

令和6年度富久山公民館主催事業

メンズカレッジふくやま

回	日時	内容	講師	準備等
1	<u>6月25日(火)</u> 10:00~12:00	知って得するくらしの知恵 くらしに役立つルール・表示について学ぶ	きらめき出前講座 (セーフコミュニティ課 消費生活センター)	筆記用具 飲み物
2	<u>7月12日(金)</u> 10:00~12:00	太極拳 身体バランスの強化と転倒リスクの低下を学ぶ	池田 慈子 先生	飲み物 タオル 運動靴(中履き) 動きやすい服装
3	<u>8月9日(木)</u> 10:00~12:00	日本遺産「一本の水路」の物語 大久保利通”最後の夢”と開拓者の軌跡とはについて学ぶ	きらめき出前講座 (国際政策課)	筆記用具 飲み物
4	<u>9月27日(金)</u> 10:00~12:00	健康ボイストレーニング 心と身体の健康の為に音楽療法、健康ボイスレッスンを学ぶ	平栗 喜美江 先生	筆記用具 飲み物 タオル
5	<u>10月25日(金)</u> 10:00~12:00	箱庭作り 小さな箱の中に侘び寂びのある庭園をつくり風流を楽しむ(文化祭に出演)	熊田 一実 先生	材料費2,000円 飲み物 汚れても良い服装 手拭きタオル
6	<u>11月22日(金)</u> 10:00~12:00	脳トレカード教室 脳力の向上 能力と脳の活性化を図る	宗像 真紀子 先生	筆記用具 飲み物
7	<u>12月13日(金)</u> 14:00~16:00	美味しいお酒を知る・閉講式 いろいろなお酒をたしなみながら、お酒に合ったおつまみを作る。親睦を深めると共に唼酒師に学ぶ。	瀧田 勉 先生	材料費1,500円 エプロン・三角巾 筆記用具 飲み物

「新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、公民館利用の留意事項に基づきご利用いただきます。」

- マスクの着用は各人の判断となります。 ○体調が悪い場合は、来館をご遠慮ください。
- 講座の第1回目は火曜日、2回目以降は金曜日となりますのでご注意ください。なお7回目の開始時間が異なるのでご注意ください。 ○講師の都合により、内容が変更になる場合もあります。
- 講座回数の変更、または中止になる場合もあります。
- 「氏名、住所、電話番号」等個人情報はこの事業以外に使用いたしません。



問い合わせ：郡山市立富久山公民館(富久山総合学習センター)

Tel 925-1500 担当 渡邊・助川