



地域力 UP 講座

問協働推進係 Tel 74-8765



市 HP

「市民によるまちづくり」をテーマに、地域力 UP 講座を開催します！今年のテーマは「元気アップ！」自分自身もまちも元気にするための話を聞いてみませんか？たくさんのご参加をお待ちしています！

- と き 11月5日(木) 18:30～20:30
- と ころ 地域交流センターゆう ミニホール
- 対 象 市内に在住・在勤・在学されている方
- 定 員 30人
- 料 金 無料
- 講座内容 「砂川元気アップ大作戦～私にもできるワクワクまちづくり～」
- 申 込 10月22日(木)までに右記 QR コードからお申し込みください。
※電話 (74-8765)、FAX (54-2568)、E メール
(kyodo@city.sunagawa.lg.jp) からの申し込み可。



講師 笑華尊塾
代表 塩谷 隆治 氏



▲申込

塩谷さんからのメッセージもご覧ください！



YouTube



この事業はサマージャンボ宝くじの収益金を活用して実施しています。

ふれあいセンター 講座受講生募集

問ふれあいセンター Tel 52-2000



趣味や健康づくりに関する講座の受講生を募集しています。仲間づくりや生きがいを見つける機会としても、ぜひご利用ください。

- 期 間 令和9年3月まで
- 対 象 おおむね60歳以上の市民
- 料 金 入館料100円 ※初めて受講される方は令和9年3月末まで無料
- 申 込 ふれあいセンター窓口へ直接申し込みください(各講座の申込は随時受け付けています)

講座名	期間	時間	定員	講師
健康体操	月2回・火曜日 (9～12月まで) 月1回・火曜日 (1～3月)	10:00～11:30 (9月まで) 10:30～12:00 (10～3月)	30人	土田 雅子 氏
フォークダンス・ストレッチ体操	月2回・水曜日	13:00～15:00	30人	梅野 悦子 氏
太極拳	月2回・木曜日	10:00～11:15	30人	小林 朋公 氏
リズムウォーキング	月2回・木曜日	13:30～14:30	30人	佐藤 敬司 氏
社交ダンス	月2回・金曜日	10:00～12:00	20人	崎野 幸一 氏

※各講座の開催期日などの詳細については、ふれあいセンターまでお問い合わせください。

※ふれあいセンターの事業や講師の都合により、日程が変更となる場合があります。