



講座受講生 募集中!

※ 受講生少数の場合等、開講出来ないことがあります。

定員に余裕のある講座です。
お気軽にお申し込みください。

受付時間 8:30~17:00

講座の支払いは、4/1(火)以降、初回受講までをお願いします。

げんきアップ!脳トレ

楽しみながら、体を使う!
動かす!動かせる!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(小)
- 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



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



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)



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)



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



5&5健康体操~afternoon~

認知症予防・脳の活性化にも
役立つリズムミカ的な体操で
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 春美
- 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



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・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4,800円+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



定期講座受講生 募集中!

※ 受講生少数の場合等、開講出来ないことがあります。

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	10時～12時	12	古屋 幸子	12	2,400円
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
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
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
書道	18歳以上	第2・4月曜	10時～12時	24	鈴木 桂仙	15	4,800円
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7年4月～令和8年3月（1年間）
- 受講料：前期分（4月1日から初回受講までに納入）と後期分の年2回納めていただきます。
※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）
- ・先着順（代理人可）・定員になり次第締め切ります。（電話での申込みはできません。）



第109回 きらめき音楽館

～ピアノデュオ・セセディーク～

日時：4月19日(土)

開演 11:00 (開場 10:40)

会場：安浦まちづくりセンター きらめきホール

出演：青山佳子 (プリモ)
富永やよい (セコンド)

素敵なピアノの連弾をお楽しみください!!

<予定曲>
フォーレ
組曲「ドリー」より I.子守唄 IV.キティワルツ VI.スペインの踊り
ミヨー
組曲「スカラムーシュ」
I. Vif II. Modere III. Brasileira
わらべうたメドレー 他



鑑賞無料

主催：(公財)安浦町生涯学習振興財団 ☎ 84-7987

空調工事終了のお知らせ

安浦まちづくりセンターの空調工事がすべて終了しました。
長い間皆様にはお不便をおかけしました。
ご協力ありがとうございました。

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の
ロビー及びホームページに
掲載中です。

掲載期間
R7年3月1日～R7年3月31日



アンケート結果
QRコード

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
3日(木)・10日(木)・17日(木)・24日(木)
・29日(火・祝)

● このゆびとまれの絵本会
日 時：4月12日(土)
10:30～11:00

● このゆびとまれの紙芝居会
日 時：4月26日(土)
10:30～11:30

場 所：安浦市民センター 2階
安浦図書館 えほんコーナー

