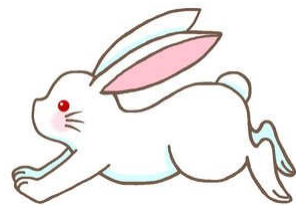


平成28年度 さかえ館 主催講座のご案内



春ですよ～！
一緒に学びませんか！

うめ工房

～地元産 大屋梅を使った料理を作ろう！～
梅干しの漬け方、梅ジュース、梅スイーツを
作りましょう！

- 【対象】 一般男女
- 【経費】 教材実費
- 【開催日】 年3回（7月以降を予定）
- 【申込み】 開催月前の館報で募集



※「**第二回 梅コンクール**」も開催します！！

いろいろな「出逢い」

応援します！



—出逢いで人生をより豊かに—

- 【対象】 一般男女
- 【内容】 一緒に趣味を楽しむ仲間や良きパートナー探しをお手伝いします。
さくらんぼ狩りやバーベキュー、スポーツ交流などを予定しています。
- 【開催日】 6月～H29年2月までの全5回
- 【申込み】 開催月前の館報で募集

らくらく健康体操教室

—さかえ健康の駅—

だれでもできる「らくらく体操」をはじめ、ヨガやエアロビクスなどを行います。

- 【対象】 一般男女 【定員】 25人程度
- 【開催日】 4月5日（火）スタート
10:00～11:30 全12回

※3月号の館報でもご案内しております。

まだ、若干名の余裕がございますのでご希望の方はお早めにお申し込みください。

歩いて健康講座

—生活習慣の改善や運動について
学びましょう—



- 【対象】 一般男女
- 【内容】 健康に関して学び、横手市内をウォーキング。知らなかった横手を発見できるかも！
- 【開催日】 6月からの全4回
- 【申込み】 開催月前の館報で募集

スローエアロビクス

教室



音楽に合わせて体を動かしましょう！ハードなエアロビクスと違いどなたでも参加できますよ！

- 【対象】 一般男女
- 【定員】 20人程度
- 【開催日】 9月から開催予定（月2回）
10:00～11:30 全8回
- 【経費】 1,500円程度（8回分）
- 【募集】 開催月前の館報で募集

その他、防災に関する講座やいざという時に役に立つ講座を予定しております。

開催月前にお知らせいたしますので、皆さま、お誘いあわせのうえ、ご参加ください！

- 防災訓練と講話
- AED講習会
- 安全な雪下ろし講習会
- 「共助組織活動」



について学ぼう



梅栄会教室

仲間と一緒に楽しく笑いあいましょう！

- 【対象】 60歳以上の方
 - 【経費】 年会費 1,000円
 - 【開催日】 年5回 平日の日中
 - 【申込み】 4月5日（火）～随時
- 新規受講者は、栄公民館窓口か
お電話でお申し込みください。



婦人教養講座

生き生きとした女性を目指し
さまざまなことにチャレンジ！

- 【対象】 一般女性
 - 【経費】 教材実費
 - 【開催日】 年7回 平日の日中
 - 【申込み】 4月5日（火）～随時
- 新規受講者は、栄公民館窓口か
電話でお申し込みください。



わんぱく教室

体験学習を通して友情を育む



子ども向け

- 【対象】 小学生
 - 【経費】 教材実費
 - 【開催日】 年4回 長期休み中
 - 【定員】 30人程度
 - 【申込み】 4月5日（火）～4月15日（金）
- 栄公民館窓口かお電話で
お申し込みください。



梅の里書道教室

書いてみたい方、初心者歓迎！
お子様もOKです

- 【対象】 どなたでも
- 【経費】 入会金1,000円のほか月謝、お手本代が必要です。
- 【開催日】 月4回程度（土日の午前中）
- 【募集】 随時募集



自然観察教室

自然と親しみ植物を学ぶ

- 【対象】 一般男女
- 【経費】 500円程度（保険代等）
- 【開催日】 夏と秋の2回
- 【定員】 30人
- 【申込み】 開催月前の館報で募集



ちいめんあそび教室

ちりめんの風合いを楽しむ

- 【対象】 一般女性
- 【経費】 教材実費
- 【開催日】 毎月第3月曜日（予定）



※継続講座につき、今年度の募集はありません。

— 講座のお申し込み方法 —

- 4月5日（火）からの受付と開催月前に募集の講座があります。
- 8:30～17:15まで（土・日・祝を除く）栄公民館窓口かお電話でお申し込みください。
- お申し込みの際に、お名前、ご住所、電話番号をお知らせください。



お申し込み・お問い合わせは…

さかえ館(栄公民館) 横手市大屋新町字堂/前32-1

☎33-5320