

# 令和6年度

## さわやかレディース学級 募集のご案内



大宮地区在住の女性を対象に講座を開設します。

趣味を広げ、新たな仲間づくりをし、明るい毎日を過ごしましょう！

【申込み】 5月29日(水)～6月5日(水)の間に大宮公民館へ

【定員】 30名 ※先着順になります。

特定の講座のみの受講は、ご遠慮願います。

【受講料】 無料ですが、教材費(実費)は受講生負担となります。

【日程等】 下表のとおり

回	日時	学習内容と方法	講師
1	6月19日(水) 10時00分～ 11時30分	開講式・人権講話	講話 栃木市 生涯学習課 大類 竜矢 先生
2	7月3日(水) 10時00分～ 12時00分	いぶき焼き(国府公民館共催) 会場:国府公民館	実技 野中 一郎 先生
3	7月24日(水) 10時00分～ 11時30分	環境講座 (国府公民館共催)	講話 実技 栃木県地球温暖化防止活動推進センター
4	9月11日(水) 10時00分～ 11時30分	健康講座(包括支援センター共催) 「運動教室 PART 1」	実技 健康運動指導士 児矢野 弘之 先生
5	10月9日(水) 10時00分～ 11時30分	健康講座(包括支援センター共催) 「運動教室 PART 2」	実技 健康運動指導士 飯塚 あゆみ 先生
6	11月20日(水) 10時00分～ 11時30分	調理実習(うどん作り)	実習 大宮地区女性会
7	12月9日(月) 13時00分～ 14時30分	音楽コンサート「ギター」 (国府公民館共催) 閉講式 会場:国府公民館	鑑賞 蔵の街 ギターアンサンブル
備考	◇ 筆記用具等、各自必要なものを用意してください。 ◇ 毎回案内通知を送付しますので、ご確認ください。		

《連絡先 大宮公民館 ☎27-0073》