

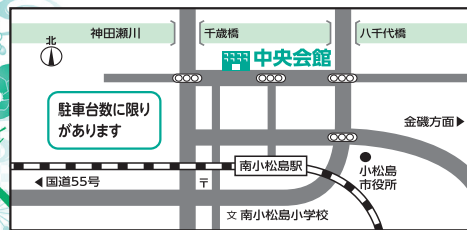
小松島市文化協会主催 冬期文化講座

新規受講生募集

受講を希望される方は、市中央会館へお越しのうえお申し込みください。～生きがいと喜びを感じる学習をめざして～
(電話・FAXでの受け付けはしていません)。

◎1人2講座まで申し込みできます。(No.1からNo.10の中から)
◎申し込み後の講座変更はできません。◎大雨・洪水警報発令時は休講とします。

- 講座会場 市中央会館
 - 主催 市文化協会・市教育委員会
 - 申込期限 12月14日(木)まで
 - 受講料 無料(教材費は実費負担)
- (定員に達した時点で締め切ります)



No.	講座名	講師名	日程(開講曜日)	時間	定員	備考(準備物など)
①	クリスマスの花 親子でも参加できます	小野寺奈保甫 (嵯峨御流)	12月 23日(土曜日)	午前10時～ 11時30分	10名	花を持ち帰る袋、新聞紙等 ※花器とハサミはこちらで準備します。 ・教材費:1回800円
②	お正月花 親子でも参加できます	小野寺奈保甫 (嵯峨御流)	12月 26日(火曜日)	午後1時30分～ 3時	10名	花を持ち帰る袋、新聞紙等 ※花器とハサミはこちらで準備します。 ・教材費:1回1,500円
③	イスに座って 茶道体験	水本 宗徳 (裏千家)	12月 22日(金曜日)	午後7時～ 8時30分	7名	お持ちの方は帛紗セット ・教材費:1回700円
④	新年のお茶を 楽しみましょう 大人も可	松本 宗弥 (裏千家)	1月 20日(土曜日)	午前10時～ 11時30分	10名	お持ちの方は帛紗セット ・教材費:1回700円
⑤	体脂肪撃退 スタイルアップ ヨガ	大島理美子	12月 21日、 1月 18・25日、 2月 8・15日(木曜日)	午後2時～3時	15名	水、タオル、動きやすい服装、 ヨガマット(大きいタオルで代用可)
⑥	絵手紙教室	笠井 千代	12月 20日、 1月 10・24日、 2月 7・21日(水曜日)	午前10時～ 11時50分	10名	絵手紙道具のある人は持参 (道具がない人は要連絡) 教材費:5回1,500円
⑦	癒しのアロマ セラピー	森 未奈子 (Aromabois)	1月 12・26日、 2月 9日(金曜日)	午後7時～ 8時30分	10名	筆記用具 ・教材費:1回700円
⑧	ポーリング アート (流動アート)	庄野 佐代	1月 19・26日、 2月 2日(金曜日)	午後6時～8時	5名	汚れてもいい服装、ゴム手袋 ・教材費:3回 合計1,600円
⑨	UVレジン 低学年は親子 参加でOK	川上 恵利	1月 15・22・29日、 2月 5日(月曜日)	午後6時～ 8時30分	8名	教材費:1回700円 ※小学校高学年以上
⑩	川柳と風刺 川柳とユーモア	土橋 旗一	12月 15日(金曜日)、 2月 15日(木曜日)	午後1時30分～ 3時	20名	・教材費:1回100円

申込・問 〒773-0003 松島町5番6号 市中央会館 ☎ & FAX 32・2030

介護予防講座のご案内

市内在住の65歳以上の方が対象です。
参加ご希望の方は直接、会場へお越しください。

※飲料水、筆記用具などは各自でご持参ください。新型コロナウイルスの感染拡大予防のため、感染の疑いや体調不良がある時は参加をお控えいただき、感染防止対策にご協力ください。定員を超過した場合は人数制限をさせていただきます場合があります。

脳と体の健康教室 定員25名

テーマ ウォーキングエアロ&ゆったりヨガ

- 講師 日根 香先生 介護予防運動指導員
- 日時 12月7日(木) 午後1時30分から3時まで
- 準備物 5本指の靴下、ヨガマット
(またはそれに代わるバスタオル等)

阿波踊り体操教室 定員25名

- 日時 12月13日(水) 午前10時から11時まで

会場

市総合福祉センター
受講料無料・申込不要

脳若トレーニング 定員25名

- タブレット型コンピューターを使用した脳トレーニングです
- 講師 脳若ステーション 認定トレーナー
- 日時 12月15日(金) 午前10時から11時まで
- ※iPadの台数に限りがあるため、定員を超過した場合は人数制限をさせていただきます場合があります。

問 市社会福祉協議会地域包括支援センター
(横須町11番7号 市総合福祉センター内)
☎ 33・4040/FAX 33・4042

問 〓 お問い合わせ先



2023年(令和5年)12月5日
広報こまつま

小松島市役所 代表☎32・2111 〒773-8501 徳島県小松島市横須町1番1号
電話番号に市外局番の記載がない場合、市外局番は「0885」です。