

# 令和4年度 諏訪市生きがい学級

諏訪市公民館 (定員 30 名)問・申 53-6219		豊田公民館 (定員 20 名)問・申 52-1587		四賀公民館 (定員 20 名)問・申 52-0504		中洲公民館 (定員 20 名)問・申 52-1924		湖南公民館 (定員 20 名)問・申 52-0553	
期 日	内容・(講師※敬称略)	期 日	内容・(講師※敬称略)	期 日	内容・(講師※敬称略)	期 日	内容・(講師※敬称略)	期 日	内容・(講師※敬称略)
6/2 (木)	上諏訪地区まちなみめぐり コースの紹介 (五味 光一)	6/13 (月)	防災講演会「水害に備えて」 (小泉 悦夫)	6/9 (木)	養川セギの実地踏査 (関 雅一)	5/30 (月)	にこっとする短歌 (関 雅一)	5/30 (月)	抹茶と煎茶のお点前 「湖盆手前教室」 (二村宗邦・平林和子)
6/16 (木)	ポッチャ体験 (市スポーツ課)	6/27 (月)	ポッチャ体験 (市スポーツ課)	6/16 (木)	四賀の古刹を訪ねる① ～地藏院～ (細野 貞心)	6/13 (月)	ポッチャ体験 (市スポーツ課)	6/20 (月)	湖南のお寺「善光寺訪問」 (加藤 聖麟)
7/28 (木)	市博物館特設展見学 「諏訪信仰と御柱」 (市博物館)	7/4 (月)	豊田の歴史よもやま話① (飯田 朝治)	7/14 (木)	笑顔、元気、そして歌 (小山 治男)	7/11 (月)	花の話 (白鳥 保美)	7/11 (月)	ポッチャ体験 (市スポーツ課)
10/6 (木)	あおぞら健康ウォーキング 初級(湖畔・並木) (進藤 久美)	8/1 (月)	豊田の歴史よもやま話② (飯田 朝治)	7/28 (木)	ポッチャ体験 (市スポーツ課)	8/8 (月)	笑顔、元気、そして歌 (小山 治男)	8/4 (木)	八ヶ岳総合博物館 「プラネタリウムを楽しむ」 (渡辺 真由子)
10/20 (木)	笑顔、元気、そして歌 (小山 治男) ※会場 すわっちゃオ	9/12 (月)	あおぞら健康ウォーキング初級(豊田) (進藤 久美)	8/25 (木)	四賀の古刹を訪ねる② ～頼重院～ (高田 清秀)	8/29 (月)	マインドフルネス (矢崎 直子)	9/5(月)	笑顔、元気、そして歌 (小山 治男)
11/17 (木)	「五六郎とアホウ丸」諏訪湖治水の恩人 (山田 勝文)	10/3 (月)	笑顔、元気、そして歌 (小山 治男)	9/29 (木)	あおぞら健康ウォーキング中級(もみじ公園) (進藤 久美)	9/26 (月)	あおぞら健康ウォーキング 中級(前宮) (進藤 久美)	10/17 (月)	あおぞら健康ウォーキング 中級(本宮) (進藤 久美)

※【自由参加講座1】7/20(水)午後1:30～3:30「(男おもしろ倶楽部主催)「ビヨンド・コロナ～コロナを越えて生きる～」(講師:諏訪中央病院 副院長 高木宏明先生)(文化センタにて)

※【自由参加講座2】8/31(水)午後1:30～3:30「(男おもしろ、男プレミアム、女セミ共催)「昆虫食文化の不思議を探る」(講師:伊那創造館 館長 捧 剛太 先生)(文化センタにて)

〈対 象〉 60歳以上の市内在住者 ※先着順 ※複数の公民館の生きがい学級、女性セミナー、男のおもしろ倶楽部、男のプレミアム倶楽部との重複申し込みはできません。

〈会 場〉 各公民館。送迎バスの配車は行いません。


〈日 程〉 全6回、上記日程の午前10時～12時と【自由参加講座(午後1時30分～3時30分) 上記の2回】 計8回となります。  
「笑顔、元気、そして歌」・「あおぞら健康ウォーキング」・「ポッチャ体験」は全館共通です。  
(「あおぞら健康ウォーキング」は、雨天時には屋内で「ウォーキング教室」に変更します。)

〈参加料〉 600円(資料代)を初回に集金します。他に現地実習費や実習教材費等がかかる場合があります。

〈申込み〉 5月6日(金)～定員になり次第締め切ります。受講したい公民館窓口(申込用紙に記入)または電話でお申し込み下さい。  
(土日・祝祭日を除く午前9時～午後5時)

〈その他〉 新型コロナウイルスの感染拡大状況によっては、講座を中止または内容、日程を変更する場合があります。  
新型コロナウイルス感染対策のため、マスクの着用、手指消毒にご協力をお願いいたします。  
また、体調のすぐれない時は講座への参加をお控えください。

〈問・申〉 諏訪市公民館☎3-6219、豊田公民館☎2-1587、四賀公民館☎2-0504、中洲公民館☎2-1924、湖南公民館☎2-0553



近所の公民館または  
好きな内容の公民館へ  
ご参加ください!