

令和2年度「公民館教室」 (うれしの市民センター)

募集

番号	講座名	内容	期日・時間	対象	定員	教材費	講師
1	笑いヨガ教室 ~笑ってストレス発散 ・ガンバルーン体操~ 	笑ってストレスを発散する笑いヨガや体を動かすガンバルーン体操、認知症予防のエクササイズを楽しみながら行います。	6月～12月 月1回 第3 火曜 6/16・7/21 8/18・9/15 10/20・11/17 12/15 13:30～15:30	高齢者 一般	15名	不要	笑いヨガ、 ガンバルーン体 操指導士 古賀香織
2	モールアート教室 	モール（針金を芯にした飾り）を使ったストラップや昆虫、動物等を楽しみながら制作します。	6月～12月 月1回 第3 水曜 6/17・7/15 8/19・9/16 10/21・11/18 12/16 13:30～15:30	高齢者 一般	30名	1回 500円 程度	モールアートマ スター 高倉裕子
3	楽しく遊ぶ 折り紙教室 	つぼみのバラ、梅雨の風景、草花、干支等の季節の折り紙やブローチ等の折り紙を楽しみながら制作します。	6月～12月 月1回 第3 木曜 6/18・7/16 8/20・9/17 10/15・11/19 12/17 13:30～15:30	高齢者 一般	30名	1回 500円 程度	日本折り紙 協会公認講 師 青柳伊都子
4	エコクラフト教室 	荷造り用の「紙バンド」を使った手作りの小物入れ等を楽しみながら制作します。	6月～12月 月1回 第3 金曜 6/19・7/17 8/21・9/18 10/16・11/20 12/18 13:30～15:30	高齢者 一般	20名	1回 300円 ～500 円程度	アバンセ県民 講師 中谷睦子
5	シニアのための スマートフォン 活用教室 	スマホを使ったコミュニケーションや検索、もっと便利に安全に使いこなすための応用編について、操作しながら学びます。 ※スマホは、ご自分の物ではなく、アンドロイド「ギャラクシー」を貸し出（無料）して説明されます。	3回連続講座 6/22（月） 6/29（月） 7/6（月） 13:30～15:30	高齢者 一般	20名 連続3 回出席 できる 方	テキスト代 3回分 1,000 円	NPOシニア情 報生活ア ドバイサー 佐賀 の講師

申込みは、電話で「うれしの市民センター」へ
 応募期間：令和2年4月1日(水)～5月8日(金)

電話：0954-42-3316

定員になりしだい 締め切ります