

2023年度 粟井公民館学習・講座ご案内

みんなと一緒に楽しく学びましょう！

いきいきクラブ

簡単な体操や手芸、郷土料理作り
等で楽しく活動する

開催日時 毎月 第4 (水)
9:00~12:00
講師 齋藤佐代子
代表者 齋藤 久美 ☎27-6342



ゲートボール

技術の向上及び関係プレー

開催日時 毎日
9:00~11:30
講師 伊井 勝利
代表者 伊井 勝利 ☎(公民館へ)



寿康会 (老人学級)

生きがいを高め教養の向上

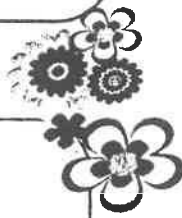
開催日時 年3回 (7・11・12月)
9:30~11:30
講師 その都度迎える
代表者 篠原 一一 ☎27-8213



詩吟

日本古来の詩吟を楽しみ、
腹式呼吸で健康維持

開催日時 毎週 (水)
13:30~16:00
講師 安藤 鶴風
代表者 安藤 博介 ☎27-8619



男性料理教室

簡単料理の調理実習と
栄養に関するアドバイス

開催日時 年 6 回 (5月~2ヶ月毎)
9:00~12:00
講師 山岡 京子
代表者 合田 功 ☎(公民館へ)



大正琴

生涯学習・地域活動・ボランティア訪問

開催日時 第1・3 (木)
9:30~11:30
講師 山岡 益子
代表者 山岡 益子 ☎27-8274



リハビリ体操

健康寿命を高める

開催日時 毎月 第3 (木)
13:30~15:30
講師 安藤 千枝子
代表者 安藤 千枝子 ☎27-6216



ベタンク

心身の健康と親睦を図る

開催日時 毎日 (日曜休)
8:00~9:30
講師 石井 英一
代表者 石井 英一 ☎(公民館へ)



やさしい漢詩

漢詩の解説、漢詩の創作

開催日時 毎月 第3 (土)
13:30~16:00
講師 高嶋 睦徳
代表者 高嶋 睦徳 ☎27-6536

