

令和7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26日（月）～6月5日（木）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	
1	6月25日(水) 10時00分～ 11時30分	開講式・人権講話	講話
2	7月8日(火) 10時00分～ 11時30分	減塩をテーマにした講話と実習	実習
3	7月30日(水) 10時00分～ 11時30分	スイーツデコ講座 「タルトのブローチを作ろう」	実技
4	9月10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
5	10月8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
6	11月26日(水) 10時00分～ 11時30分	くらしのセミナー (消費者問題について)	講話・鑑賞
7	12月17日(水) 10時00分～ 11時30分	音楽コンサート「ギター」 閉講式	鑑賞
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》