

受講生募集!

# 「いきがい学級」

令和7年度 中田公民館主催事業

日 時 令和7年6月25日(水)～令和8年1月21日(水)  
 午前10時00分～12時00分 ※館外学習を除く

対 象 中田公民館地区在住一般男女

定 員 30名

受 講 料 無料 ※材料費および実費は、自己負担となります。

申 込 日 令和7年6月2日(月)から受付致します。  
 ※中田公民館へ直接お申し込みください。

問い合わせ 中田公民館 電話 024-973-2951



↑QRコードからも  
受付できます。

## プログラム

第1回 6月25日(水) 午前10時00分～12時00分

### 開講式 「睡眠と健康の知恵袋」



～良い睡眠とれていますか?～

※野菜足りてる?ベジチェック付き



明治安田生命 地元の元気プロジェクト講師

第2回 7月26日(土) 午前10時00分～11時30分

～世界で一番心を癒すと言われる美しい音～

### 「スチールパンコンサート」

演奏: スチールバンド MISOLA

(注) 土曜日開催となります!



第5回 10月15日(水) 午前9時00分～午後4時

### 館外学習 猪苗代町方面～歴史と自然を学ぶ～

秋の猪苗代の自然に触れながら歴史をまなびましょう♪

(参加費あり) 3,500円程度



第6回 11月12日(水) 午前10時00分～12時00分

### 健康講座「のびのびストレッチ」

毎日ストレッチを続けて健康な体を維持しましょう

講師: 峯 淳子先生



第3回 8月27日(水) 午前10時00分～12時00分

### 大人の読み聞かせ

～金子みすゞ・草野心平等の詩の朗読と解説

感動!!で心が癒されます～

講師: フリーアナウンサー 宗方 和子先生



第7回 12月23日(火) 午前10時00分～12時00分

### お正月「アレンジメントフラワー教室」

綺麗にお花を飾って新しい年を迎えましょう

(材料代あり)

講師: フLOWER-たかはし



第4回 9月17日(水) 午前10時00分～12時00分

### 「ポーセラーツ教室」 (中田祭出品)

お気に入りの食器を作りましょう!とても簡単に作れます♪

本格的で大満足の仕上がりです! (材料代あり)

講師: 海野 千代子 先生



第8回 1月21日(水) 午前10時00分～12時00分

### 「和菓子を作ろう」

たくさんのリクエストにより、今年も作ります!!

新年にふさわしい縁起のいい和菓子作りに挑戦!!

(材料代あり)

講師: かど屋 神山 典之



## いきがい学級 参加申込書

氏名 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

年齢 \_\_\_\_\_

※教えていただいた個人情報は「いきがい学級」の活動以外には使用いたしません