

令和8年度

菜の花学級 前期講座生募集

シニア講座(シニアの皆さんの仲間つくりと学び合いの講座)

実施日	開講時間	講座内容	実施場所
6月16日 (火)	10:00 ~ 11:30	アロマ香るフラワーポット作り 数種類のフラワーから好みの色を選んで... 材料費あり 自分だけのフラワーポットを作ってみましょう。 最後にアロマオイルを入れて、いい香り!	氏家公民館 第4・5研修室
7月16日 (木)	10:00 ~ 12:30	いざという時の防災 いつやってくるか分からない、自然災害... 材料費あり 常日頃の準備も大切ですが、災害が起こった後の生活も考えてみましょう。今回は、災害時にも家にある物で簡単に作れるレシピを学び、実際に試食をします!	喜連川公民館 調理実習室
8月24日 (月)	10:00 ~ 11:30	次はどっちの足!?「ふまねっと運動」 皆様からのご要望が多かった講座を開講します! 「次はどっちの足?」と四苦八苦しなながら全身のバランスや認知機能を向上させましょう。	氏家公民館 第4・5研修室
9月16日 (水)	10:00 ~ 12:00	座ってタップ イスに座ってタップダンスを楽しみましょう。 いつまでも自分の足で歩ける体づくりを目指して、タップで楽しく足を動かします!うまくできなくても大丈夫!!	氏家公民館 第4・5研修室

受講料 500円 ※別途、材料費がかかる回があります
定員 先着25名
対象者 市内在住のおおむね60歳以上の方
申込方法 生涯学習課窓口、または氏家公民館窓口にご本人様が直接来館の上お申し込みください。
申込期間 令和8年5月7日(木)~19日(火)
受付時間 平日の午前9時~午後5時 (土日は除く)

- ・状況によっては、変更になる場合もございます。
- ・定員になり次第、申込を終了させていただきます。

【お問い合わせ】

生涯学習課 028-686-6621