

講座

がんサロン「なごみ庵」ちぎり絵教室

- *対象／がん患者やその家族(他の病院に通院している人も可)
- *とき／毎月第2水曜日
午後1時～2時30分
- *ところ／市民病院3病棟10階
がんサロン「なごみ庵」
- *内容／がん患者やその家族が、交流しながらちぎり絵を楽しむ
- *参加料／100円(材料費)
- *申込／同病院がん相談支援センター(よろず相談・地域連携課内、☎81-3341 内線6174)へ

すこやか運動教室

- *対象／市内在住の60歳以上の人
- *とき／4月16・23日、5月7・14・21・28日、6月4・11日<全8回>
いずれも火曜日の午後1時～2時30分

市民天体教室

- *とき／3月30日(土)
午後6時30分～8時
※曇雨天時はコスモドームで
星空解説など
- *ところ／スイトピアセンター
コスモドームほか
- *内容／「春の気配」と題した
星空解説と、大型屈折望遠鏡
などを使った天体観測
- *定員／30人(先着順)
- *参加料／中学生以上300円、
小学生100円(未就学児は無料)
- *申込／3月25日の午前9時から、
大垣市文化事業団HPで申込
- *問合せ／同事業団(☎84-
2000)へ

- *ところ／お勝山ふれあいセン
ターかたらいプラザ(牧野町)
- *内容／誰でもできるストレッ
チ体操や簡単な運動を行う
- *定員／30人(先着順)
- *持ち物／タオル、飲み物
- *申込／3月15日～4月5日の
平日午前9時～午後5時に、
同センター(☎71-2211)へ

西美濃生涯学習連携講座

- ▶対象／西濃に在住・在勤・在学の人
- ▶とき・ところ／下表のとおり
- ▶内容／西濃各地の歴史や文化などを学ぶ講座(演題は下表参照)
- ▶受講料／1,000円 ※5回分。一部講座の中止の場合も返金はありません
- ▶申込／4月3～11日に受講料を持参し、社会教育スポーツ課(☎47-8039)へ

とき	ところ	演題
5/29 (水) 9:30～11:00	大野町総合市民センター 多目的ホール	大野にみる古墳の魅力とはなにか ～その凝集性と連続性を探る～
7/26 (金) 9:30～11:30	関ヶ原ふれあいセンター	不破関の歴史
8/2 (金) 10:00～11:30	垂井町文化会館 大ホール	【自主企画】 近代化に活躍した偉人 神田孝平
10/23 (水) 9:30～11:30 14:00～16:00	池田町総合体育館 芝生広場	初心者でも分かる モルック体験
11/22 (金) 9:30～11:00	輪之内町文化会館 アーリオンホール	変わりゆく農業 ～水田生態系を守るには～

エアロビック&ヨーガ教室

- ▶ところ／武道館トレーニングセンター
- ▶定員／【A・D・E・Hコース】各40人、【B・C・F・G・Iコース】各45人
※定員を超えた場合は抽選。最少開催人数に満たない場合は中止となる
可能性があります
- ▶参加料／各4,000円
- ▶申込／3月25日(必着)までに、往復はがきにコース名・
住所・氏名・年齢・性別・電話番号を記入し、同センター
(〒503-0847 米野町2-1-1、☎88-2550)へ
※返信用の官製はがき持参も可
- ▶備考／トレーニングジムを利用する際は、別途利用券が必要です(有料)



メールでの
申込はこちら

上石津地域 公民館教養講座

- ▶対象／継続して受講できる人
- ▶申込／3月15日～4月5日に、市HP「電子申請
サービス」から申込または、各公民館・上石津
地域事務所で直接申込
- ▶備考／定員を超えた場合は抽選。教材費は別途
- ▶問合せ／同地域事務所(☎45-3111)へ



申込ページ

会場	講座名	開催曜日	時間	回数	定員(人)	受講料(円)
牧田公民館	男性のための楽々料理教室	第3木	10:00～13:00	6	5	1,800
	ヨガ教室	第2・4木	20:00～21:30	10	20	3,000
	楽しいフラダンス	第2・4木	14:00～15:00	10	20	3,000
	楽しくセルフケア体操	第1・3土	10:00～11:15	9	20	2,700
	アレンジメントフラワー教室	第4土	13:00～16:00	8	10	2,400
	子どもお茶教室	第1土	10:00～11:30	5	20	1,500
	(新規) 己書	第2月	13:00～15:00	5	15	1,500
一之瀬公民館	郷のおしゃべりキッチン	第3火	10:00～13:00	8	10	2,400
	楽しくセルフケア体操	第4月	13:30～14:45	8	20	2,400
	有機栽培での野菜のつくり方	月(5・7・2月)	13:30～15:00	3	15	900
	楽しい水彩画教室	第2・4火	9:30～11:45	8	15	2,400
	潤いの学級	月	13:30～15:00	5	20	1,500
	(新規) 牧田川わくわく体験・遊び	第2土	13:30～16:00	5	15	1,500
	素敵な編み物	第1・3土	13:30～15:30	10	10	3,000
多良公民館	ふるさとの歴史探訪	水	13:30～15:00	4	20	1,200
	家庭でできる「手打ちそば」	第1・3土	14:00～16:00	6	8	1,800
	(新規) 里山料理教室	第4水	10:00～13:00	7	10	2,100
	(新規) 星空観測入門	第4土	19:00～20:30	3	20	900
	パソコン	土	10:00～11:30	10	20	3,000
時公民館	二胡	第2・4土	9:00～12:00	10	10	3,000
	やさしい太極拳	土	14:00～15:30	10	20	3,000
	エアロビクス教室	木	10:00～11:15	10	20	3,000
	(新規) 花のある暮らし	日	10:00～11:30	8	20	2,400

各講座の会場、持ち物、教材費などの詳細については、市HPの各公民館のページに掲載していますので、ご確認ください。



市HP

コース名(★は運動強度)	とき	※いずれも全10回
A バレトン ★★	4/8～6/24 月	11:00～12:00
B セルフケアYOGA I ★	4/8～6/24 月	19:00～20:00
C ピラティスヨガ ★	4/10～6/19 水	11:00～12:00
D レギュラーエアロ ★★	4/10～6/19 水	19:00～20:00
E シンプルエアロ ★★	4/11～6/20 木	10:30～11:30
F セルフケアYOGA II ★	4/12～6/21 金	11:00～12:00
G セルフケアYOGA III ★	4/12～6/21 金	19:00～20:00
H ボディシェイプエクササイズ ★★	4/6～6/22 土	11:00～12:00
I 朝ヨガ ★★	4/7～6/23 日	11:00～12:00