発表会　–SOUL TRAIN– 14:00~17:00

小ホール

5(水)	SEVEN KLOWN LIVE !!　主催 18:30~20:30
7(金)	AMBI Hair Show 2016「四神 –shijin–」 18:30~20:00
9(日)	世界乾癬デー 記念講演会 10:00~11:30
14(金)~16(日)	2016 フラワークリエーション (14・15日)10:00~18:00<予定> (16日)10:00~16:30<予定>
18(火)	㈱レイメイ藤井 ソリューションフェア2016 10:00~18:00
22(土)	国際交流イベント SISAYコンサート　主催 –赤道直下の国 エクアドルから–　17:00~
23(日)	第18回吉野盛之&ときどきカルテットギターコンサート 14:00~16:00
26(水)	オカリナ／ケーナ コンサート 和田名保子 私撰集2016 19:00~
29(土)	おおいたワールドフェスタ2016 10:00~17:00

11月

大ホール

3(木)	第50回 大分高専 音楽祭 16:00~18:00
11(金)	ダンス・コレクション2016 フラメンコ×バレエ~魅惑のスペインを舞う 19:00~
15(火)	山内惠介熱唱ライブ2016 14:00~16:00
19(土)	歌・舞・奏2016 12:00~16:00
20(日)	大分シンフォニック・ウィンド・オーケストラ演奏会 14:00~16:00
21(月)	2017 ミス・ユニバース・ジャパン大分大会 18:00~
23(水)	第5回 ルナバレエ発表会 13:00~15:30
27(日)	豊後たんぽぽの会 10:30~16:00

小ホール

2(水)・3(木)	おおいた演劇の会10周年記念公演「ヴェニスの商人」 (2日)18:30~21:00 (3日)①12:30~15:00 ②18:00~20:30
5(土)	県病 健康教室 14:00~16:00
6(日)	16 Gospel Choir JOY LIVE 18:30~20:30
20(日)	第12回ピアノ会 Dolce 演奏会 14:30~17:00
21(月)	平成28年度 大分県不動産鑑定士協会 一般講演会 14:00~16:00
22(火)・23(水)	九州演劇人サミット in 大分　主催 未定
29(火)	池田純子・髙杉稔シャンソンコンサート ~言の葉の庭の…~ 18:30~
30(水)	芸短オープンカレッジ「ヨーロッパ講座」 18:30~20:00

TOPICS

大分駅南まちづくり協議会発足

大きく変貌する大分駅南地区を舞台に、住む人、働く人、学ぶ人が主役となったまちづくりを進め、訪れる人もあわせ、「安全・安心なまちづくり」「にぎわい・文化の創出」等をめざして、7月7日に発起人会が開催され、スタートしました。駅南地区の学園・自治会・企業等の皆様が参加されています。事務局はホルトホール大分内です。

お問い合わせ
大分駅南まちづくり協議会事務局　携帯☎090-3363-5529(是永)

編集部より

ホルトホール大分は7月20日で満3歳になりました。
年間200万人の皆様に「市民の家」として活用していただいています。増々喜んでいただける「市民の家」にしていきたいと思います。皆様の応援を宜しくお願いします。
秋は催し物が目白押しです。特集ページをご覧の上、是非お越しくださいませ。
残暑厳しき折、皆さまご自愛ください。

次号vol.12は2016年11月20日発行

ホルト通信 vol.11　平成28年8月20日発行
発行：ホルトホール大分みらい共同事業体

HorutoHall OITA
ホルトホール大分
〒870-0839 大分市金池南一丁目5番1号
代表(インフォメーション)TEL 097-576-7555 / FAX 097-573-6210
予約案内(総合受付)　TEL 097-576-8877 / FAX 097-544-5690