



ペーパ

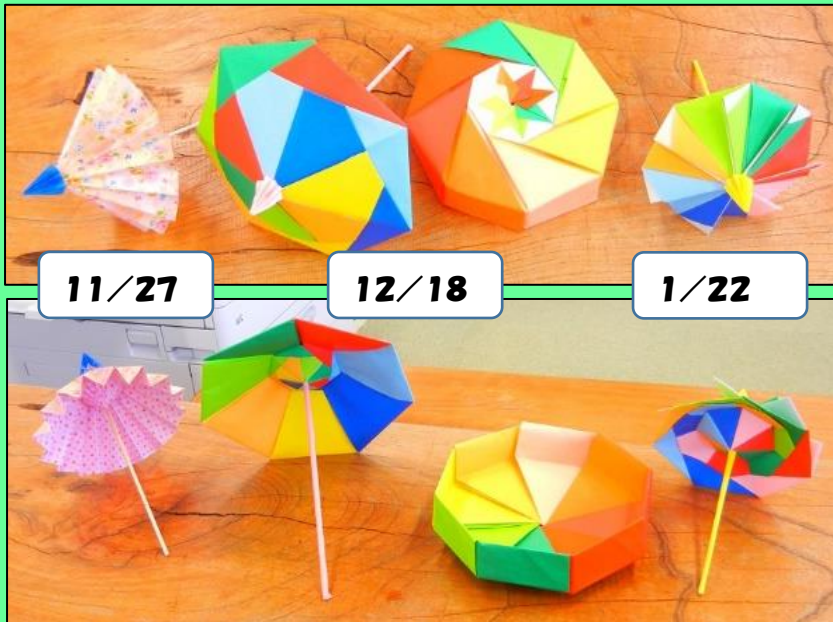
あずま生涯学習センターだより NO. 9
令和 4年1月25日発行

あずまこみゅにてい1月号

令和4年2月のセンター講座

どちらの講座も4回目(最終)です。

【2月12日(土)】 楽しい折り紙教室かわいい傘や八角箱を一緒に作りましょう



13:30~15:30

みなさんと楽しく
傘や八角箱を作っ
ます。

さて、2月12日は？

最後ですので、全部を
おさらいしましょう！

**【2月15日(火)】 体・心・頭がスッキリできるフレイル予防・改善講座 = 健康寿命をの
ぼそう =**

13:30~15:00



2/15は「川柳」
があります。
思いを5・7・5に
あらわします。
講師は、吉田
多嘉子先生です。

運動の前に、頭の体操をしましょう。



R3後期公民館講座

初めての方から始められる体に優しいスッキリ・ヨガ



令和3年度後期公民館講座(ヨガ)
集合写真 1/13



第10回(12/25)

第11回(1/13)



浅野先生のご指導のもと、11回のヨガ講座が終了致しました。当初の予定では10回の講座でしたが、日にちの変更があり、参加者が少なかったため、先生のご配慮により11回目を開催することとなりました。受講生の皆様、大変ご迷惑をおかけしました。今後はこのようなことが起こらないようにします。浅野先生をはじめ、16名の受講生の皆様ありがとうございました

ちょっと一息!

1月6日(木)、午後から雪が降りました。午後も降り続け、一面銀世界!!
日陰ではしばらくの間雪が融けず、道路はアイスバーンになり、車を運転している私はとても怖かったです。



1月6日(木)午後3時ごろ



お問い合わせ先 〒300-0749 稲敷市佐原組新田1596
あずま生涯学習センター TEL 0299-79-0053
FAX 0299-79-1793
所長 古沢 努 (担当 山本 益実)