

平成18年度 乳 幼 児 学 級

乳幼児の自主的な芽生えを育てながら、豊かな心とたくましさをもつための子育てを学びます。子育てについて不安や悩みを解消したいみなさん、仲間との交流を持ちませんか。どの公民館にも託児の用意があります。

- ◆対 象 市内に在住の乳幼児（0～5歳）を持つ父母・祖父母等
 ◆受 講 料 無料（材料代等は個人負担）
 ◆申込方法 傷害保険料（一人320円）を添えて各公民館、カルチャーセンターへ
 ◆申込開始 5月10日（水）から（受付初日は電話による受付はしません。定員になり次第締め切ります）
 ※詳しくは、各会場へお問い合わせください。（講師等敬称略）

イルフプラザ ☎24-8401
カルチャーセンター ☎24-8442

湊 公 民 館 ☎22-2300
☎23-1598

川岸公民館 ☎23-2200
☎23-1681

長地公民館 ☎27-8080
☎26-1317

期日	テーマ（内容）
5/26 (金)	開講式 オリエンテーション 子育て座談会 パート1
6/2 (金)	子育て座談会 パート2 —乳幼児期に大切にしたいこと— 講師 市内保育園長5名
6/9 (金)	親と子のきずなについて —子どもの心の安定をはかる— 講師 松澤 弥栄
6/16 (金)	幼稚園のみなさん こんにちは —ヤコブ幼稚園訪問— 講師 園長・保育士
6/30 (金)	おいしいよ！ ママのおやつ —手作りおやつレシピ— 講師 健康推進課栄養士
7/14 (金)	たのしいリズムあそび —感性を育てる— 講師 美恵子
7/21 (金)	子育て座談会 パート3
7/28 (金)	やまびこ公園へハイキング —自然観察の楽しみとふれあい— (観察と交流) 講師 田口 慎
8/25 (金)	夢の世界を楽しむ —パネルシアターと読み聞かせ— 講師 小松令子・図書館職員
9/1 (金)	まるめてのばしてほら、できた！ —創造力を伸ばす粘土遊び— 講師 宮坂 武男
9/15 (金)	諏訪湖遊覧を楽しもう —遊覧船に乗って—
9/29 (金)	親子で童画に親しむ —イルフ童画館にて— 講師 イルフ童画館館長
10/6 (金)	消防車と仲良しになろう —消防署の見学— 講師 岡谷消防署署員
10/20 (金)	子育て悩み相談 講師 小林 陸江
10/27 (金)	お母さんのためのエアロビクス —身も心もリフレッシュ— 講師 上條 宏栄
11/10 (金)	子育て座談会 パート4 閉講式

〔四館共催〕
希望者による救急救命講習会
11/15(水)・16(木) 午前10時～
11時30分 ダンス・音楽室

全16回 定員40名
午前10時～11時30分

期日	テーマ（内容）
6/7 (水)	開講式・子育て座談会1 —育児の喜び悩み—
6/14 (水)	大きな牛さんを見よう触ろう —牧場訪問と見学— 講師 関 英二
6/28 (水)	乳幼児期に育てたい心 —感性と感情— 講師 田村 みどり
7/5 (水)	歌って遊ぼうリトミック 講師 美恵子
7/12 (水)	母となるために —子の 心を育てる母親の役割— 講師 松澤 弥栄
7/19 (水)	シャボン玉で遊ぼう —大きな珍しいシャボン玉— 講師 社会教育指導員
7/26 (水)	乳幼児のけがと病気 —母の役割応急手当— 講師 岡谷病院看護師
9/6 (水)	落書きや壊しの薦め —粘土・新聞紙・色紙— 講師 詔子
9/13 (水)	子育て座談会2 —保育園長、保育士と— 講師 中島 るみ子ほか
9/20 (水)	アニマルセラピー —イヌとの交流— 講師 平出 英忠
9/27 (水)	自主企画講座
10/4 (水)	バッタやどんぐりと遊ぼう —おやつ持参のからかさ平—
10/11 (水)	手づくりおやつを子どもに —母親の愛情— 講師 健康推進課栄養士
10/18 (水)	絵本の読み聞かせ —お膝に抱っこして— 講師 三ツ橋 紀代子
10/25 (水)	乳幼児のための体操 —健康な発育のために— 講師 上條 宏栄
11/1 (水)	閉講式 子育てとその仲間(座談会3)

全16回 定員24名
午前10時～11時30分

期日	テーマ（内容）
5/31 (水)	開講式 オリエンテーション
6/7 (水)	楽しいリトミック ～歌って、手遊び～ 講師 美恵子
6/14 (水)	交流保育 ～夏明保育園訪問～ 講師 夏明保育園園長
6/21 (水)	座談会・育児の喜びと悩 みを語り合おう
7/5 (水)	イルフ童画館見学 ～鑑賞、はらっぱで遊ぼう～ 講師 イルフ童画館学芸員
7/12 (水)	育児の悩みを解消しよう 講師 川岸保育園園長 つるみね保育園園長
7/19 (水)	エアロビクス体験 ママと一緒にリズムに乗って 講師 上條 宏栄
7/26 (水)	やまびこ公園ハイキング 自然の中で思いきり遊ぼう
9/6 (水)	子どもの自立と母の役割 講師 松澤 弥栄
9/13 (水)	消防署見学 ～消防署ってどんなところ？～ 講師 岡谷消防署署員
9/20 (水)	ママにもできる虫歯対策 講師 健康推進課歯科衛生士
9/27 (水)	諏訪湖遊覧 ～遊覧船からふるさとを 眺めよう～
10/4 (水)	手軽で美味しいおやつ作り 講師 健康推進課栄養士
10/11 (水)	パネルシアターと図書館 見学 講師 小松令子・図書館職員
11/1 (水)	心に響く母の愛 講師 小林 陸江
11/8 (水)	育児を振り返って 閉講式

全16回 定員30名
午前10時～11時30分

期日	テーマ（内容）
6/2 (金)	開講式 オリエンテーション
6/9 (金)	うたとリズムあそび ～親子で楽しいリトミック～ 講師 美恵子
6/16 (金)	子供の自立・成長を育む 講師 松澤 弥栄
6/23 (金)	保育園見学 ～長地保育園～ 講師 長地保育園園長ほか
6/30 (金)	親子の紙工作 ～紙を使っておもちゃ作り～ 講師 岩波 玉穂
7/7 (金)	夢の世界を楽しむ ～パネルシアターと読み聞かせ～ 講師 小松 令子
7/14 (金)	子育て座談会 ～子育ての喜びと悩み～ 講師 保育園園長ほか
7/21 (金)	自然でのあそび ～やまびこ公園～ 長地公民館職員
9/1 (金)	オカリナの音を聞こう 講師 オカリナ愛好会
9/8 (金)	シャボン玉あそび ～親子で遊ぼう虹の世界～ 講師 社会教育指導員
9/15 (金)	諏訪湖一周遊覧
9/22 (金)	野原の秋を楽しむ ～梨久保遺跡～ 講師 長地公民館職員
9/29 (金)	消防署見学 ～救急処置と消防署見学～ 講師 岡谷消防署署員
10/6 (金)	楽しいおやつ作り ～寒天つくりの話と実習～ 講師 寒天会社社長・栄養士
10/13 (金)	これからの家庭教育 ～心豊かな子に育つために～ 講師 小林 陸江
11/10 (金)	閉講式 反省会

全16回 定員36名
午前10時～11時30分

平成18年度 高齢者セミナー・学級

高齢者のみなさんが、楽しく学び合
いながら仲間づくりの輪を広げ、健康
で生きがいのある日々を過ごせるよう
支援します。仲間を誘ってお気軽にご
参加ください。

- ◆対 象 市内に在住の概ね60歳以上の方
- ◆受 講 料 無料（材料代等は個人負担）
- ◆申込方法 直接または電話で各公民館、カルチャーセンターへ
- ◆申込開始 5月10日（水）から（受付初日は電話による受付はしません。
定員になり次第締め切ります）

※詳しくは、各会場へお問い合わせください。

（講師等敬称略）

イルフプラザ ☎24-8401
カルチャーセンター ☎24-8442

湊 公 民 館 ☎22-2300
☎23-1598

川岸公民館 ☎23-2200
☎23-1681

長地公民館 ☎27-8080
☎26-1317

期日	テーマ（内容）
5/26 （木）	開講式 心に太陽 くちびるに歌 講師 行田 敏一
6/1 （木）	エネルギーと環境問題 講師 （財）日本原子力文 化振興財団 科学文化部
6/15 （木）	出前講座 市民総参加のまちづくり 講師 企画課職員
6/22 （木）	健康体操 講師 深澤 由子
7/6 （木）	諏訪に生きる動物たち 講師 両角 源美
7/13 （木）	ボケない脳をつくる 講師 篠原 菊紀
7/27 （木）	岡谷の歴史 パート2 講師 松田 弘三
8/24 （木）	落 語（1時間ほど） 講師 幸運亭笑楽
8/31 （木）	川柳で詠む人情・世相 —作句のこつ— 講師 中山 源司
9/7 （木）	棕鳩十の世界 講師 久保田 毅
9/14 （木）	地域活動を考える 講師 矢 一路
9/21 （木）	体験を語る 受講生の話 講師 受講生3人
9/28 （木）	宗教と人生 講師 宮坂 宥洪
10/5 （木）	バスハイク （目的地・南信州）
10/19 （木）	文学講座 その2 講師 市川 一雄
10/26 （木）	創作川柳の合評会 閉講式 講師 中山 源司
全16回 定員120名 午前10時～11時30分	

期日	テーマ（内容）
6/2 （金）	開講式 介護保険の内容と準備 講師 介護福祉課職員
6/9 （金）	体のやわらかさと機能を保つ —ヨーガー— 講師 浜野 きよ子
6/16 （金）	認知症にならないために —日々留意すること— 講師 岡谷病院医師
6/23 （金）	忘れられないあの歌この歌 —共に歌おう— 講師 降幡 智敏
6/30 （金）	諏訪湖の成因—日本列島が大陸か ら分離したとき何が起ったか— 講師 社会教育指導員
7/7 （金）	落語鑑賞 —生活の中の ユーモアと笑い— 講師 すわこ八福神
7/14 （金）	良寛 —子どもたちの遊び の中で良寛の求めたもの— 講師 市教育相談員
7/21 （金）	面白い昆虫の話 —知ら なかった昆虫の不思議— 講師 藤山 静雄
9/8 （金）	俳句の世界で、自然や日 常生活の機微に触れよう 講師 原 天明
9/15 （金）	家庭裁判所事例（人々の悩み） —持ちこまれた調停・審判事例— 講師 田中 敏夫
9/22 （金）	湊の石仏と巡拝霊場 —人々の信仰— 講師 横内 達夫
9/29 （金）	バスハイク —信州の鎌 倉—塩田平、別所温泉、 無言館、北向観音— お琴で童謡を歌おう・演 奏を鑑賞しよう 講師 山田 ちづ子
10/13 （金）	歴史上の事件と時代考証 —発生の因果関係とその結果— 講師 山本 英二
10/20 （金）	諏訪湖に生息する魚類の 昔と今 —外来魚問題— 講師 武居 薫
10/27 （金）	閉講式 私の人生・趣味
11/24 （金）	中学生と語ろう —仕事の意義と誇り—
全16回 定員45名 午後1時30分～3時	

期日	テーマ（内容）
6/2 （金）	開講式 オリエンテーション
6/9 （金）	歌はともだち ～元気に歌いましょう～ 講師 行田 敏一
6/16 （金）	エネルギーと環境問題 講師 （財）日本原子力文 化振興財団 科学文化部
6/23 （金）	認知症の予防に向けて 講師 松井 フミ子
7/7 （金）	3 B体操で心身のリフレ ッシュ 講師 中島 久子
7/14 （金）	ニュージーランドの家族 生活 講師 セーラ・アキレス
7/21 （金）	郷土の宝を考える ～シルク岡谷の今、むかし～ 講師 岡谷蚕糸博物館学芸員
7/28 （金）	今、小学校では ～川岸小学校のこどもたち～ 講師 川岸小学校校長
9/1 （金）	落語を楽しむ ～笑う門には福来たる～ 講師 すわこ八福神
9/8 （金）	治水を考える ～釜口水門と天竜川～ 講師 諏訪建設事務所職員
9/15 （金）	岡谷の見どころ、食べど ころ、遊びどころ 講師 商業観光課職員
9/22 （金）	児童文学を考える ～「棕鳩十」、人と作品～ 講師 久保田 毅
9/29 （金）	民俗文化を考える ～南信州の民俗文化～ 講師 小松 政行
10/6 （金）	バスハイク ～南信州探訪～
11/10 （金）	芸術の秋 ～七宝焼きに挑戦しよう～ 講師 社会教育指導員
11/17 （金）	閉講式 高齢者学級を振り返って
全16回 定員50名 午後1時30分～3時	

期日	テーマ（内容）
6/6 （火）	開講式 長地の歴史 講師 花岡 春義
6/13 （火）	健康教室 認知症への理 解と予防について 講師 松井 フミ子
6/20 （火）	草花の育て方 講師 中谷 豊
6/27 （火）	ごみとリサイクル 講師 環境清掃課職員
7/4 （火）	諏訪地域の飲み水の話 講師 櫻井 洋
7/11 （火）	清女から見た平安時代 講師 細田 博人
7/18 （火）	諏訪湖一周遊覧 ～諏訪湖か ら諏訪の町並みを見よう～ 講師 長地公民館職員
7/25 （火）	音楽鑑賞 ～ハワイアン音楽を聞こう～ 講師 小林 郁夫
9/5 （火）	心に残る良寛のうた 講師 市教育相談員
9/12 （火）	オーロラの話 講師 畑 英利
9/19 （火）	落語を楽しむ ～笑うかどには福来る～ 講師 すわこ八福神
9/26 （火）	バスハイク ～良寛・弥彦神社・寺泊～ 講師 長地公民館職員
10/3 （火）	寒天つくりの話と楽しいおやつ 作り ～寒天を使ったおやつ～ 講師 寒天会社社長・栄養士
10/10 （火）	山城探訪 ～戦国時代の攻 防はいかに行われたか～ 講師 宮坂 武男
10/17 （火）	七宝焼きに挑戦しよう 講師 社会教育指導員 長地公民館職員
10/24 （火）	閉講式 反省会
全16回 定員50名 午後1時30分～3時	

平成18年度 女性セミナー・学級

もっと自分自身を磨きたい、もっと生活を楽しみたい…そう思っていませんか？
女性を対象としたさまざまな学習の場を提供しています。新しい生き方、生活の楽しみ方を受講生のみなさんで発見してみませんか？

- ◆対 象 市内に在住・在勤の16歳以上の女性
◆受 講 料 無料（材料代等は個人負担）
◆申込方法 直接または電話で各公民館、カルチャーセンターへ
◆申込開始 5月10日（水）午後7時から（受付初日は電話による受付はしません。定員になり次第締め切ります）

※詳しくは、各会場へお問い合わせください。

（講師等敬称略）

イルフプラザ ☎24-8401
カルチャーセンター ☎24-8442

湊 公 民 館 ☎22-2300
☎23-1598

川岸公民館 ☎23-2200
☎23-1681

長地公民館 ☎27-8080
☎26-1317

期日	テーマ（内容）
5/24（水）	開講式 歌いましょう！心に響く懐かしの歌♪
5/31（水）	ウォーキングセラピー 講師 山田 千津子
6/7（水）	介護保険制度について 講師 介護福祉課職員
6/21（水）	応急手当 身近におこりやすいケガに 講師 岡谷消防署署員
6/28（水）	老化現象からあなたを守る法 講師 小口 喜三夫
7/5（水）	エネルギーと環境問題 講師 日本原子力文化振興財団
7/19（水）	調理実習 『骨粗しょう症』予防の食事 講師 中澤 久美子
7/26（水）	里謡を学ぶ 講師 中村 琳
9/6（水）	商品表示等の知識を学ぼう 商品表示の意味、産地等の識別 講師 諏訪保健所職員
9/13（水）	スピーチ「諏訪に憩いを求めた芥川龍之介」 講師 市川 一雄
9/20（水）	身近な法律の話 講師 北川 和彦
9/24（日）	バスハイク 東京の下町に芥川生育の地を訪ねる
10/4（水）	裁判員制度について 講師 諏訪簡易裁判所職員
10/18（水）	ガーデニング 講師 花山 秀昭
10/25（水）	閉講式 里謡の添削講評
全15回 定員60名 午後7時～8時30分	

期日	テーマ（内容）
6/6（火）	まずはストレッチでリラックス！ 講師 高橋 美保子
6/13（火）	飾り寿司に挑戦！～見て楽しみ、食べて楽しもう～ 講師 小平 晴勇
6/20（火）	夏の夜を笑って過ごそう～落語で笑タイム～ 講師 すわこ八福神
6/27（火）	フラワーアレンジメント～花でお部屋を飾ろう～ 講師 田村 みどり
7/4（火）	湊の歴史を知ろう～聞きたい、見たい郷土史～ 講師 善信
7/11（火）	手書き文字の味～自分だけの作品～ 講師 一谷 春窓
7/25（火）	夏のデザート作り～食卓に涼しさを～ 講師 中村 好美
8/29（火）	身体をリフレッシュ！～さわやかな汗をかこう！～ 講師 星野 千枝子
9/5（火）	もしもの時の応急手当 ～けが、やけど、急病のときの対処法～ 講師 岡谷消防署署員
9/12（火）	生活の中の決まりごと～日常生活のマナー～ 講師 中山 勝博
9/26（火）	安全運転でお帰りなさい～交通マナーを見直そう～ 講師 岡谷自動車学校
10/1（日）	バスハイクでリフレッシュ！3館合同講座
10/3（火）	かしこい消費者になろう～ご用心、うまい話には裏がある～ 講師 環境安全課消費生活相談員
10/17（火）	献立に困ったら～我が家のメニューを増やそう～ 講師 百瀬 博子
10/24（火）	なつかしい歌～ギターとともに～ 講師 安川 誠
全15回 定員24名 午後7時～8時30分	

期日	テーマ（内容）
6/2（金）	開講式 健康体操で元気よく 講師 深澤 由子
6/9（金）	明るく生きる～心に栄養を～ 講師 小林 照文
6/16（金）	和のこころ“茶道体験”～抹茶をいただく～ 講師 西村 宗美
6/23（金）	信州名物“おやき作り”～くせになる味～ 講師 小田切 弘子
6/30（金）	ヨーガで元気！～呼吸を整え気分爽快～ 講師 片桐 りよ子
7/7（金）	大人のたしなみペン字～落ち着いた時間も大切～ 講師 秋山 映湖
7/14（金）	七宝焼きメルヘン～色の芸術を楽しむ～ 講師 社会教育指導員
7/21（金）	国際理解 ニュージーランドを知る 講師 セーラ・アキレス
7/28（金）	ニイハオ！太極拳～美容と健康に～ 講師 石田 素子
9/1（金）	緑を楽しむ“寄せ植え”～ステキに花時間～ 講師 花山 秀昭
9/8（金）	身体にいい落語～笑う門には元氣宿る～ 講師 すわこ八福神
9/15（金）	ススキでバツ作り～すすき細工の決定版～ 講師 丸山 仁
9/22（金）	野鳥の世界は今… 講師 林 正敏
10/1（日）	バスハイクでリフレッシュ！3館合同講座
10/6（金）	閉講式 食改さんの晩ご飯 講師 食改すずしろ
全15回 定員30名 午後7時～8時30分	

期日	テーマ（内容）
6/7（水）	開講式 今年も笑顔でスタート 講師 進藤 久美
6/14（水）	薬の上手な使い方～薬を正しく使うために～ 講師 小口 裕史
6/21（水）	手軽にできる一品料理をご紹介～プロが教える簡単料理～ 講師 清水 康宏
6/28（水）	あなたのお口健康ですか？～虫歯・歯周病について～ 講師 健康推進課職員
7/5（水）	指先から輝くあなたへ～ネイルの色合いとお手入れ～ 講師 宮澤 千津美
7/12（水）	女性のためのマッサージ～自分でできるリンパマッサージ～ 講師 岩村 由果利
7/19（水）	メイクで心も晴れやかに～メイクのポイントを覚えよう～ 講師 山本 ゆう子
7/26（水）	生活に利用できるハーブ（夏）～身近なハーブ活用法～ 講師 笠原 ゆみ子
8/30（水）	ポーセラーツで自分の作品を～磁器を楽しく簡単デザイン～ 講師 萩原 伸子
9/6（水）	リラックスできる時間を求めて～気分転換にいかがですか～ 講師 片桐 りよ子
9/13（水）	季節の花で飾りましょう～お部屋に花を飾りませんか～ 講師 島田 美千子
9/20（水）	女性のための基礎ストレッチ～女性が健康でいるために～ 講師 山田 千津子
10/1（日）	バスハイクでリフレッシュ！3館合同講座
10/11（水）	いざという時のために～もしもの時も慌てない～ 講師 岡谷消防署署員
10/18（水）	生活に利用できるハーブ（秋）～身近なハーブ活用法～ 講師 笠原 ゆみ子
全15回 定員32名 午後7時30分～9時	



平成18年度

岡谷市IT講習会 (第1期)

どなたでも
受講できます

パソコンが使えるようになるための基礎内容と、もっと楽しく使うための発展的内容を学ぶことができます。

No.	講座名	会 場	内 容	開講日・時間帯	テキスト	受講料	備考・対象
①	パソコン入門	カルチャーセンター	一般的な入門講座	6/7(水)、6/14(水)、6/21(水) 6/28(水)、7/5(水)、7/12(水) 午前10時～正午	FOM出版 IT基礎 パソコン入門 (1,000円)	1,000円	パソコンが初めての方、初心者対象 ★託児付
②	インターネット中級	カルチャーセンター	インターネットやメールを中心に、便利な機能や活用法を学ぶ	6/1(木)、6/2(金)、6/8(木) 6/9(金)、6/15(木)、6/16(金) 午後7時～9時	FOM出版よくわかるインターネット&Eメール (1,750円)	6,000円	キーボード・マウスがある程度使える方
③	文章作成とインターネット	湊公民館	ワープロソフトを使い、文章を作るとともに、インターネットを利用する	6/22(木)、6/29(木)、7/6(木) 7/13(木)、7/20(木)、7/27(木) 午前10時～正午	FOM出版 IT基礎 ワープロ中級 (1,050円)	1,000円	キーボード・マウスがある程度使える方 ★託児付
④	シニア向けゆっくりパソコン	川岸公民館	テキストを時間をかけてゆっくり講習する	6/6(火)、6/13(火)、6/20(火) 6/27(火)、7/4(火)、7/11(火) 午後2時～4時	FOM出版 IT基礎 パソコン入門 (1,000円)	1,000円	高齢者の方対象

※定員：20名（各講座とも）

※使用OS・・・Microsoft Windows Me

■申込み方法 □申込書を、受講を希望する各会場(イルフプラザ・カルチャーセンター、湊公民館、川岸公民館)または近くの会場へ提出する。
□申込書を、受講を希望する各会場へ封書にて郵送する。 ※申込書は、各会場にあります。

■締め切り 5月15日(月) 午後5時まで 郵送の場合は当日必着のこと。

締切日までに定員に満たない講座は、5月19日(金) 午前9時から開講前日まで先着順に随時申し込みを受け付けます。

※定員を超えた講座は、抽選を実施します。

抽選日・・・5月17日(水) 午前10時から(抽選会場：イルフプラザ・カルチャーセンター IT研修室)

抽選は公開とし、立会い希望の方は、直接抽選会場にお越しください。

■申込み・問合せ先

イルフプラザ・カルチャーセンター	〒394-0027	岡谷市中央町1-11-1	☎24-8401
湊 公 民 館	〒394-0044	岡谷市湊3-8-6	☎22-2300
川 岸 公 民 館	〒394-0047	岡谷市川岸中3-1-29	☎23-2200

説明会

5月10日(水)、11日(木) 午後7時30分～
イルフプラザ・カルチャーセンター第7研修室
申込みは必要ありません。直接お越しください。

～上半期の主な講座～

5/19	開講式～初めまして、こんばんは～
5/26	ボウリング大会
6/2	キャンプに向けて～候補地決定～
6/9	文集を作ろう
6/16	冠婚葬祭のマナー
6/23	危険予知・回避トレーニング
6/30	ゴルフ基礎講座
7/7	自主活動
7/14	誰でもできる～お菓子講座～
7/21	シルバーアクセサリ
7/28	ジャズダンス
8/4	日曜大工に挑戦!!
8/11	手話を学ぼう
8/25	株や投資信託の上手な使い方
9/1	自主活動
9/8	キャンプに向けて～準備～
9/9・10	キャンプ
9/15・22	自分が決めるぞ～後期講座編成会議～
9/29	児童虐待の正しい理解のために
10/6	自主活動
10/13	スキー・スノーボード合宿に向けて～候補地決定～
10/20	文化祭イベントを考えよう
文化祭期間中	文化祭イベント参加

平成18年度カルチャーセンター青年学級

新規メンバー
大募集!

さんくら
金・曜・ウ・ラ・フ

仲間を作り、体を動かし、頭をひねる
～探しませんか「新自分発見伝」～

若者が集い、スポーツや旅行、お料理、学習など、色々な講座を自ら企画して、「憩いの場」として、「学習の場」として、「仲間作りの場」として、積極的に活動しています。メンバー自らが「講師」になることもあります。昨日の他人が、今日の友になるかも?週末の夜を少し変えてみませんか。お気軽にお越しください!

■対 象 市内在住もしくは在勤の方で、おおむね18歳～35歳の独身の方

■活動日 基本的に金曜日の午後7時30分～9時

■会 場 イルフプラザ・カルチャーセンター

■受講料 無 料 (講座によっては実費) ■定 員 40名

■申込み 5月2日(火)から随時受付
直接会場または電話等でお申し込みください

■問合せ イルフプラザ・カルチャーセンター

☎ 24-8401 FAX 24-8442

http://www.ilfsg-okaya.jp/

