



## 受講生募集中 短期講座・定期講座



※受講生少数の場合等、開講出来ないことがあります。

## お昼のパソコン教室 (ワード・エクセル)

WordとExcelを中心に学習します

- 日時：4月～9月までの第2・4月曜 (全12回) 14時～16時
- 場所：2階 中ホール (大)
- 対象：18歳以上 定員：15名
- 講師：中本 一郎
- 参加費：6,000円 (受講料4,800円+教材費1,200円)
- 持参物：筆記用具・パソコン (貸し出し可)



## 樹脂ねんど細工

かわいい鯉のぼりの置物をつくります

- 日時：4月2日 (火) 10時～12時
- 場所：2階 中ホール (大)
- 対象：年中以上 (年長以下は保護者同伴) 定員：15名
- 講師：川口 みちよ
- 参加費：1,200円 (受講料400円+材料費800円)
- 持参物：持ち帰り用の袋



## 5's健康体操～afternoon～

認知症予防・脳の活性化にも役立つリズムミカルな体操で毎日いきいき健康を目指します

- 日時：4月～9月までの第2・4月曜 (全12回) 13時～14時30分
- 場所：4階 軽運動室
- 対象：18歳以上 定員：15名
- 講師：中島 香美
- 参加費：4,800円 (受講料400円×12回)
- 持参物：ヨガマットまたはバスタオル・飲み物・室内シューズ ※運動しやすい服装



## これからはじめる 土曜のパソコン教室

パソコンを始めてみたい方が基本から楽しく学べる教室です

- 日時：4月～9月までの第2・4土曜 (全12回) 10時～12時
- 場所：2階 中ホール (大)
- 対象：18歳以上 定員：15名
- 講師：中本 一郎
- 参加費：5,100円 (受講料4,800円+教材費300円) 【新規の方・・・別途教材費1,500円】
- 持参物：筆記用具・パソコン (貸し出し可)



## キックボクササイズ

格闘技の動きを取り入れたエクササイズで楽しく体を動かしませんか!

- 日時：4月～9月までの第2・4水曜 (全12回) 19時～20時30分
- 場所：4階 軽運動室
- 対象：高校1年生以上 定員：15名
- 講師：東 竜太郎 (パーソナルトレーナー)
- 参加費：4,800円 (受講料400円×12回)
- 持参物：飲み物・室内シューズ ※運動しやすい服装



## 子ども硬筆

小学生対象の硬筆 (えんぴつ) の教室です

- 日時：4月～9月までの第1・第3水曜 (全12回) 18時00分～19時30分
- 場所：2階 中ホール (小)
- 対象：小学生 定員：15名
- 講師：増田 育世
- 参加費：5,300円 (受講料400円×12回+教材費500円)
- 持参物：やわらかい下敷き (無い方は購入可)



## 卓球教室

人気スポーツで心地よい汗を流しませんか

- 日時：4月～9月までの第2・4木曜 (全12回) 13時30分～15時30分
- 場所：体育館 (アリーナかもめ)
- 対象：18歳以上 定員：15名
- 講師：西田 健一
- 参加費：5,300円 (受講料4,800円+ピン球代500円)
- 持参物：室内シューズ・ラケット (貸し出し可)・飲み物



## げんきアップ!脳トレ

楽しみながら、体を使う! 動かす! 働かせる! をテーマに介護予防に役立つことを教わります

- 日時：4月～9月までの第3木曜 (全6回) 13時30分～15時
- 場所：2階 中ホール (大)
- 対象：18歳以上 定員：15名
- 講師：恵谷 裕三 (レクリエーションコーディネーター)
- 参加費：2,400円 (受講料400円×6回)
- 持参物：飲み物



## リラックスヨガ

リラックス効果があり、心と身体の不調を整えると言われるヨガをお昼の時間にはじめませんか

- 日時：4月～9月までの第2・4金曜 (全12回) 13時30分～15時
- 場所：4階 軽運動室
- 対象：18歳以上 定員：15名
- 講師：玉井 みゆき
- 参加費：4,800円 (受講料400円×12回) 【新規の方・・・別途テキスト代2,200円】
- 持参物：ヨガマット・飲み物・テキスト



講座名	対象	開催日	開催時間	回数	講師名	定員	受講料【半期分】
男の料理塾	成人男性	第1月曜 ※2	10時～12時	12	古屋 幸子	12	2,400円 ※1
もっと知りたいパソコン	18歳以上	第2・4月曜	19時～21時	24	中本 一郎	15	4,800円 ※1
さわやかヨガ	18歳以上	第1・3金曜	19時～20時30分	24	玉井 みゆき	15	4,800円 ※1
楽しいオカリナ教室	18歳以上	第2・4木曜	13時30分～15時30分	24	森岡 桂子	15	4,800円 ※1
書道	18歳以上	第2・4月曜	10時～12時	24	鈴木 桂仙	15	4,800円 ※1
オトコのストレッチ	成人男性	第1・3木曜	19時～20時30分	24	林 夕佳	15	4,800円

○ 期間：令和6年4月～令和7年3月 (1年間)

○ 受講料：前期分 (4月1日から初回受講日までに納入) と後期分の年2回納めていただきます。

※1 別途材料費をいただく講座もあります。(男の料理塾・もっと知りたいパソコン・さわやかヨガ・楽しいオカリナ教室・書道)

※2 男の料理塾 初回4/15 第3月曜・5/13 第2月曜

・先着順 (代理人可) ・定員になり次第締め切ります。

・定員にならない場合は、随時受け付けます。(電話での申込みはできません。)

# 第38回 安浦町ふれあい駅伝大会 成績

(一般の部)

- 優勝 「安浦中陸上部 エージェント安浦」チーム
- 準優勝 「ウルトラバナコッタ」チーム
- 第三位 「天正遣欧使節」チーム

(女性の部)

- 優勝 「安浦中 ソフトテニス&陸上部」チーム
- 準優勝 「およげ! コイキング」チーム
- 第三位 「Let's Go KANTA (キャンタ)」チーム

(小学生の部)

- 優勝 「安浦サッカースクール A」チーム
- 準優勝 「安浦サッカースクール B」チーム
- 第三位 「安浦アニマルズ A」チーム



2月3日(土)、42チーム約240名の参加者が、沿道の応援に励まされながら、熱く駆け抜けました。



## 第105回 きらめき音楽館

～ ジブリ音楽の世界 ～

日時：令和6年4月20日(土)  
開場 10:40 開演 11:00  
場所：安浦まちづくりセンター きらめきホール  
鑑賞無料

主催：(公財)安浦町生涯学習振興財団 ☎ 84-7987

ピアノ 吉川 絢子  
フルート 大林 恵美  
マリンバ 松尾 桜  
クラリネット 中石 あや  
ユーフォニアム 丸子 有美



♪予定プログラム♪  
となりのトトロ  
ハウルの動く城  
魔法の宅急便 よ



## ～安浦友愛大学で学ぼう～

## 令和6年度 学生を募集します

クラブ名	開催日時
囲碁	毎週火・金曜 13:00～
絵手紙	第2水曜 9:30～
歌謡塾	第2・4月曜 13:00～
コーラス	第1・3金曜 13:00～
茶道	第2・4水曜 9:00～
生花	第2・4火曜 9:00～
卓球	毎週月・木曜 9:00～

入学資格：呉市に在住する満50歳以上の方  
(新規入学者を歓迎します。近隣町の方もどうぞ。)

【申込み期限】 3月29日(金)

クラブ名	開催日時
卓球かもめ	毎週月・木曜 9:00～
陶芸	第2・3木・金曜 9:00～
俳句	第3水曜 9:00～
パソコン	第1・3金曜 9:30～
吹矢	第1・3木曜 13:30～
民踊	第1・3火曜 13:00～
やさしい英語教室	第2・4水曜 10:00～

入学金：1,000円

(別途教材費などを負担していただく場合があります。)  
※クラブにより、日時・費用・定員などが異なります。

【問合せ】(公財)安浦町生涯学習振興財団 ☎ 84-7987

### 安浦まちづくりセンター 利用状況アンケート 調査結果

安浦まちづくりセンターロビー及び  
ホームページに掲載しております。



アンケート結果QRコード

掲載期間  
R6年3月1日～R6年3月31日

### 安浦図書館からのお知らせ

開館時間 9:30～18:00  
☎ 84-3806

●4月の休館日

4日(木)・11日(木)・18日(木)  
25日(木)・29日(祝)

●このゆびとまれの絵本会

日時 4月13日(土)  
10:30～11:00  
場所 安浦市民センター 2階  
安浦図書館 えほんコーナー

●このゆびとまれの絵本会400回記念

日時 4月27日(土)  
10:30～11:30  
場所 安浦まちづくりセンター  
4階 軽運動室  
対象 どなたでも(入場無料)

プログラム

- ・人形劇「さるとかに」  
「まんまるぱん」
- ・絵本の読み聞かせ

