

茶道作法教室

講師：衣斐 みどり
表千家教授
定員：20名
参加料：100円(1回)
持ち物：ふくさ(あれば)



かたぐるしい作法はありません。
お抹茶とお菓子を楽しむつもりで、
気軽にご参加ください

Let's English!

講師：ローレンス
ロサンゼルス出身
定員：20名
参加料：100円(1回)
持ち物：筆記用具



英語が話せなくてもだいじょうぶ！
トークあり、ゲームありのとにかく
楽しい教室です

スマホ教室

講師：ドコモショップ大垣西店スマホ教室講師
定員：20名
参加料：無料
持ち物：スマートフォン、筆記用具



インターネット検索、カメラや
アプリ、Google マップの使い
方など、スマホ機能の活用術を
学びましょう！

知っておきたいお金の話

講師：杉山 恵里 (ドコモショップ大垣西店)
名和 正二
定員：25名
参加料：無料
持ち物：筆記用具



暮らしの中の節約術、ふるさと納税や
NISA などお金にまつわる基礎知識を
楽しく学びます

陶芸教室

講師：井口 真里子
名古屋陶芸短期大学卒
陶芸家
定員：20名
参加料：100円
服装：汚れてもよいもの



自分の手で生み出した器を使うときの喜びは
格別です！この感動を味わってください

フィットネストレーニング

講師：嶋田 民子 (Let's たるい)
定員：20名
参加料：無料
持ち物：室内シューズ、タオル、飲料水



運動器具を使いちょっとハードな
トレーニングで運動不足を解消
しましょう！

子育て世代のヨガ教室



日常の疲れを癒やす！時間
ツボ押しヨガでリラックス
子連れで参加もOK！

講師：野村 美智留
2010年アメリカにて全米アライ
アンス取得。NYのスタジオで
指導経験あり。
定員：25名
参加料：無料
持ち物：ヨガマット、飲料水、タオル

ヨガ教室



スローな動作で普段は使って
いない筋肉を使い、気持ちよく
汗を流しましょう

令和6年度 前期一般教室日程・詳細

教室名・場所・時間	参加料	持ち物・服装	5月	6月	7月	8月	9月
茶道作法教室 2階 和室 14:00～16:00	1回 100円	ふくさ（あれば）	11土	8土	13土	10土	14土
Let's English! 2階 研修室 9:30～11:00	1回 100円	テキスト（初回に配布） 筆記用具	16木	13木	11木	22木	12木
			30木	27木	25木		26木
スマホ教室 2階 研修室 14:00～16:00	無料	お使いのスマートフォン 筆記用具				2金	
						23金	
						30金	
知っておきたいお金の話 2階 研修室 14:00～15:40	無料	筆記用具		22土		24土	
陶芸教室 1階 集会室 9:30～11:30	100円	汚れてもよい服装					21土
フィットネストレーニング 1階 集会室 10:00～11:30	無料	タオル、飲料水、 室内シューズ	18土	22土	27土	24土	28土
ヨガ教室 1階 集会室 14:00～15:30	無料	ヨガマット、タオル、 飲料水、室内シューズ	10金	14金	12金	9金	13金
子育て世代のヨガ教室 1階 集会室 10:00～11:00	無料	ヨガマット、タオル、 飲料水、室内シューズ	12日	2日	7日	4日	8日

【要 項】

- ・府中地区まちづくりセンターへ電話・FAX・メールにてお申し込みください。
- ・どなたでもお申し込みいただけますが、お申し込み多数の場合は、府中地区住民を優先します。
- ・期間の途中でもお申し込みいただけます。
- ・定員になり次第締め切ります。
- ・スマホ教室を申し込む際、使用しているスマートフォンの機種を伝えてください。
- ・天候や講師の都合等により、日程が変更になる場合があります。
- ・撮影した画像は広報等に使用することがあります。



お申し込み・お問い合わせは…

府中地区まちづくり協議会

府中地区まちづくりセンター

☎503-2105

垂井町新井 709-4

TEL/FAX:0584-23-2002

Email:fucyukou@town.tarui.lg.jp