

前期 講座

令和6年度 大谷公民館 受講生募集！

開運おやま健康マイレージ対象事業



感染症等のまん延状況により、講座は延期又は中止になる場合がありますのでご了承ください。

さわやか健康気功

初めての方を対象にした、やさしく楽しい気功法。自律神経のバランスや呼吸を整え、明るく活力のある生活を送れるようになります。

■期 日

- ① 6月10日(月)
- ② 6月24日(月)
- ③ 7月 8日(月)
- ④ 7月22日(月)

■時 間 14:30~16:00

■定 員 15名

■受講料 無料

■講 師 気功療法師 永戸 美麗 氏



今から備えよう！防災講座

地震や台風・大雨など、災害への備えは万全ですか？災害が起きた時にあわてず落ち着いた行動をするためには、普段から災害に対する心構えや知識と備えが大切です。いざという時に身を守る防災のコツを学びませんか。3回連続講座です。

■期日・内容

- ①7月 5日(金) 「備えて安心！在宅避難のススメ」
- ②7月12日(金) 「災害に備える「防災脳」を活性化！」
- ③7月19日(金) 「予測ができない地震に備える！もしものときのアクション」

■時 間 10:00~11:00

■定 員 30名

■受講料 無料

■講 師 チーフコンシェルジュ 山崎 真澄 氏



受講生の皆さまの健康と安全を確保するため、体調がすぐれない場合は、受講をお控えください。

「小学生集まれ！学びの教室」

夏休みの宿題など集中して勉強してみませんか？わからないところは公民館の社会教育指導の先生がやさしく教えてくれます。

がんばって学習したあとは色々なニュースポーツ体験ができます。身体を動かし、みんなで楽しい夏休みの思い出を作りましょう！

■期日 8月1日(木) ■時間 9:00～11:10

■定員 20名(小学生対象) ■受講料 無料

■講師 学習の時間:大谷公民館社会教育指導員 大芦 正幸 先生
ニュースポーツ:小山市生涯スポーツ課職員



女性学級

女性を対象として多様な学習機会を提供しています。めまぐるしく変動する時代の中で、女性として生き生き心豊かに過ごすため必要な知識を、講話や体験を通して学び合っていきます。

■期日 6/11、7/9、8/20、9/10、10/15、11/12、12/10、1/14、2/25
(全9回、火曜日)

■時間 9:30～11:30(計画内容による)

■定員 女性 20名

■費用
実費(必要に応じて)



ふれあい学級(高齢者学級)

高齢期にふさわしい社会能力を養い、生活に生きがいを見出すための趣味や娯楽活動を行ない、社会の変化に対応するための学習、社会参加への取り組み等を展開していきます。

■期日 6/13、7/11、8/22、9/12、10/10、11/14、12/12、1/16、2/27
(全9回、木曜日)

■時間 9:30～11:30(計画内容による)

■定員 高齢者男女 20名

■費用
実費(必要に応じて)



*2学級とも、第1回目に年間学習計画・組織づくりを実施します。
日程を変更することもあります。

*2学級のうち、どちらか一方の申し込み及び参加になります。

申し込みのご案内

Step1 お申込みは5月16日(木)
15時までに(5月1日(水)から開始)

【方法その1】インターネットで申込み
パソコンやスマートフォンから申込みできます。
(市ホームページの検索ボックスに「大谷公民館」と入力し、大谷公民館のページから講座ページへのリンクがあります。)



←スマートフォンからは
こちらの二次元コード
が利用できます！

【方法その2】窓口へ直接申込み
大谷市民交流センターに備え付けの申込書をご利用ください。なお、締切日(5月16日(木)の15時)時点で定員に満たない講座は定員を満了すまで随時窓口で受け付けます。

※電話による受付はいたしません。

※1度に申し込めるのは2人まで。抽選になった場合は2人1組として扱います。

Step2 参加が確定した方に通知を送付します

定員を超えた講座は、5月17日(金)15時から公開抽選(立会自由)を行い、参加が確定した方のみ受講決定通知を送付いたします。なお、定員に満たない講座は定員を満了すまで随時受付いたします。

※定員を超えた講座は、小山市を含む定住自立圏形成協定を結ぶ市町住民の方(下野市、野木町、結城市)が優先に抽選となります。ただし、抽選にならない講座はその限りではありません。

【お問合せ】 大谷公民館
(大谷市民交流センター内)
☎28-0004