



**東公民館放課後子ども教室  
「子ども茶道教室」**

対象 小学3年～6年生  
とき 6月～平成26年2月  
毎月2回 土曜日  
午前9時30分～11時30分  
定員 20人  
内容 茶道の作法入門  
持ち物 白ソックス、ハンカチ  
申込期限 4月25日(木)  
※保護者の送迎が必要です。  
※詳しくはお問い合わせください。  
☎ スポーツ・生涯学習課  
☎ 2318

**糖尿病教室を開催します**

毎月、テーマを変えて医師や薬剤師、栄養士など、病院のスタッフが糖尿病についてお話しします。  
どなたでも参加できます。  
とき 毎月第2・4水曜日  
午前10時～10時30分  
ところ 中央病院本館1階 糖尿病外来診察室前

**第1回目のお話し 4月10日(水)**

「自分の葉をもっと知ろう」  
※詳しくはお問い合わせください。  
☎ 中央病院糖尿病外来  
☎ 235121 (内線7570)

**東公民館民間教育事業者による新規開設講座**

講座名 ご当地ヨガ(ベビーヨガ)  
とき 月1回 第4土曜日  
午前9時45分～11時40分  
費用 1500円(教材費別)  
内容 産前は運動不足解消、産後は骨盤を引き締め下腹ポッコリを改善します。助産師も一緒です。  
申し込み方法 電話またはメール  
☎ 080・3501・6790

**南公民館民間教育事業者による新規開設講座**

講座名 さわやかハッピーカラオケ  
とき 4月16日(火)・23日(火)  
午後6時～9時  
費用 1回1000円  
持ち物 CD、カセットテープ  
☎ 渡 090・3754・9351

**中央公民館講座「子ども将棋教室」**

対象 小・中学生  
とき 4月20日～平成26年3月1日  
毎月おおむね第2・4土曜日  
午前10時～正午  
定員 40人(先着順)  
申込期間 4月4日(木)～(定員になり次第終了)  
☎ 中央公民館 ☎ 235277



**公民館ではさまざまな学習会を開催しています。どうぞご参加ください。**

対象 おおむね60歳以上のかた ※必要に応じて実費負担があります。

**中央公民館 寿大学 ☎☎23 5277**

とき 4月23日～平成26年2月18日  
おおむね第2・4火曜日  
午前10時～午後3時  
※開講式 4月23日(火) 午前10時～正午  
内容 ▶午前 歌唱、講話、健康体操、野外学習など  
▶午後 クラブ活動(舞踊、詩吟、社交ダンス、生花、焼物、郷土史)  
費用 年会費6,000円(運営費)

**南公民館 みなみ大学 ☎☎22 4416**

とき 4月12日～平成26年3月7日  
隔週金曜日 午前9時30分～午後3時  
※開講式 4月12日(金) 午前9時30分～正午  
内容 ▶午前 歌唱練習・健康体操・学習活動(講話、趣味講座など)  
▶午後 クラブ活動、社交ダンス、和紙工芸、書道クラブ  
費用 年会費6,000円(運営費)



**東公民館 遊友ひがし ☎☎24 9000**

とき 4月19日～平成26年3月7日  
隔週金曜日 午前10時～午後3時  
※開講式 4月19日(金) 午前10時～正午  
内容 ▶午前 クラブ活動(ハイキング、料理、グラウンドゴルフ、社交ダンス)  
▶午後 講話、健康体操、野外学習など  
費用 年会費5,000円(運営費)  
申込期限 4月18日(木)



**十和田湖公民館 ろまん大学 ☎☎22 2102**

とき 4月18日～平成26年2月13日  
おおむね第3木曜日 午前10時～午後3時  
※開講式 4月18日(木) 午前10時～正午  
内容 ▶午前 講話、健康講座、野外学習など  
▶午後 クラブ活動(踊り、カラオケ、手芸、軽スポーツなど)  
費用 年会費2,500円(運営費)