

令和8年度 諏訪市公民館「男のプレミアム倶楽部」案内

- 1 組織 運営委員5名体制とし、企画・運営に参画する。
- 2 募集対象は、市内在住・在勤の男性。募集人員は、15名（運営委員除く）
- 3 主担当は、中洲公民館 副担当（他の3公民館） **○受付 4/1(水)～6日(月)**
- 4 申込方法 ①中洲公民館窓口または電話 ②市ホームページ内「ながの電子申請」
- 5 **参加費 1,500 円**（資料代等として、第1回の時に集金する。）



年間講座計画

	日時(曜)	内容	講師(敬称略)	会場
1	4月 28日(火) 午前 10:00～11:30	開講式 ライン(スマホ)の活用	中洲公民館 社会教育指導員	諏訪市公民館 2階 講義室
2	5月 19日(火) 午前 10:00～	下諏訪ブラリ 旧矢崎商店プロジェクト・魁塚	矢澤進一(町ガイド) 下諏訪町職員	下諏訪町 旧矢崎商店～魁塚
特	6月 1日(月) 午後 1:30～3:30	三者共催講演会 (仮)より豊かに生きる	内山 二郎 県長寿開発センター元理事長	すわっチャオ 3階会議室
3	6月 9日(火) 午前 8:00～12:30	入笠山スズランの花 (自然保護シリーズ1)	藤森とも子 自然観察インストラクター	バス利用 ロープウェイ 2,400 円
4	6月 16日(火) 午前 10:00～11:30	ニッコウキスゲ植栽活動 (自然保護シリーズ2) ～植栽活動参加事前学習～	藤森 順三 小和田牧野組合 再開発チームリーダー	諏訪市公民館 2階 講義室
5	7月 17日(金) 8:00～17:00	無言館(上田市) ～平和学習～	上田市 無言館職員	バス利用
6	8月 25日(火) 午前 10:00～11:30	高齢者の 防災について考える	笠原 敏彦 「防災ネットワーク諏訪」会長	諏訪市公民館 2階 講義室
7	9月 15日(火) 午前 10:00～12:00	青春時代を音楽で語り合う レコードコンサート	両角 忠幸 県シニア地域プロデューサー	ビオレホール (諏訪市赤羽)
8	10月 13日(火) 午前 10:00～11:30	「気功」体験	宮澤佳子 ヨガインストラクター	中洲公民館 講堂
9	11月 17日(火) 午前 10:00～11:30	認知症とともに暮らす	矢崎 敏江 ライフドア諏訪	諏訪市公民館 2階 講義室
10	12月 1日(火) 午前 10:00～12:00	木製ツリーづくり	小松 昭 (森林体験館職員)	諏訪市公民館 1階視聴覚室
11	1月 21日(木) 午前 10:00～12:30	健康料理教室 (高齢者向け肉料理)	健康推進課職員	諏訪市公民館 別館 調理室
12	2月 16日(火) 午前 10:00～12:00	歌で元気に 閉講式	馬淵ひとみ 實吉和代	中洲公民館 講堂

※研修旅行・懇親会等については、倶楽部会員の希望があれば、運営委員に一任。

問い合わせ・申込先 中洲公民館 ☎0266-52-1924