

毎戸 おにし地域だより

令和5年度

令和6年(2024年)2月15日号 発行:地域づくりセンター鬼石 鬼石 170-1(電話:52-3881)

令和6年度地域づくりセンター鬼石定例教室受講生募集

来年度の定例教室受講生募集の時期が近づいてきました。各教室の活動内容等の詳細を掲載します。来年度新しくスタートする教室もありますので、是非ご検討ください。

・受付期間: 3月1日(金)~3月11日(月)

電話(52-3881)もしくは、地域づくりセンター鬼石へお越しいただき申し込んでください(先着順)。混乱を避けるため、代理の方がまとめて申し込むのではなく、受講を希望される方本人が申し込んで下さい。

- ・注意事項:
1. 申込人数が少なかった場合、教室を開催できないことがあります。
 2. 各教室の参加費については、初回教室実施日に年額を一括納入していただきます。(半期納入の教室もあり。)
- ※途中で退会した場合でも、参加費の返却はできませんのでご承知おきください。



教室名・実施日・定員・費用等	活動内容
太極拳教室 実施日:第1・2・4 火曜日 13:30~15:30(全30回) 参加費:1回500円 定員:15名	太極拳はゆっくりとした動きのため、幅広い人々が一緒に楽しむことができる運動です。筋肉・脳・内臓などへの様々な健康効果が期待できます。生涯スポーツとして始めてみては?
ZUMBA GOLD 実施日:第2・4 木曜日 10:00~12:00(全20回) 参加費:1回500円 定員:15名	明るく楽しい音楽に合わせて体を動かし、汗を流してみませんか?初心者やシニアの方にも楽しめるようにアレンジされたプログラムになっています。体も気持ちも元気になれる教室です!!
パン・焼き菓子教室 NEW 実施日:第2土曜日 9:30~12:00(全10回) 参加費:1回1,600円(材料費込) 定員:8名	実際のパンや焼き菓子づくりの手法について、手を動かしながらライブで学びましょう。美味しくできるコツを学んで、自宅でもおいしい、できたてパンやお菓子を食べられるようになりますよ♡
フラワーアレンジメント教室 NEW 実施日:第3水曜日 13:30~15:30(全10回) 参加費:1回500円 定員:15名 (別途材料費教室毎2,000円程度)	地域づくりセンター鬼石でフラワーアレンジメントの基礎を学びませんか?自分で作ったフラワーアレンジメントでおうち空間を華やかにしてみたり、贈り物にしてみたり、作っている間も作った後も楽しめます。
アロマと美容健康法 NEW 実施日:第3水曜日 10:00~11:30(全10回) 参加費:1回500円 定員:16名 (別途材料費教室毎1,000円程度)	健康年齢マイナス10歳を目指す体の作り方を看護師がお伝えします。健康美は「食・運動・生活習慣」のバランスが大切。アロマを取り入れながら、お体の不調や年齢をカバーする、エイジングケア、ダイエットを学んで若返りましょう♪

鬼石地区地域づくり協議会事業

3月10日(日)

9時～15時30分

三よき

屋外 イベント 10時～

- ◎ 子ども広場（フワフワ遊具・輪投げ）無料
- ◎ 明治安田生命健康チェック 無料
- ◎ とっちゃんげ汁無料配布（12時～なくなり次第終了）
- ◎ バザー、商工会青年部の模擬店
- ◎ 地区内商店、地域おこし協力隊による物販（弁当、和菓子、パン、コーヒール等）

会場：鬼石多目的ホール・芝生広場

屋内 発表内容 9時～

- ◎ ステージの部（楽器演奏、歌唱、踊り等）
- ◎ 作品展示の部（習字・手芸作品等）

問い合わせ 地域づくりセンター鬼石 52-3881

