

公民館講座・1 DAY 講座 (R8 計画)

ア. 公民館講座

「であい、ふれあい、まなびあい」をテーマに、南部公民館において、前期・後期に分けて公民館講座を開催し、市民の生涯学習の推進を図る。

※前期は 6 月 ～ 9 月 後期は ~~11~~ 月 12 月 ～ 2 月

○南部公民館

【前期】	・ビューティピラティス ・うたごえ教室 ・心とからだを癒すヨガ ・健康太極拳 ・楽しいパン作り ・フラワーアレンジメント ・健康イスヨガ体操 ・簡単ヘルシー料理 【スキルアップコース】 【料理の基本コース】
【後期】	・ビューティピラティス ・うたごえ教室 ・心とからだを癒すヨガ ・健康太極拳 ・楽しいパン作り ・フラワーアレンジメント ・健康イスヨガ体操 ・簡単ヘルシー料理 ・リンパケア&機能改善ストレッチ
【特別講座】	・アート講座 ・I C T 講座 ・1 DAY 講座 ※障害者の生涯学習支援のため実施予定

イ. 1 DAY 講座

誰もが気軽に参加することができるよう、1 日だけ体験する 1 DAY 講座を開講し、新たな生涯学習の機会を提供する。

- ・秋涼の 1 DAY 講座
- ・早春の 1 DAY 講座