

自主学習グループ開設講座

講座名	初めてのウクレレ教室	楽しいマジック	元気にバドミントン	にほんごおしゃべり in なかがわ	女性コーラス
講座の あらまし	ウクレレを弾いてみたいけど出来るかどうか不安。そんな方たちでもみんなで一緒にのんびりとウクレレを練習します。	マジックを習得して楽しもう！	初心者の方も、ステップアップを目指したい方も一緒に楽しみましょう。	いろいろな国の言葉でおしゃべりしよう	皆様の良く知っている曲を楽しく歌いましょう。コーラスの練習。
曜 日	日曜日	水曜日	木曜日	日曜日	木曜日
時間・回数	午後5:00～6:00 2回	午前10:00～11:00 2回	午前9:30～11:30 2回	午後1:30～3:00 4回	午前10:00～12:00 3回
対象・定員	成人・20人	一般・10人	一般・6人 中川区在住女性（学生不可）	一般・5人	女性・5人
費 用	500円	200円	300円	100円	無料
初回持ち物	ウクレレの無い方は、3,500円で購入できます。（要予約）	筆記用具	運動靴・飲み物・タオル・ラケット	エプロン・マスク・三角巾	特になし
注 意 事 項	—	—	保険は未加入ですので必要とあれば各自で加入してください。	—	—
身寄等習 グループ 会 場	中川ハローウクレレ 第3集会室	中川マジック 第4集会室	中川シャトルフラワーズ 体育室	にほんごおしゃべりinなかがわ 料理室・第4集会室	かやのみ会 視聴覚室
学 習 プ ロ グ ラ ム	9 ／ 14 ウクレレの持ち方・ チューニングの仕方	6 ／ 4 トランプを使用して	6 ／ 26 基礎・ゲーム	5 ／ 11 各国の挨拶	7 ／ 10 歌謡曲
	9 ／ 28 曲の練習	6 ／ 18 カップを使用して	7 ／ 17 基礎・ゲーム	5 ／ 25 各国の料理	7 ／ 17 歌謡曲
申し込み	電話または直接 中川生涯学習センターへ、 8月24日（日）まで	電話または直接 中川生涯学習センターへ、 5月21日（水）まで	電話または直接 中川生涯学習センターへ、 5月22日（木）まで	電話または直接 中川生涯学習センターへ、 4月27日（日）まで	電話または直接 中川生涯学習センターへ、 6月26日（木）まで

生涯学習Webナビなごや

Webナビなごや 検索

生涯学習センターやイーブルなごやの講座・事業、空室状況、ボランティア、グループ、会場などの情報を調べることができます。

e-ねっと+なごや

eなっとなごや 検索

インターネットで「親学」「なごや学」「現代の課題」の講座を「いつでも」「どこでも」受講できます。

生涯学習相談

生涯学習アドバイザーがボランティアグループの紹介や学びの情報提供をします。
○日時：4月～3月の不定期
月の初めに当センターまでお問い合わせください。
○会場：1階 ロビー
○費用：無料（どなたでもご相談できます。）

講座申込のご案内

■受講資格 市内にお住まいの方・お勤めの方、または、市内の学校に通学している方で、各講座ごとに定める対象者。
※講座プログラムの対象者の「一般」とは、15歳以上（中学生を除く）の方です。

■申込方法
☆ インターネットによる申込は名古屋市電子申請サービスホームページをご覧ください。
※託児付講座で、託児が必要な方はお子さまの情報を、託児不要の方は氏名欄に「無し」と入力して下さい。
（パソコン <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/>）（携帯電話 <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/m/>）
☆ 往復はがきによる申込の場合は以下のとおりです。
○ 往復はがき1通につき1講座ずつお申込ください。（1講座につき1人1通のみ有効です）
○ 下記の内容をご記入の上、中川生涯学習センターへお申込ください。

※1 【託児付】講座での託児を希望される方は、「託児希望」とご記入の上、お子さまの氏名（ふりがな）、生年月日もご記入ください。
※2 名古屋市外にお住まいの方は、勤務先または通学先の所在地の区名をご記入ください。

○ 応募者が定員を超えた場合は、締切日の翌日に抽選を行います。
定員に満たなかった場合は、締切日の翌日以降に中川生涯学習センター事務室で受講の受付を行います。
○ 結果については、締切日の翌日以降に、電子メールまたは返信用はがきでお知らせします。
○ 当選された方は、電子メールまたは返信はがきに記載された期日までに中川生涯学習センターで受講手続きをしてください。
○ 受講できるのは当選者ご本人に限ります。また、受講者以外の方は同伴できません。（介助者は除きます）
○ お申込後は、原則として講座の申込契約を解除できません。（受講料・教材費等はお返しできません）
○ 補欠の方には、欠員ができた次第、電話またはメールでご連絡いたします。
○ 当選を辞退される場合は、必ず中川生涯学習センターまでご連絡ください。

名古屋市電子申請サービス

検索

中川生涯学習センター

検索

携帯電話からかんたんアクセス

○ 傷害保険等の設定をしておりませんのでご注意ください。

HOME X事業等のご案内

リラククスアロマヨガ教室

日 時：5月26日（月）・6月23日（月）・7月28日（月）
8月25日（月）・9月22日（月）
13:30～15:00
講 師：BellaLuna インストラクター 美月
対象・定員：一般・15人
会 場：第1・第2和室
費 用：3,000円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：5月12日（月）必着

夏休み小中学生向け将棋教室

日 時：7月24日（木）・7月31日（木）・8月7日（木）
10:00～12:00
講 師：日本将棋連盟将棋指導員 今枝 満
対象・定員：小中学生・20人
会 場：視聴覚室
費 用：1,500円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：7月10日（木）必着

プリザーブドフラワーで作る仏花

日 時：7月26日（土）13:30～15:30
講 師：EFD認定講師 野村 優子
対象・定員：一般・8人
会 場：美術室
費 用：4,200円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：7月12日（土）必着

マリモのアクアリウム&幸せを呼ぶ
フクロウのモスブリウムを作ろう

日 時：8月24日（日）10:00～12:00
講 師：彩香～癒しの空間～ 落合 清美
対象・定員：小学4年生から大人まで・10人
会 場：美術室
費 用：2,300円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：8月10日（日）必着

ラベンダー蒸留&ハーブスープ作り
（癒しのアロマ体験）

日 時：6月7日（土）13:30～15:30
講 師：Haya代表 中村 紋佳
対象・定員：一般・10人
会 場：料理室
費 用：5,500円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：5月24日（土）必着

季節の練り切りレッスン（初夏）

日 時：6月22日（日）10:00～12:00
講 師：Honey Craft Yoko
対象・定員：一般・10人
会 場：料理室
費 用：3,000円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：6月8日（日）必着

おもちゃ診療所

毎月第1土曜日 1階ロビーにて開院
時間：10:00～15:00

協力：ボランティアグループ名古屋おもちゃ病院「とんかち」

カラーサンドアート
～ハロウィンバージョン～

日 時：9月13日（土）10:00～12:00
講 師：カラーサンドアート 坂本 圭子
対象・定員：一般・10人
会 場：美術室
費 用：3,500円
持 ち 物：当選申込時に連絡します
締 切：8月30日（土）必着

名古屋市 中川生涯学習センター

〒454-0037 名古屋市中川区富川町1丁目2-12
TEL：362-3883 FAX：362-3890

指定管理者：ホームックス株式会社
開館時間：午前9時～午後9時
★休館日 毎月第2水曜日・年末年始12／29～1／3

市バス案内

■金山バスターミナル3番のりば（金山から約15分）
金山21 金山⇄中川車庫前・地下鉄高畑 ★【二女子下車】西へ1分
金山23 金山⇄戸田荘・岩塚本通四丁目 ★【二女子下車】西へ1分
■地下鉄高畑1番のりば（地下鉄高畑から右回り約20分、左回り約30分）
中川巡回 地下鉄高畑⇄地下鉄高畑 ★【二女子下車】西へ1分
※あおなみ線荒子駅・小本駅から中川巡回に乗れます。
■地下鉄高畑4番のりば（地下鉄高畑から約20分）
金山21 地下鉄高畑⇄金山 ★【二女子下車】西へ1分
■名古屋駅4番のりば（名古屋駅から約20分）
名駅20 名古屋駅⇄中川車庫前 ★【二女子下車】西へ1分
幹名駅2 名古屋駅⇄東海橋・野跡駅 ★【長良橋下車】東へ5分

中川生涯学習センター

※駐車場16台（障がい者用1台）1回300円 30分以内無料
駐車台数に限りがありますので、ご来館に際してはできるだけ公共交通機関をご利用くださいますようお願いいたします。

令和7年度 中川生涯学習センター 前期講座のご案内

曜日	時間帯	講座名	開催期間	回数	対象・定員	申込締切日
日	午前	ふれあい日曜学校	5／18～ 1／18	6	知的障がいのある方 30人	4月30日（水）必着
金	午前	白菜大好き♡トマト大好き♡中川区大好き ～料理ではじめる生涯学習～	5／23～ 6／20	5	一般・24人	
火	午前	〈女性セミナー〉 自分らしく思いを伝える はじめの一歩 ～コミュニケーションをアップデート～	5／27～ 7／8	7	女性・30人	
木	午前	〈親学関連講座〉 1歳児と一緒に！遊びの時間で育む学び	5／29～ 7／3	6	1歳児とその保護者 （保護者は2人まで 参加可能）・15組	6月16日（月）必着
水	午後	〈なごや環境大学共育講座〉 交通と環境のつながり ～名古屋の未来を考える～	7／16～ 8／6	4	一般・30人	
木	午前	〈なごや学〉 古のなごや 武士のイロハ	8／21～ 9／25	5	一般・30人	
火	午前	あなたも！私も！ いつまでも健康でいられるために	8／26～ 9／30	5	一般・30人	6月25日（水）必着

参加無料 公開講座のご案内 申込不要 当日先着順

5月27日（火） 10:00～12:00 （開場9:30）	〈女性セミナー〉 歌や言葉で思いを届ける～自分らしく思いを伝えるために～ 歌手・ボイスパフォーマー 白樺 八重
6月14日（土） 10:00～12:00 （開場9:30）	【なかがわ寄席】～落語でみんなと大笑い～ 勝笑演芸一座 岡田 茂樹
7月16日（水） 13:30～15:30 （開場13:00）	〈なごや環境大学共育講座〉 環境にやさしい交通を実現するために 名古屋大学大学院環境学研究科教授 加藤 博和

- 講座開始30分前から入場できます。ただし、定員を超えた時点で、入場できませんので、ご了承ください。
- 公開講座は、多くの市民に幅広い学びのきっかけとなるように、無料で受講できるものです。そのため、講座受講者の方も先着順での入場となりますので、ご理解ください。
- 発熱などの症状がある方、体調不良の方は受講をご遠慮ください。
- 中川生涯学習センターでの「公開講座」は無料で、定員は60人です。事前申し込み不要、先着順で受け付けます。ふるってご参加ください。

締切日	4月30日（水）必着				6月16日（月）必着	6月25日（水）必着	
曜日	日曜日	金曜日	火曜日	木曜日	水曜日	木曜日	火曜日
講座名	ふれあい日曜学校	白菜大好き♡トマト大好き♡ 中川区大好き ～料理ではじめる生涯学習～	〈女性セミナー〉 自分らしく思いを伝える はじめの一步 ～コミュニケーションをアップデート～	〈親学関連講座〉 1歳児と一緒に！ 遊びの時間で育む学び	〈なごや環境大学共育講座〉 交通と環境のつながり ～名古屋の未来を考える～	〈なごや学〉 いにしへのなごや 武士のイロハ	あなたも！私も！ いつまでも健康で いられるために
講座のあらまし	知的障がいのある方を対象とした講座です。レクリエーション、ものづくり、運動など様々な活動を行います。受講者、講師、ボランティアの方と共に楽しい時間を過ごしましょう。 ※受講者の家族も付き添いで参加できます	中川区には「野崎白菜」や「ミニトマト」などの特産の野菜があります。本講座では、特産の野菜の栽培方法や料理について学びます。「野菜を育てる」「おいしく食べる」今日からできる生涯学習を始めませんか。本講座は、「中川区ご当地グルメ会」の協力を得て運営する講座です。	自分らしく思いを伝えようと思っても、うまく伝えられなかった経験はありませんか？本講座では、自分らしく思いを伝えることについて考えます。コミュニケーションを取る上で大切なことを学び、はじめの一步を踏み出すきっかけとしてみませんか。	1歳児の成長を支えるために、さまざまな遊びを通して、子どもの感情理解や自己表現力、共感力を育てる方法を学びます。多様なアプローチで、日常生活に取り入れられる具体的な遊びを提案します。子どもとのふれあいをを深めながら、子どもと一緒に学んでみませんか。 ※1歳児とは、講座初日（5月29日）現在で、満1歳のお子さまです。	「安心・安全な」「環境にやさしい」「にぎわいのある」持続可能な都市をつくるために、交通を考えることは重要です。クルマ社会と言われる名古屋の交通事情について学び、まちと交通、そして環境問題との関係を見つめ直します。交通を通して、名古屋の将来をともに考えませんか。	なごやはかつて戦国の武士が活躍した地域です。本講座では、武士の暮らしや身近な物を中心に学びます。なごやにゆかりのある武士を様々な視点で捉え、なごやの魅力をもっと感じてみませんか。	本講座では、「認知症」「感染症」「熱中症」「骨粗しょう症」を正しく知って、それらの対処法を学びます。いつまでも健康でいられるための秘訣を探ってみませんか。
時間・回数	午前・6回 10:00～11:30	午前・5回 10:00～12:00	午前・7回 10:00～12:00	午前・6回 10:00～11:30	午後・4回 13:30～15:30（第3回のみ13:30～15:00）	午前・5回 10:00～12:00	午前・5回 10:00～12:00（第1回のみ10:00～11:30）
対象・定員	知的障がいのある方・30人	一般・24人	女性・30人 （うち託児枠6人）	1歳児とその保護者 （保護者は2人まで参加可能）・15組	一般・30人 市外在住の方も申込できます	一般・30人	一般・30人
費用	受講料 無料	1,500円	無料	保護者1人につき1,800円	600円	1,500円	1,500円
教材費等	200円	2,700円	100円	100円	現地学習にかかる交通費は自己負担	現地学習にかかる交通費は自己負担 （入館料別途必要）	－
初回の持ち物および注意事項	運動のできる服装・体育館シューズ・汗拭きタオル・飲み物	エプロン・マスク・三角巾・ふきん・飲み物・筆記用具	筆記用具	動きやすい服装・タオル・水筒・おやつ（適宜）	筆記用具	筆記用具	筆記用具
学習プログラム・講師（敬称略）	① みんなで仲良く!レクリエーション 5/18 愛知県レクリエーション協会 レクリエーションコーディネーター 鱈戸 善弘	① 【調理実習】 中川区から発信しよう！ 5/23 ～野菜が大好き 野菜を美味しく～ フードコーディネーター 小林 美香	① 【公開講座】（受講料無料） 歌や言葉で思いを届ける 5/27 ～自分らしく思いを伝えるために～ 歌手・ボイスマフォーマー 白樺 八青 ※本講座受講者の方も先着順でのご入場となります	① いっぱい身体をつかって遊ぼう！ 5/29 ～感情と表現力～ 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	① 【公開講座】（受講料無料） 環境にやさしい交通を実現するために 7/16 名古屋大学大学院環境学研究科教授 加藤 博和 ※本講座受講者の方も先着順でのご入場となります	① 武士の暮らし 8/21 愛知教育大学名誉教授 松島 周一	① 10:00～11:30 今知りたい「認知症」のこと ～認知症サポーター養成講座～ 中川東部いきいき支援センター職員
	② みんなとチャレンジ！ マジック体験 6/29 中川マジック	② 中川区の語り 野崎白菜 5/30 ～先代から受け継がれている技術と信念～ 株式会社野崎採種場 代表取締役会長 野崎 直行	② 自分らしさを大切に ～ジェンダーの視点から～ 6/3 愛知県立大学国際関係学科教授 秋田 貴美子	② 描いて作って遊ぼう！ ～アートで育む創造力～ 6/5 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	② 地域公共交通の必要性と維持発展 7/23 名古屋大学大学院環境学研究科教授 加藤 博和	② 【現地学習】 武士と刀剣 8/28 名古屋刀剣博物館 学芸員	② 平時から「感染症」に 負けない健康管理 9/2 名古屋市立大学医学研究科特任准教授 川出 義浩
	③ みんなとチャレンジ！ 科学工作 9/28 名古屋市科学館ものづくりボランティア	③ 【現地学習】 甘さ抜群 有機栽培で美味しいミニトマト 6/6 ～こだわりの味、開発から完成まで～ 飯田農園 飯田 実	③ 自分らしく思いを伝える大切さ ～レッツ！コミュニケーション～ 6/10 キャリアコンサルタント・豊橋創造大学短期大学部准教授 瀧崎 優佳	③ 音とリズムで遊ぼう！ ～音楽で広がるコミュニケーション～ 6/12 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	③ 【現地学習】13:30～15:00 名古屋における公害問題 7/30 名古屋大学大学院環境学研究科教授 加藤 博和	③ 武士と家紋 9/11 山勝染工株式会社代表 中村 剛大	③ 今知りたい「熱中症」のこと 9/9 愛知学泉大学講師 高田 由基
	④ みんなと運動！スッキリ気分 11/9 愛知県レクリエーション協会 レクリエーションコーディネーター 鱈戸 善弘	④ 【調理実習】 あっとおどろく！簡単料理 6/13 中川区ご当地グルメ会 中村 まゆみ	④ 言葉によらないコミュニケーション ～動きが伝える自分の気持ち～ 6/17 名古屋アルゼンチンタンゴクラブ アルベリシ・カロリーナ	④ 本で遊ぼう！ ～『それいいね！』『わかる！』を引き出す物語の世界～ 6/19 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	④ 【現地学習】13:30～15:00 名古屋における公害問題 7/30 名古屋大学大学院環境学研究科教授 加藤 博和	④ 武士と茶道 9/18 一般社団法人武家文化研究会理事長 遠州流茶道（武家茶道）上席師範 至道庵宗繁（茶名） 中島 繁正	④ 今知りたい「骨粗しょう症」のこと 9/16 名古屋柳城女子大学 名古屋柳城短期大学非常勤講師 芝田 郁子
	⑤ みんなと楽しむ！ クリスマス会 12/7 障がい者ボランティア 板倉 裕子	⑤ 【調理実習】 野菜のスヌメ 6/20 ～もっと野菜が食べくなるレシピ～ フードコーディネーター 小林 美香	⑤ 自分も相手も大切に ～アサーションで自分らしく～ 6/24 公認心理士 コミュニケーション塾ハピネス塾長 愛知県立大学非常勤講師 杉浦 里美	⑤ 手軽に遊ぼう！ ～少しでもギュッと深いふれあい～ 6/26 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	⑤ クルマの街 名古屋の今後 8/6 名古屋大学大学院環境学研究科教授 加藤 博和	⑤ 武士と住まい 9/25 中部大学人文学部教授 水野 智之	⑤ 今日からできる!簡単体づくり 9/30 名古屋柳城短期大学保育科教授 大崎 千秋 名古屋柳城短期大学保育科講師 菊池 理恵
	⑥ みんなで遊ぼう！正月遊び 1/18 障がい者ボランティア 板倉 裕子	⑥ 【託児のご案内】 対象児：1歳児以上 （5月27日現在）の未就学児 必要に応じておやつを持参のこと 託児説明会：5月20日（火曜日） 10:00～11:00（第1集会室） 託児グループじゃんけんぽん	⑥ 話し上手は聴き上手 ～信頼関係を築くために～ 7/1 メンタル&コミュニケーションコーチ 黒原 みほ子	⑥ 遊びからゆるやかなつながりへ ～これまでの学びをふり返って～ 7/3 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	⑥ 遊びからゆるやかなつながりへ ～これまでの学びをふり返って～ 7/3 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	⑥ 遊びからゆるやかなつながりへ ～これまでの学びをふり返って～ 7/3 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子	⑥ 遊びからゆるやかなつながりへ ～これまでの学びをふり返って～ 7/3 親子コミュニケーション教室 ふぁんふぁんアカデミー代表 橋本 有佳子
会場	①④④体育館 ②③⑤⑥視聴覚室	①④⑤料理室 ②視聴覚室 ③現地学習	視聴覚室	視聴覚室	①②④視聴覚室 ③現地学習	①③④⑤視聴覚室 ②現地学習	視聴覚室

※注1：現地学習は、雨天でも行います。また、終了時刻が多少遅れる場合もあります。

※ 都合により、講座の日程・講師・内容等が変更となる場合もありますので、ご了承ください。

◆ 手話通訳、要約筆記、ヒアリンググループなどによる学習サポートを必要とされる方は、講座・事業実施日の2週間前までににご相談ください。

【環境デーなごや2025】
農園を見学しよう！

この事業は、農園見学を通して、農作物の様子を見たり、人間の体や環境に優しい有機栽培について学んだりします。わたしたちの「食」を生み出す農園を見てみませんか。

日時：5月25日（日）10:00～12:00
会場：飯田農園 飯田 実
対象・定員：小中学生とその保護者・15組
受講料：無料
申込：往復はがき・またはインターネット（申込方法：講座申込のご案内参照）
4月25日（金）必着

【公開講座】
【なかがわ寄席】
～落語でみんなと大笑い～

江戸時代から受け継がれている、日本の伝統的古典芸能である落語。落語を通して日本の文化に触れ、楽しく笑い、明日への活力にしましょう。

日時：6月14日（土）10:00～12:00
講師：勝笑演芸一座 岡田 茂樹
会場：視聴覚室
対象・定員：どなたでも・60人
受講料：無料
事前申込不要。9:30開場。

レッツ!エンジョイエクササイズ!
～親子でバランスボールにチャレンジ～

バランスボールエクササイズに、親子で挑戦します。運動を通して、姿勢を整える大切さや呼吸についても学びます。親子で体も心もはずませ、ふれあいながら楽しく運動しましょう。

日時：6月15日（日）13:30～15:30
講師：バランスボールインストラクター
三浦 あかり
会場：体育室
対象・定員：4歳～小学生とその保護者・15組
受講料：大人300円・小学生150円・幼児無料
申込：往復はがき、またはインターネット（申込方法：講座申込のご案内参照）
5月15日（木）必着

【トライアルサマー】
親子で1からの“おとうふ”
作りにチャレンジ！

日本人が昔から親しみ、日本が世界にほこる伝統的な食材の1つである“おとうふ”。“おとうふ”は今でも食卓に欠かせません。そんな大人気の“おとうふ”を、親子で楽しく大豆から作ってみませんか。

日時：8月2日（土）10:00～12:30
講師：豆腐マイスター 食育豆腐インストラクター
中村 まゆみ
会場：料理室
対象・定員：小中学生とその保護者（大人1人・子ども1人または2人）・12組
持ち物：エプロン・マスク・三角巾・ふきん2枚
受講料：大人300円 子ども1人につき150円
教材費：1組1,000円
申込：往復はがき、またはインターネット（申込方法：講座申込のご案内参照）
7月12日（土）必着

なお、材料調達の都合上、当選者は7月19日（土）までに、窓口で受講手続きをお願いします。

無料パソコン相談室

ワードやエクセルなどの操作やパソコンに関する基本的な操作についての疑問・質問にお答えします。

定員：各回10人程度、受付は先着順です。

時間：13:30～15:30
（ご相談は30分程度が目安です。）
受付 13:15～15:00ごろ

場所：第2集会室

相談員：ボランティアグループ
「パンボラ中川」 会員

相 談 日	
	4月17日（木）
5月1日（木）	5月15日（木）
6月5日（木）	6月19日（木）
7月3日（木）	7月17日（木）
8月7日（木）	8月21日（木）
9月4日（木）	9月18日（木）

個人で購入されたソフトやパソコン本体・付属の機器などに関する内容についてはお答えできないこともあります。

なごやか市民教室	
講座名	さわやか3B体操
内 容	毎日の生活に運動習慣を取り入れて音楽に合わせて仲間と一緒に身体を動かしてみませんか？ボール・ベル・ペルダーを使って、楽しく運動します。
講 師	（公社）日本3B体操協会 指導士 岡田 真由美
対象・定員	一般・20人
受講料 回数	1,500円（3回）
教材費	なし
日 程	5/27・6/3・6/10
曜日・時間	火曜日 14:00～15:30
部 屋	第3集会室
持ち物	運動のできる服装・飲み物・汗拭きタオル
締 切	5月6日（火）必着

※市外在住の方も申込できます。
参加人数が定員に満たない場合は、開催しないことがあります

あいモンX(旧:Twitter)
フォローお願いします。
@nagoya_aimon

教育委員会生涯学習課からのお知らせやおすすめ情報などを、
「あいモン」が元氣なあいさつとともにポストします！

あいモン
あい・あい・いっしょ
笑顔でつながろう