

令和4年度 藤岡公民館 わたらせ大学受講生募集

今年度も「わたらせ大学」を下記のとおり開設します。ふるってご参加ください。

1 開設講座

講 座	内 容	講 師	定 員	開講日と時間
わたらせ 大 学 (全6回)	いつまでも若々しくあるためには知的好奇心を刺激することが大切です。 健康の話しを聴いたり、室内でできるエクササイズで運動不足の解消、世界にひとつだけの素晴らしい作品を作ります。 * 一歩踏み出してみませんか。	講師は裏面参照	30名	【開講日】 ・ 7月～12月まで ★月1回実施 ★全6回 【時間】 ・ 主に午後2時から ★1講座約2時間 (※詳細は裏面をご確認ください)
	受講料・持参するもの	【全講座共通】 ・ 筆記用具 ・ 飲み物 ・ その他必要と思われるもの		

2 【会 場】 藤岡公民館（2階大会議室）

3 【受付期間】 5月10日（火）～5月13日（金）

★受付時間は午前9時から午後5時まで

*土・日祝日は職員不在ですので受付できません。

*お電話にてお申し込みください。

*定員になり次第、締め切らせていただきます。

4 【参加資格】 60歳以上の栃木市在住の方で、4回以上参加できる方に限ります。

5 【受 講 料】 実費負担があります。（講座の3回目と5回目は実費負担あり）

6 【申 込 先】 藤岡公民館（栃木市藤岡町藤岡810）

*電話番号：0282-62-4321

7 【備 考】

(1) 受講者には、お申込み後、受講案内等を後日お送りいたします。

(2) 新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、講座の延期あるいは中止になることがあります。ご承知おきください。

(3) わたらせ大学の開講最少人数は20名です。

※詳しい内容については、裏面をご覧ください。か藤岡公民館までお問い合わせください。

予 定 表

回	内 容	期 日
1	開講式・講話「心豊かに生きるために」 講師：下都賀教育事務所（ふれあい学習課職員）	7月13日（水） 午後2時～
2	高齢者向け筋力運動「健康ヨガ体操」 ～部屋の中でできる運動不足解消法について～ 講師：ヨガインストラクター 高科育代 先生 （藤岡地域包括支援センター職員）	8月10日（水） 午後2時～
3	七宝焼 【教材費：2,000円】 ～世界にひとつだけの美しいペンダント、ブローチ、ループタイを作ろう～ 講師：内野キヨ子 先生 *1回の受講可能人数が10名程度なので、3日に分けて実施する場合があります。	9月13日（火） 14日（水） 午前9時30分～
4	「がんの現状」～もしガンになったら～ 講師：とちぎメディカルセンター（緩和ケア認定看護師）	10月12日（水） 午後2時～
5	未定 （※1日楽しめる講座を企画中） （内容については、開講時にお知らせします。 実費が必要になります。（予定））	11月9日（水） 午前9時～午後3時頃
6	閉講式・講話「落語」 （年末寄席） 「落語…笑いの中にも人生についての深い教え」 講師：中野晴永 先生（前野木町教育長）	12月14日（水） 午後2時～

★新型コロナウイルスの影響で、急きょ講座が中止になることもあります。

★参加の制限について…次の方は参加できませんので、ご承知おきください。

- ・体温：37.5度以上の発熱がある方（または平熱比1度超過）
- ・体調：息苦しさ、強いだるさ、軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある方
- ・過去：過去2週間以内に感染が拡大している地域や国への訪問

★必ずマスク着用でのご参加をお願いします。

