



上溝公民館女性学級 学級生募集

テーマ「心と体の免疫力アップ!!」

会場：上溝公民館 ※南区新戸常福寺

回数	月日(曜日) 開催時間	学 習 内 容	講師・進行
1	7月17日(木) 10:00~12:00	開 級 式	準備委員
2	7月24日(木) 10:00~12:00	ことわざの魅力 ～先人に学ぶ～	ことわざ学会研究者 北村 孝一氏
3 ※	8月1日(金) 13:30~15:30	坐禅瞑想と説法を 体験する	常福寺住職 原 和彦氏
4	8月7日(木) 10:00~12:00	振り返りフリートーク	運営委員
5	8月21日(木) 10:00~12:00	災害への心構えと 避難所での現実を知る	本市防災マイスター 永椎 優子氏
6	8月28日(木) 10:00~12:00	振り返りフリートーク	運営委員
7	9月7日(日) 9:00~12:00	夏バテ解消アイデア調 理・食の安全	管理栄養士 西川 温子氏
8	9月11日(木) 10:00~12:00	色紙に貼って作る、 折り紙壁飾り	山崎 紀子氏
9	9月18日(木) 10:00~12:00	学級を振り返る 記録紙作り	運営委員
10	9月25日(木) 10:00~12:00	閉 級 式	運営委員

●対象

上溝地区にお住まいの成人女性20名

●募集

6月1日(日)から定員に達するまで

●参加費

第3回目常福寺への交通費
教材費500円(第1回目に徴収)

●保育

2歳以上未就学までのお子さん先着
2名まで

●申込み

公民館窓口・電話・二次元バーコード・または下記URLから
<https://logoform.jp/f/98zLw>

問合せ・申込み

電話
042-761-2288

