

令和4年度 諏訪市公民館「男のプレミアム倶楽部」実施講座予定

団塊世代・定年退職後の男性のみなさんを応援します！

テーマ ～ 歩く・見る・体験する さらにプレミアムに ～

時間・会場 下表のとおり。

対象・定員 市内在住、在勤の男性 20人（先着順）

参加費 1,500円（資料代等として）現地学習、実習教材費等は別途徴収。

開講式・第1回講座 5月24日(火) 湖南公民館 午後1時30分～3時30分

申し込み 4月14日(木)～4月19日(火)迄の間に、市公民館窓口か電話で申し込み。

（日曜日・祝祭日を除く、午前9時～午後5時）

〔申し込み・問合せ先〕諏訪市公民館 電話 53-6219

（敬称略）

日時(曜)	内容	講師	会場
5月24日(火) 午後1:30～3:30	開講式 健康体操	体操指導者 古松幸子	湖南公民館
6月7日(火) 午前8:00～12:00	霧訪山に 花を訪ねる	自然観察指導者 藤森とも子	塩尻市
7月26日(火) 午前8:00～12:00	鷲ヶ峰で 絶景を愛でる	自然観察指導者 藤森とも子	霧ヶ峰
8月9日(火) 午前8:00～12:30	稗之底古村址と おっこと亭	富士見町教育委員会	富士見町
8月31日(水) 午後1:30～3:30	昆虫食文化の 不思議を探る	伊那市創造館館長 捧 剛太	文化センター
9月6日(火) 午前9:30～午後2:00	大見山と蓼の海 楽しい野外活動	プレミアム会員	蓼の海
10月11日(火) 午前8:00～12:00	信濃の国二之宮 小野矢彦神社見学	辰野町教育委員会	辰野町
11月8日(火) 午前8:00～午後4:00	吐竜の滝と 三分一湧水	自然観察指導者 藤森とも子	北杜市
12月6日(火) 午前8:30～12:00	宇宙の神秘に 触れる	八ヶ岳総合博物館 渡辺真由子	茅野市
1月24日(火) 午前8:30～12:00	シルク岡谷の 栄光を学ぶ	岡谷蚕糸博物館 林 久美子	岡谷市
2月21日(火) 午前10:00～午後1:00	簡単で美味しい 男の料理	郷土料理指導者 矢島千波・両角正江	諏訪市公民館別館
3月14日(火) 午後1:30～3:30	閉講式 元気になる音楽	音楽指導者 馬淵ひとみ	中洲公民館