受講生募集！

高泊地域交流センターだより No.3
令和８年５月１日

〈たかとまり週末倶楽部〉
初心者歓迎！クラフトバンドで夏向けのバッグづくり（全２回）

涼やかな季節にぴったりのバッグを、クラフトバンドで手作りしてみませんか。初心者対象の講座なので、基本の編み方、持ち手の取り付けまで、講師が丁寧にサポートします。

●日　時：６月７日（日）、１４日（日）
１０:００～１２:００

●講　師：柴田　貴美恵　様

●材料費：2,５００円
（初回に徴収します）

●会　場：高泊地域交流センター
（研修室）

●持参物：ハサミ、洗濯ばさみ、ボンド
ものさし、ウェットティッシュ
鉛筆、定規

※申込締切　５月２１日（木）

〈いきいき健康講座〉
ピラティス（全２回）

姿勢を整え、しなやかな体をつくるピラティスで、毎日をいきいきと。初心者歓迎。基本の呼吸法からやさしいエクササイズまで、インストラクターが丁寧にサポートします。

●日　時：６月１６日（火）
７月２１日（火）
１０:００～１１:３０

●講　師：佐々木　直子　様

●会　場：高泊地域交流センター
（交流室）

●持参物：ヨガマット（バスタオル）
タオル、飲み物、運動できる服装

※申込締切　６月４日（木）

〈あいあい（教養）講座〉
考えよう・伝えよう「もしものこと」～「いま」思いを伝えあう人生会議～

医療や介護が必要になっても、住み慣れた地域で暮らし続けるための情報提供と、これからの人生を考えていただくための体験講座です。もしものカード（エンディングカード）の記入体験や、今後の人生を考えるためのカードゲーム体験を行います。

●日　時：６月２５日（木）
１０:００～１１:３０

●講　師：市高齢福祉課　職員

●会　場　高泊地域交流センター
（研修室）

※申込締切　６月１５日（月）

お申込み・問い合わせは
高泊地域交流センター
☎８４-１５００
✉takatomari-center
@city.sanyo-onoda.lg.jp

お申込み方法
電話、センター窓口、メールまたは下の QR コードからお申込みください。
お申し込みの際には、
・講座名・氏名・住所・電話番号をお知らせください。

参加費は無料ですが、材料費が必要な講座もあります。
定員は各１５名です。

回覧										