

# 令和8年度 おもとと大学（高齢者学級）参加募集のお知らせ



- ◎ 対象：東那須野公民館区内に居住の概ね65歳以上の男女
- ◎ 場所：東那須野公民館ほか
- ◎ 募集受付：4月24日（金）まで  
※窓口又は電話、QRコードでお申し込みください。



東那須野公民館：電話 67-1163

## ◎ 学習目的

地域の高齢者が講座の参加をとおり、心身ともに健康で健全な生活が過ごせるよう仲間づくりを行いながら楽しく学び、地域社会とのふれあいを深めることを目的とします。

## ◎ プログラム

No.	日時	内容		会場	講師
★1	5月15日（金） 10:00 ～11:30	開講式 『中国の楽器（二胡）を 聴いてみよう』	音楽会	多目的 ホール	二胡ハーモニー 金の星 名田 めぐみ 氏
2	6月19日（金） 9:30 ～11:30	健康講座 『指ヨガ PART2』	実技	多目的 ホール	めぐちゃん指ヨガ マスターセラピスト 高久 由理 氏
★3	7月17日（金） 10:00 ～11:30	健康講座 『エンジョイ シニアリトミック』	実技	多目的 ホール	アルモニューズ 音楽教室主宰 高橋 順子 氏
4	8月21日（金） 28日（金） 9:00 ～11:30	ものづくり体験 『夏の和菓子（練り切り）を つくろう！』 ※各回30名定員で2回に分けて実施	実技	調理室	お菓子指導者 鍋木 忠男 氏
5	9月18日（金）	移動教室 『会津三観音めぐり』	移動 教室	会津 方面	
★6	10月16日（金） 9:30 ～11:30	ものづくり体験 『ちぎり絵を体験しよう！』 （公民館まつりに作品を展示します）	実技	多目的 ホール	ちぎり絵講師 星野 けい子 氏
7	11月20日（金） 9:30 ～11:30	健康講座 『ニュースポーツ ディスコン大会』	実技	多目的 ホール	レクリエーション協会 会長 菊地 彰 氏
8	12月25日（金） 9:30 ～11:30	冬の寄せ植え教室 『冬の草花を寄せ植えし 心に潤いを・・・』	実技	多目的 ホール	植木研究家 坂井 正栄 氏
9	R9. 1月15日（金） 9:30 ～12:00	閉講式 『沖縄三線を聴いて 沖縄の風を感じよう！』	音楽会	多目的 ホール	なすの三線の会 早乙女 正次 氏

※裏面をご覧ください

○上記の日程、内容等については変更になる場合があります。

○上ばき（かかとのあるもの）・飲み物・筆記用具は毎回、各自でご用意ください。

○講座中に記録用の写真撮影を行い、公民館だよりほかへ掲載する場合があります。

☆印の回は成人セミナーとして、どなたでもご参加いただけます。（お友達をお誘い  
ください！）