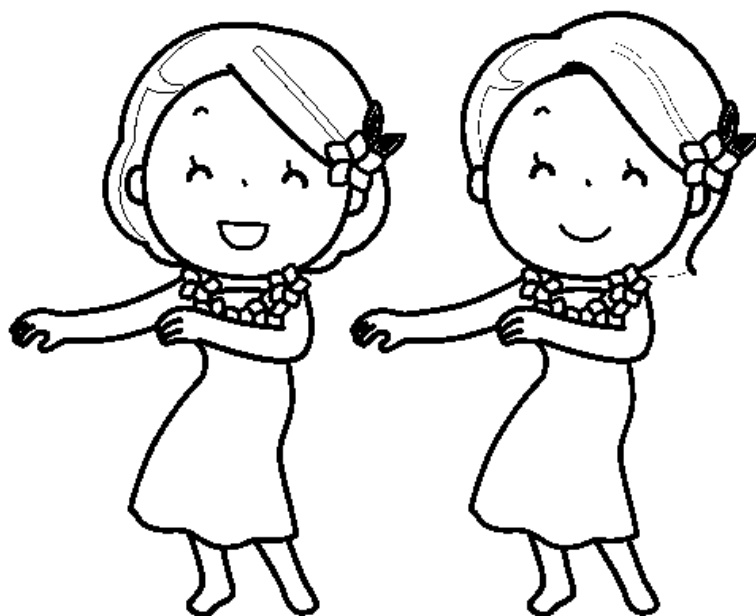


令和2年度
受講者募集

広畑ふれあい塾

あなたの生きがいを見つけませんか！



募集期間：令和2年3月1日(日)～8日(日)

申し込み方法：『往復はがき』で郵送

問い合わせ先：

【講座内容・結果通知に関すること】・・・各講座紹介欄に記載

【申し込み全般に関すること】・・・生涯学習課(☎84-2792)

ホームページ：<http://www.city.hadano.kanagawa.jp>

くらしの情報 → 生涯学習・スポーツ・文化財 → 生涯学習
→ 広畑ふれあい塾

募 集 要 項

1 応募資格	秦野市内に在住・在勤・在学のいずれかで、40歳以上の方(公民館教室は年齢制限なし)
2 教室のところ	広畑ふれあいプラザ(秦野市下大槻174-4) 渋沢公民館(秦野市渋沢上2-9-1) 東公民館(秦野市東田原1538-3) 南公民館(秦野市今泉598)
3 講座の開始	令和2年4月から(講座により異なります)
4 募集定員	講座により異なります。(各講座紹介欄をご覧ください) 受講申し込みが募集定員を超えた講座は、塾・講師による厳正な抽選により受講者を決定するため、その結果により受講できない場合があります。
5 講座の不成立	受講の申し込みが10人未満となった講座は、不成立となります。(受講不可)
6 申込み方法・期限	下記「申し込み方法」をご覧ください。
7 結果の連絡	3月23~31日の間(予定) に、返信はがきにより、各講師から通知されます。 (受講決定者の通知には、講座開始日、持ち物、受講料、教材費などが記載)
8 受講料	各講座1回当たり 350円 ×講座回数 *教材費、材料費等は別に実費負担。(ない講座もあります。)
9 受講料の納付	第1回目の講座日から納入。 (原則、全11回未満の講座は全額一括。11回以上の講座は半期分等に相当する額を分割。) *通知や第1回目の講座日などで、講師からの説明があります。
10 受講料返還制度 (クーリングオフ)	内容が合わないとき・やめたいときは、初回受講日から起算して8日以内に講師に申し出れば、受講料納入後であっても未受講分を返還します。 ただし、教材費については、受講料返還の対象になりません。

申 込 込 み 方 法

往復はがきにより、原則、郵送となります。

※広畑ふれあいプラザ、または市役所生涯学習課へ持参する場合は、『私製(手作り)の往復はがき』に返信用切手(63円のみ)貼付したもので受付けます。

① 往復はがきの往信分裏面(下記:記入例の右半分)に、『講座番号・講座名・^{ふりがな}氏名・年齢・郵便番号・住所・電話番号』を記入。

② 往信宛名面(記入例の右半分の裏側)に市役所の宛先『〒257-8501 秦野市桜町1-3-2 秦野市役所 生涯学習課』を記入。

※本冊紙の最終ページにある、【受講申込内容・宛先】用紙を貼り付けても構いません。

③ 返信宛名面(記入例の左半分)に、申込者の住所・名前を記入。

この返信はがきにより後日、講師から申し込み結果等の通知が郵送されます。

(※) 受講の可否、また、受講可の場合、講座開始日(第1回目)・持ち物・受講料なども記載されます。

● 申し込みは、**3月8日(日)**消印まで有効。(持参は3月10日まで可)

● 1枚のはがきで1講座を受付。
 ※1枚のはがきに複数の講座を記入した場合、いずれも**無効**となります。

結果通知の内容等に関する問い合わせや、結果通知が届かない等の連絡は、各講師までお願いします。

② この裏側に、市役所の宛先

郵便 往復はがき

63

257****

秦野市〇〇町△番□号

広畑ふれあい塾 受講申込

① 講座番号 ***
講座名 楽しい〇〇(仮)

はだの はなこ
氏名 秦野 花子

年齢 60

〒257-****

住所 秦野市〇〇町△番□号

電話番号 0463-82-xxxx

申込者の住所・名前等

返信分

往信分

講座案内の見方

開催曜日：各月の第何番目の曜日を示します
 講座時間：準備／あと片付け時間を含みます
 定員：募集定員です
 講座回数：講座の実施回数です
 教材費：テキスト代／材料費などです
 受講料とは別の費用です
 講座説明：講座の内容です。詳しい内容は
 直接講師にお問い合わせください →

講座番号	講座名	講師名
開催曜日	講座時間	
定員	講座回数	教材費
講座説明		

講師電話番号

広畑ふれあいプラザ教室

111	茶の湯(立礼)	竹村 宗都
第2・4火曜日	13:30-15:30	
13人	20回	各回450円
テーブル、イスでのお稽古です。足腰の心配な人も又男性も皆で、一緒に楽しく和気愛々と楽しんでおります。ぜひお仲間入り下さい。お待ちしております。		
講師電話 83-2208		

121	楽しいいけばな	萩原好志子
第2水曜日	13:00-15:00	
20人	11回	各回800円
暮らしの中にお花を飾ってみませんか。季節を感じながら小原流のいけばなにチャレンジ！初心者も経験者も大歓迎です。気軽に楽しく、いけばなレッスン始めましょう。		
講師電話 82-6067		

141	お花を生けようA	名倉ふみ子
第2木曜日	13:00-15:00	
16人	12回	各回850円
毎日の生活の中で、身近な草花に目を向けて、ゆとりを持って季節を感じ、健康で心豊かにして、お花の好きな仲間と共に、楽しく、お花を生けてみませんか！！ (池坊)		
講師電話 88-3619		

142	お花を生けようB	名倉ふみ子
第2木曜日	15:00-16:30	
16人	12回	各回850円
毎日の生活の中で、身近な草花に目を向けて、ゆとりを持って季節を感じ、健康で心豊かにして、お花の好きな仲間と共に、楽しく、お花を生けてみませんか！！ (池坊)		
講師電話 88-3619		

251	楽しむ書道A	伊奈美恵子
第2・4木曜日	9:00-11:00	
20人	20回	なし
「書は人なり」と言われるように字は、その人の人柄を表します。ともすると画一的な字になりがちな時、自分らしい字を書いてみませんか。筆で書くと味のある字が書けます。		
講師電話 77-2279		

252	楽しむ書道B	伊奈美恵子
第1・3木曜日	9:00-11:00	
20人	20回	なし
「書は人なり」と言われるように字は、その人の人柄を表します。ともすると画一的な字になりがちな時、自分らしい字を書いてみませんか。筆で書くと味のある字が書けます。		
講師電話 77-2279		

281	絵手紙A	森谷 年子
第3月曜日	9:30-11:30	
20人	12回	年間1000円
身のまわりの大切なもの何でも題材にして描きましょう。あなたへ届ける絵手紙感動を伝えましょう。友や親・子らに心を届けましょう初めての方大歓迎教室で共に学びましょう		
講師電話 88-1448		

2A1	絵手紙B	藤本きよみ
第3月曜日	13:00-15:00	
20人	12回	年間1000円
12回の講座の中で基本を取り入れ四季折々の花、野菜、果物等を画材にして描き言葉を添えてオンリーワンの絵手紙を楽しんでみませんか？お仲間の参加をお待ちしています。		
講師電話 77-4633		

2C1 広畑俳句講座 梅津 幸雄
 第2・4火曜日 13:00-15:00
 20人 20回 なし
 高齢化社会を元気に生き生き暮らすために、
 俳句に親しんでみませんか。詩心は誰にでも
 あります。季節に心を寄せて仲間と17文字
 の自分史を詠いましょう。
 講師電話 80-2755

361 折り紙 はじめの一步 山口みどり
 第1月曜日 9:30-11:30
 15人 10回 各回500円
 折り図を少しずつ理解しながら、折り紙の楽
 しさを感じての作品づくりをしていきます。
 日本の伝統文化を大切に次世代へつなげてい
 けると嬉しいです。
 講師電話 75-2581

362 みんなで楽しむ折り紙 山口みどり
 第2月曜日 10:00-12:00
 20人 10回 各回500円
 一枚の紙から生まれるすばらしい折り紙の世
 界を楽しみながら、いろんな作品に挑戦して
 いきましょう。
 講師電話 75-2581

371 あみもの 中野トモ子
 第1・3火曜日 9:30-11:30
 20人 20回 なし
 自由に作品を作ってください。その作品の手だ
 すけをいたします。楽しい仲間が待っていま
 す。手持ちの糸でどうぞ。
 講師電話 77-3471

411 詩吟 岳精流 大森 宏子
 第2・4火曜日 13:00-15:00
 20人 18回 年間300円
 短歌、俳句、漢詩を詠い、豊かな感性を引き
 出し、心身共に健康に繋がる講座です。詩歌
 に親しんで情操を高め、礼と節の上に吟友と
 仲よく、大きな声を出して楽しみましょう。
 講師電話 81-5815

421 健康に良い詩吟 木村 眞澄
 第2・4土曜日 10:00-12:00
 20人 15回 なし
 お腹の底から声を出す事は、健康に大変良い
 事です。むずかしく考えず、気軽に詩吟を始
 めてみませんか。温故知新、心身の鍛錬、ス
 トレス解消、健康増進につながります。
 講師電話 77-1077

531 ヨーガ 石井 道子
 第1・3水曜日 15:00-16:30
 30人 20回 なし
 体が硬くても、不調をかかえていても大丈夫
 中高年にやさしいヨーガで、無理せず、深い
 呼吸と共に心と体をほぐして行きましょう。
 終了後希望者で笑いヨガも行います。
 講師電話 77-7800

541 卓球教室A 伊奈 忍
 第2・4木曜日 12:30-14:30
 30人 20回 なし
 卓球は80代でもできる運動です。ボールを
 よく見て、手足を動かして打つことが脳の血
 流を良くするといわれている。仲間と楽しく
 卓球をして、体力の維持、健康の増進を！
 講師電話 77-2279

542 卓球教室B 伊奈 忍
 第2・4火曜日 12:30-14:30
 30人 20回 なし
 卓球は80代でもできる運動です。ボールを
 よく見て、手足を動かして打つことが脳の血
 流を良くするといわれている。仲間と楽しく
 卓球をして、体力の維持、健康の増進を！
 講師電話 77-2279

551 卓球教室C 鈴木 清志
 第1・3木曜日 12:30-14:30
 30人 20回 なし
 卓球は80代でもできる運動です。ボールを
 よく見て、手足を動かして打つことが脳の血
 流を良くするといわれている。仲間と楽しく
 卓球をして、体力の維持、健康の増進を！
 講師電話 81-4074

552 卓球教室D	鈴木 清志
第1・3火曜日	9:00-11:00
30人	20回
なし	
卓球は80代でもできる運動です。ボールをよく見て、手足を動かして打つことが脳の血流を良くするといわれている。仲間と楽しく卓球をして、体力の維持、健康の増進を！	
講師電話 81-4074	

561 ダンベルとリズムA	宮川せき子
第1・3月曜日	9:30-11:30
30人	20回
年間1100円	
300gの玄米ダンベルを握って体操をします。ストレッチで筋肉をほぐし、ダンベル体操で筋トレ、音楽にあわせて脳トレをします。見学はいつでもOKです。	
講師電話 090-1795-3045	

562 ダンベルとリズムB	宮川せき子
第2・4水曜日	9:30-11:30
30人	20回
年間1100円	
300gの玄米ダンベルを握って体操をします。ストレッチで筋肉をほぐし、ダンベル体操で筋トレ、音楽にあわせて脳トレをします。見学はいつでもOKです。	
講師電話 090-1795-3045	

581 かんたんヨーガA	中野 美和
第2・4月曜日	9:30-11:00
30人	20回
なし	
たつぷりと時間をかけて、体をほぐし心もほぐしていきます。体が硬い方、初心者の方も、無理せず一緒に心と体を整えていきましょう！	
講師電話 090-8020-0308	

582 かんたんヨーガB	中野 美和
第1・3水曜日	9:30-11:00
30人	20回
なし	
たつぷりと時間をかけて、体をほぐし心もほぐしていきます。体が硬い方、初心者の方も、無理せず一緒に心と体を整えていきましょう！	
講師電話 090-8020-0308	

591 腹式呼吸体操A	平原 律子
第2・4金曜日	9:30-11:30
30人	20回
なし	
どなたでも気軽にできる体操です。腹式呼吸で体力作り、肩凝り、腰痛、膝の痛み、尿失禁など寝たきり老人にならないように。皆さんとご一緒に健康維持に努めましょう。	
講師電話 83-0013	

5C1 中国体操と原地太極拳A	安池 知子
第2・4金曜日	11:30-13:00
15人	20回
なし	
中国体操で身体をほぐし、中国の曲で易しい原地太極拳。誰にもでき健康づくり転倒防止を楽しく一緒にしませんか。	
講師電話 81-0701	

5D1 スクエアダンス	由田 拓夫
第2・4火曜日	13:00-15:00
10人	20回
なし	
歩くことが主体のウォーキングダンスです。8人でセットを組み、指示者が発するコールによってステップを踏みます。8人の体型が刻々変化する、楽しく奥深いダンスです。	
講師電話 76-8172	

5F1 万病克服の健康体操	永井久仁子
第2・4火曜日	10:00-12:00
15人	20回
年間1620円	
畳一枚のスペースでどこでも出来る健康体操 100歳まで元気に生きる体づくり、東洋医学から発症、医者いらずの健康体操。調心、調息、調身毎日15分で健康維持できます。	
講師電話 57-6110	

611 ふれあいダンスA	山田 欽一
第1・3土曜日	13:00-15:00
20人	20回
なし	
心豊かな生活をダンスから始めましょう。仲間とのふれあいを通して楽しさが倍増。健康づくりにも最高！経験者大歓迎です。	
講師電話 78-1267	

612 ふれあいダンスB 山田 欽一
 第2・4土曜日 13:00-15:00
 20人 20回 なし
 社交ダンスで汗をかいてみませんか。音楽に合わせて体を動かすと爽快な気分になり、友達の輪も広がりダンスが楽しくなります。健康づくりに最高です。
 講師電話 78-1267

621 ロマンダンスA 長谷川正章
 第1・3金曜日 15:00-17:00
 20人 20回 なし
 心地良い音楽を聞きながらリズムとメロディを身体で表現するダンス、全身の筋肉を使うので健康に最適な運動です！爽やかな汗、皆で流すと…ほ～ら友達です。
 講師電話 75-2702

622 ロマンダンスB 長谷川正章
 第2・4金曜日 15:00-17:00
 20人 20回 なし
 心地良い音楽を聞きながらリズムとメロディを身体で表現するダンス、全身の筋肉を使うので健康に最適な運動です！爽やかな汗、皆で流すと…ほ～ら友達です。
 講師電話 75-2702

641 ピカケアロハ 永井 敬子
 第1・3土曜日 9:30-11:30
 30人 20回 年間300円
 早いもので今年で21年目の講座となりました。楽しく美しいリズムに合わせて踊りますフラダンスは、健康の源となるのでしょうか、元気で一緒に楽しいフラを踊りましょう。
 講師電話 78-3316

671 始めよう社交ダンス 吉田晃一郎
 第2・4木曜日 15:30-17:30
 20人 20回 年間500円
 歩ければ誰でも踊れるやさしい社交ダンスを心と身体の健康増進に（最強！）、また生活文化のたしなみとしてもこの機会に是非習い始めてみませんか。（初心者対象）
 講師電話 090-6347-1752

672 心地良い社交ダンス 吉田晃一郎
 第1・3木曜日 15:30-17:30
 20人 20回 年間500円
 社交ダンスのステップをある程度踏めるようになった人向けに、更に如何に心地良く美しく舞えるようになるための動作方法を主体に丁寧に指導を行います。（経験者対象）
 講師電話 090-6347-1752

681 ロイヤルダンスA 蛸名カズエ
 第1・3月曜日 15:00-17:00
 20人 20回 なし
 基本のステップを中心に健康的に楽しくレッスンをしています。仲間づくりの一つに社交ダンスを加えて共に人生をエンジョイしませんか。
 講師電話 77-4899

682 ロイヤルダンスB 蛸名カズエ
 第2・4月曜日 15:00-17:00
 20人 20回 なし
 基本のステップを中心に健康的に楽しくレッスンをしています。仲間づくりの一つに社交ダンスを加えて共に人生をエンジョイしませんか。
 講師電話 77-4899

731 パソコン入門A 篠崎 輝昭
 第1・3木曜日 10:00-12:00
 12人 20回 年間7000円
 パソコンの基本操作からワードによる資料作成、年賀状の作成と印刷、エクセルによる住所録、家計簿の作成、デジカメ写真のパソコンによる閲覧、編集、加工などを学びます。
 講師電話 82-0129

732 パソコン入門B 篠崎 輝昭
 第1・3木曜日 13:00-15:00
 12人 20回 年間7000円
 パソコンの基本操作からワードによる資料作成、年賀状の作成と印刷、エクセルによる住所録、家計簿の作成、デジカメ写真のパソコンによる閲覧、編集、加工などを学びます。
 講師電話 82-0129

741 スマホ教室 小山 信弘
 第2・4土曜日 9:00-11:00
 20人 14回 年間1200円
 「Androidスマホ/iPhone完全マニュアル」で基本操作～活用技を学びます
 スマホ決済、セキュリティ、シェアリング等
 も学びます。スマホは各自ご持参願います。
 講師電話 82-3383

831 日韓歴史教科書講座 吉村 慶一
 第2・4土曜日 9:00-11:00
 20人 15回 年間1000円
 日韓の高校歴史教科書を比較しながら講読し
 議論することで、日韓の歴史認識の違いに、
 それぞれの教育がどう影響しているかを考える
 講座。韓国の教科書は和訳本である。
 講師電話 090-9831-8478

851 フランス語（中級） 佐藤 洋子
 第1・3火曜日 9:30-11:30
 20人 20回 年間2000円
 1年以上の既習者が対象。初級で学んだ文法
 の復習を兼ねた講読が中心。仏会話は講義の
 初頭、仏作文は宿題で行う。フランスの時事
 的話題や歴史、文化についても話す予定。
 講師電話 77-5504

852 フランス語（初級） 佐藤 洋子
 第1・3火曜日 12:30-14:30
 20人 20回 年間2000円
 フランス語が初めての方が対象。発音や基礎
 的な文法を学び、簡単な会話・講読・作文が
 できるようになることを目指す。DVDでの
 フランスの紹介も行う予定。
 講師電話 77-5504

861 論語A（継続者） 本多 勝昭
 第2水曜日 9:30-11:30
 15人 11回 なし
 書き下し文での素読と解釈が中心です。声を出
 して、心地よいリズムを楽しみましょう。
 今年度は第15編からです。2500年前の
 孔子の時代と現在とを比較してみましょう。
 講師電話 76-7360

862 論語B（入門者） 本多 勝昭
 第4水曜日 9:30-11:30
 15人 11回 年間1200円
 書き下し文での素読と解釈が中心です。声を出
 して、心地よいリズムを楽しみましょう。
 初めて論語にふれてみようと思う方、認知症
 予防を考えている方に最適だと思います。
 講師電話 76-7360

891 はじめての瞑想 山口 修平
 第3水曜日 19:00-21:00
 20人 12回 なし
 仕事の緊張を瞑想と談話で緩めて、自分に
 還っていきましょう。始めは、瞑想を短めに
 無理なく継続を目指します。
 講師電話 090-1842-6150

931 楽しいマジック 長澤 英夫
 第2・4火曜日 10:00-12:00
 20人 20回 なし
 私達の身近かにある素材を活用して簡単に出来、
 皆さんに楽しんでもらえるマジックを覚え
 ます。家族の前、何かの集まりで披露し、
 アッ！と云わせてみませんか。
 講師電話 83-6467

951 心の歌、懐かしの歌 佛崎 裕美
 第2金曜日 10:00-12:00
 20人 12回 年間800円
 昔歌った懐かしい歌、どこかで聞いた歌、誰で
 も歌える。楽しく皆様一緒にうたいましょ
 う。
 講師電話 77-4160

961 発声で健康作り 大村 慶子
 第1・3金曜日 13:00-15:00
 30人 20回 年間1000円
 呼吸と姿勢のエクササイズで声が気持ち良く
 出ます。表情が豊かになり、誤嚥防止にも効果
 的。ウクレレ弾き語りコーナーあり。リク
 エストにも、なるべく応じます！
 講師電話 090-2535-4772

992 歌ってみよう！合唱 渡邊 照子
 第2・4火曜日 9：30－11：30
 30人 20回 年間1000円
 身体をほぐし、呼吸、発声のトレーニングをしながら合唱の基礎を学び、声と心を合わせ歌う混声合唱を楽しみましょう。初心者歓迎男女を問いません。見学はいつでもどうぞ。
 講師電話 87-0437

9A1 たのしい囲碁・入門 阿部 善衛
 第1・3土曜日 9：00－11：00
 20人 20回 年間1000円
 囲碁に興味・関心はあるけど、ルールがよくわからないという方。一緒に、囲碁の楽しさや奥深さ、上達の喜びを体験してみませんか。入門者・初心者を対象とした講座です。
 講師電話 77-6960

9A2 たのしい囲碁・初級 阿部 善衛
 第1・3金曜日 13：00－15：00
 20人 20回 年間1000円
 囲碁の基本的ルールを理解し、10級前後の棋力のある方を対象にしています。同じ趣味の仲間と語りながら、楽しく講座を行ないます。どうぞお気軽にご参加下さい。
 講師電話 77-6960

9B1 たのしい囲碁・中級 武田 一郎
 第1・3金曜日 9：30－11：30
 20人 20回 年間1000円
 囲碁棋力5級位から三段位迄を対象としています。講座を継続して、たのしく仲間づくりが出来ることが望まれます。勝負のみでなく人生を語る場としたいと思います。
 講師電話 88-4163

9C1 はじめての麻雀A 笠島 幸江
 第1・3水曜日 15：00－17：00
 20人 20回 年間1000円
 麻雀の経験がある方も、ない方も、午後のひと時を、脳トレと、指先の運動と共に、楽しくゲームを、プレーしませんか！
 講師電話 090-1542-7700

9C2 はじめての麻雀B 笠島 幸江
 第2・4水曜日 15：00－17：00
 20人 20回 年間1000円
 麻雀の経験がある方も、ない方も、午後のひと時を、脳トレと、指先の運動と共に、楽しくゲームを、プレーしませんか！
 講師電話 090-1542-7700

9D1 麻雀中級A 井熊 英隆
 第1・3月曜日 10：00－12：00
 20人 20回 年間1000円
 経験の浅い人対象です。麻雀の「ルール」と「得点計算法」を、遊びながら楽しく学び、脳の老化防止を図ると共に麻雀のレベルアップと仲間を作る講座です。
 講師電話 090-9012-2550

9D2 麻雀中級B 井熊 英隆
 第2・4月曜日 10：00－12：00
 20人 20回 年間1000円
 経験の浅い人対象です。麻雀の「ルール」と「得点計算法」を、遊びながら楽しく学び、脳の老化防止を図ると共に麻雀のレベルアップと仲間を作る講座です。
 講師電話 090-9012-2550

9F1 デジカメ教室秦野 石井 登
 第2・4木曜日 13：00－15：00
 20人 20回 年間1500円
 あなたの隠れた才能を見つけ育てる写真教室カメラと三脚の使い方、優れた写真の撮り方構図、写真の編集、印刷、撮ってはいけない写真、安いカメラなど新感覚の教室です。
 講師電話 77-3726

9G1 ギター入門講座 松下 春夫
 第2・4水曜日 13：00－15：00
 12人 20回 年間1000円
 クラシックギター初心者程度の方を対象に、構え方、調弦、奏法等の基本から学び、簡単な合奏ができるところまでを目標にします。ギター再チャレンジしたい方も歓迎です。
 講師電話 76-6337

渋沢公民館教室

261 古文書・くずし字 矢内 昭夫
 第2・4水曜日 14:00-16:00
 15人 20回 年間1000円
 古文書を継続して学ばれている方むきです。江戸時代の出版物・筆写本（徳川実紀など）や秦野市内に残る古文書を歴史的背景などにも注目しながら読んでいきます。
 講師電話 87-5250

262 はじめての古文書 矢内 昭夫
 第1・3水曜日 14:00-16:00
 15人 20回 年間1000円
 江戸時代に使われた手紙の文例集・寺子屋の教科書・百人一首などを教材として、古文書・くずし字の基礎を学びます。はじめての方でも理解できる易しい内容から入ります。
 講師電話 87-5250

282 いけばな小原流 森谷 年子
 第4水曜日 9:30-11:30
 15人 12回 各回700円
 四季折々の花をお部屋に飾ったら、心も明るく豊かな気持ちになります。一輪の花でも感動します、初心者も経験者も大歓迎です、一緒に楽しく学びましょう。
 講師電話 88-1448

5E2 笑いの体操 佐久間しほみ
 第1・3金曜日 10:00-12:00
 20人 20回 各回300円
 笑いヨガとシナプソロジーを中心に楽しく笑って脳活性化！ 運動嫌いな人も座ったままでも運動効果バッチリ！ 免疫力アップ・認知予防・ストレス解消・睡眠の向上！
 講師電話 090-6100-0725

991 はじめよう！合唱 渡邊 照子
 第2・4木曜日 14:00-16:00
 30人 20回 年間1000円
 身体をほぐし、呼吸、発声のトレーニングをしながら合唱の基礎を学び、声と心を合わせ歌う混声合唱を楽しみましょう。初心者歓迎男女を問いません。見学はいつでもどうぞ。
 講師電話 87-0437

9E1 詩吟趣味の会 武 正承
 第2・4木曜日 13:00-15:00
 20人 20回 年間1000円
 詩吟を始めてみませんか。声を出して健康増進、ストレス解消しましょう。歴史にふれて文化の継承をしましょう。詩吟の好きな仲間が集い、毎日を楽しく過ごしましょう。
 講師電話 75-1166

東公民館教室

101 初めての茶の湯 裏千家 小川 宗貴
 第1・3火曜日 13:00-15:00
 13人 20回 各回500円
 和やかに楽しく、茶の湯を初めてみませんか新しい仲間との出会いの中で、少しの緊張感と集中力で、作法やお点前を、身につけながら、非日常的な、時間を、体験して下さい。
 講師電話 84-7600

122 季節のいけばな 萩原好志子
 第3月曜日 13:00-15:00
 20人 12回 各回800円
 暮しの中にお花を飾ってみませんか。季節を感じながら小原流いけばなを楽しんでください。初心者も経験者も大歓迎です。気軽な会です。ご参加をお待ちしています。
 講師電話 82-6067

南公民館教室

592 腹式呼吸体操B 平原 律子
 第2・4月曜日 13:30-15:30
 15人 20回 なし
 どなたでも気軽にできる体操です。腹式呼吸で体力作り、肩凝り、腰痛、膝の痛み、尿失禁など寝たきり老人にならないように。皆さんとご一緒に健康維持に努めましょう。
 講師電話 83-0013

5C2 中国体操と原地太極拳B 安池 知子
 第2・4月曜日 10:00-11:30
 20人 20回 なし
 中国体操で身体をほぐし、中国の曲で易しい原地太極拳。誰にもでき健康づくり転倒防止を楽しく一緒にしませんか。
 講師電話 81-0701

教室の場所

1 広畑ふれあいプラザ

住所：秦野市下大槻174番地4

電話：0463-77-6061

交通：神奈川中央交通バス

鶴巻温泉駅発「下大槻団地行」または「秦野駅行き」

広畑ふれあいプラザ前下車 徒歩1分

秦野駅発「鶴巻温泉駅行」または「団地経由平塚行」

広畑ふれあいプラザ前下車 徒歩1分

2 渋沢公民館

住所：秦野市渋沢上2-9-1

電話：0463-87-7751

交通：徒歩 渋沢駅南口より15分

神奈川中央交通バス

渋沢駅南口発「千村台行」 千村台(終点)下車 徒歩1分

渋沢駅南口発「峠行」 渋沢小学校入口下車 徒歩5分

3 東公民館

住所：秦野市東田原1538-3

電話：0463-82-3232

FAX：0463-84-7543

交通：神奈川中央交通バス

秦野駅発「くず葉台経由藤棚行」または「くず葉台経由神奈川病院行」

東田原下車 すぐ

4 南公民館

住所：秦野市今泉598番地

電話：0463-81-3001

交通：神奈川中央交通バス

秦野駅北口発「畑中」行、または「震生湖経由奈窪」行乗車

南公民館前下車 すぐ

貼付用：【受講申込内容・宛先】用紙

内容を記入し、点線で切り抜き、往復ハガキに貼付してご利用ください。

※1枚のハガキに複数の講座は記入できません。

広畑ふれあい塾 受講申込

次の講座を申し込みます。

講座番号	講座名

複数の講座は記入出来ません。

ふりがな		年齢
氏名		
郵便番号	〒	—
住所		
電話番号		

広畑ふれあい塾 受講申込

次の講座を申し込みます。

講座番号	講座名

複数の講座は記入出来ません。

ふりがな		年齢
氏名		
郵便番号	〒	—
住所		
電話番号		

往信分 裏側用

〒257-8501

秦野市桜町1-3-2

秦野市役所
生涯学習課 行

〒257-8501

秦野市桜町1-3-2

秦野市役所
生涯学習課 行

往信 宛名面用