

《国府地区》

講 座 名	内 容 / 講 師	日 時・回 数	対象・定員	会 場
やってみよう 太極拳	健康一番、太極拳の基礎を学んで心と体を整えます。 ／津下 暢代	5/13・27(火) 13:30～15:00 全2回	一 般 10名	国府市民館
楽しく歌を歌いましょう♪	歌が大好き！みんなで一緒に昭和の歌謡曲などを楽しく歌います。 ／林 昭男	5/21(水) 13:30～15:30 全1回	一 般 20名	国府市民館
いきいき 健康体操教室	楽しく体を動かしながら、体の柔軟性・筋力・持久力を高め、健康な体をつくります。 ／伊藤 聖子	6/11・18(水) 13:30～15:00 全2回	一 般 15名	国府市民館
編み物教室 ～かぎ針入門～	かぎ針で編み物をします。基本から始めますので、初心者の方も大歓迎です。／宮本 久代	7/4・11(金) 13:30～15:00 全2回	一 般 10名	国府市民館
集まれ！ パソコン初心者	パソコン初心者向けの講座です。ワード・エクセル等の基本を学びます。／木内 英雄	9/3・10・17(水) 13:30～15:00 全3回	一 般 10名	国府市民館
ウォーキング ～大恩寺と 御津山散策～	大恩寺を参拝し、御津山展望台まで登り、そこから三河湾を眺めます。／渡邊 祥隆	9/30(火) ※雨天10/7(火) 10:00～14:00 全1回	一 般 10名	国府市民館～ 御津山

《国府東地区》

講 座 名	内 容 / 講 師	日 時・回 数	対象・定員	会 場
ふるさとの歴史と 自然探訪	穂の国あれこれ、身近な自然探訪(座学)をして、郷土愛を育みます。／鈴木 哲夫	5/8(木) 10:00～12:00 全1回	一 般 20名	国府東地区 市民館
楽しく歌を歌いましょう♪	懐かしい童謡や昭和の歌謡曲をピアノにのせてみんなで歌います。／林 昭男	5/20(火) 13:30～15:30 全1回	一 般 20名	国府東地区 市民館
籐細工でかご作り	初心者の方でも楽しくできる、籐細工の素敵な小物入れを作ります。／福田 三千子	6/6(金) 10:00～12:00 全1回	一 般 10名	国府東地区 市民館
太極拳で すこやかに (健康づくり推進事業)	ゆったりとした動作や体重移動により、足腰の筋力を鍛えると共にバランス感覚を養います。／守谷 玲子	6/16・23・30(月) 10:00～12:00 全3回	一 般 15名	国府東地区 市民館
ワクワク パッチワーク	パッチワークの基礎を学習し、おしゃれで素敵な世界に一つだけの作品を作ります。／杉山 千聡	7/15、8/19(火) 10:00～12:00 全2回	一 般 12名	国府東地区 市民館

夏休みの簡単なお昼ご飯作り	夏休みのお昼ご飯を、簡単に栄養バランス良く作ります。 ／窪小谷 扶美代	7/25(金) 10:00~13:00 全1回	一般 (小4以上) 8名	国府東地区 市民館
料理を作って食べて仲間作り	旬の食材を使って、健康に気を配った和食料理作りを楽しみます。 ／窪小谷 扶美代	9/29(月) 10:00~13:00 全1回	一般 8名	国府東地区 市民館

《御油地区》

講座名	内容／講師	日時・回数	対象・定員	会場
御油 ぶらり歴史探訪	わかりやすい解説とともに御油の街並みを巡ります。 ／山本 葭文	5/24(土) 10:00~12:00 全1回	一般 20名	御油生涯学習センター ～御油町内
皆で歌おう！懐かしい昭和の歌、童謡	昔懐かしい昭和の歌や童謡を歌唱し、心身のリフレッシュを図ります。 ／林 昭男	6/12(木) 13:30~15:30 全1回	一般 20名	御油生涯学習センター
元気ハツラツ健康体操	心も体も生き生きと。簡単な健康体操で、楽しみながら心身をリフレッシュさせます。 ／河合 美恵子	6/7・14・21(土) 10:00~12:00 全3回	一般 20名	御油生涯学習センター
集まれ！パソコン初心者	パソコン初心者向けの講座です。ワード・エクセルの基本を学びます。 ／木内 英雄	7/9・16・23(水) 14:00~16:00 全3回	一般 10名	御油生涯学習センター
子どもお菓子作り教室 (健康づくり推進事業)	簡単なお菓子作りで、夏休みを楽しく過ごします。 ／河合 美恵子	7/26(土) 10:00~12:00 全1回	小学生 (4~6年) 12名	御油生涯学習センター
盆踊りで和太鼓をたいてみよう	小学生(4~6年)のための和太鼓講座です。基礎から学び、成果は盆踊り大会で披露します。 ／中村 弘・河合 美恵子	8/5・6・7・8 (火~金) 17:00~18:30 全4回	小学生 (4~6年) 15名	御油生涯学習センター
御油音頭教室	伝統芸能の御油音頭を習得します。成果は盆踊り大会等で披露します。 ／藤原 美世	8/5・6(火~水) 18:30~19:30 全2回	一般 20名	御油生涯学習センター
ふるさと御油の歴史新発見・再発見	御油の歴史を写真と資料を基に、わかりやすく解説します。 ／辻 信幸	9/20(土) 10:00~12:00 全1回	一般 20名	御油生涯学習センター