

# 豊田公民館

## 学級・講座のご案内

～令和6年度前期～

豊田公民館から6つの学級・講座をご案内します。  
自分に合ったものや興味のあるものにぜひ参加してみてください。  
皆さまのご参加を心よりお待ちしております。

### ◇申込み方法◇

**！先着順ではなく、申込定員を超えたら「抽選」になります！**

受付期間 令和6年5月22日(水)まで

受付時間 8時30分～17時00分

申込方法 1～3のいずれかの方法でお申し込みください。



- 1 申込書に必要事項を記入し、豊田公民館の窓口へ提出する。
- 2 豊田公民館へ申込書の必要事項を電話する。
- 3 左のQRコードから学級・講座案内のホームページにある申込みフォームより申し込む。

### 注意事項

- ・1学級・講座につき1人ずつお申し込みください。  
(1人6学級・講座をお申込みいただくことは可能です。)
- ・定員を超えた場合は市内在住・在学・在勤を優先し抽選となりますので、あらかじめご了承ください。
- ・実施人数の決定後、申込みされた皆様へ、受講決定の通知をお送りします。(参加費等の案内)
- ・講師・会場の都合により、日程が変更・中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

※原則として、途中退会等での受講料の返金はできません。

## ① 豊田作楽(さくら)学級

♪学習テーマ「のんきに 笑顔で さわやかに!!」

作楽(さくら)学級で多くの仲間と楽しく語らい、学びあいながら、仲間との絆を深めましょう。

- 日 程：下記のとおり(火曜日開催)
- 定 員：40名      ○対 象：中高年の皆さん
- 費 用：100円+実費(材料費や館外学習参加等)

スケジュールと実施内容		内 容
日	時	
6月 4日	9時30分~11時00分	開講式 「いっしょに歌いましょう」
7月 2日	前半9時30分~11時00分 後半13時00分~14時30分 ※2グループに分かれて実施	ペーパーアート「手作りを楽しもう」
8月 6日	10時00分~11時30分	音楽とのふれあいを楽しもう!
9月 3日	9時30分~11時00分	大人の好印象メイク講座
10月 1日	9時00分~16時00分	館外学習
11月 5日	9時30分~11時00分	火災による高齢者の死者をなくすために
12月10日	9時30分~11時00分	人権学習会「自分が高齢者になったとき」
1月 7日	9時30分~11時00分	いきいき百歳体操について
2月 4日	9時30分~11時00分	人生会議のすすめ 閉講式

## ② とよだすくすく子育てくらぶ

♪ママ友・パパ友の輪を広げ 楽しく子育て!!

0歳~未就学児のお子様を子育て中の方を対象に子育て講座を開催します。

子どもとのふれあいや遊び体験、子育て中の皆さんとの語らいなど一緒に楽しみましょう。

- 日 程：下記のとおり(金曜日開催)      ○定 員：親子10組(20名)
- 対 象：0歳~未就学児とその保護者      ○費 用：無料

スケジュールと実施内容		内 容
日	時	
6月14日	10時30分~12時00分	開講式 手形あそび
7月12日	10時30分~12時00分	レインボーコンサート
9月13日	10時30分~12時00分	子どもの歯磨き講座
10月11日	10時30分~12時00分	0歳~3歳の栄養講座
12月13日	10時30分~12時00分	ベビーミュージック
1月24日	10時30分~12時00分	楽しいお話会 閉講式

### ③ 豊田女性学級

月心身ともに健康で美しく輝く女性を目指して!!

様々な場面で活躍する活躍する女性の皆さん。

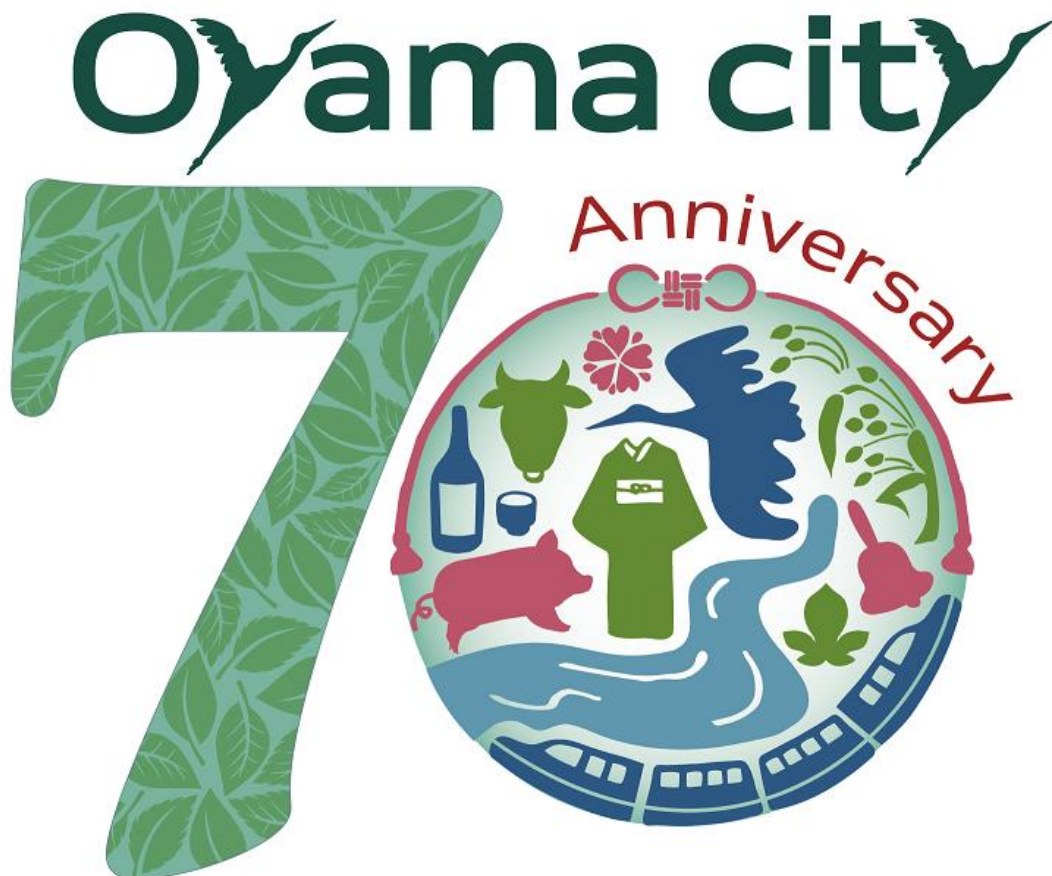
講話や体験をとおして生活課題の解決や仲間づくりを一緒にしませんか？

○日 程：下記のとおり（土曜日開催） ○定 員：30名

○対 象：18歳以上の女性

○費 用：200円 + 実費

スケジュールと実施内容	
日 時	内 容
6月22日 10時00分～11時30分	開講式 アサーション・トレーニング
7月 6日 10時00分～11時30分	大人のための栄養セミナー カカオと乳酸菌
8月24日 10時00分～11時00分	SDGs 暮らしの中のプラスチックごみ
9月28日 10時00分～11時30分	今からはじめる尿ケア 頻尿の予防と改善
10月12日 10時00分～11時30分	楽しく学ぶ 手話うた「サザエさん」
11月 9日 10時00分～11時30分	学ぼう！体においしい食事
12月14日 9時30分～16時00分	館外学習
1月18日 10時00分～11時30分	ごみの分別・減量化他 閉講式



## ◇講座内容のご紹介◇

### ④暮らしのアイデア講座 —お掃除・紫外線対策・口腔ケア—

ちょっとしたコツやアイデアを実際にやってみながら学べます！

- 日 程 : 令和6年6月10・17・24日 毎週月曜日 全3回  
10日 …………… 午前10時00分～11時30分  
17・24日 …… 午前10時00分～11時00分
- 定 員 : 30名
- 受講料 : 無料

### ⑤ 体に効く！ストレッチ講座

身体にイイお話しと軽い運動を「楽しく」できる講座です！

- 日 程 : 令和6年5月31日、6月7・28日、7月5日  
毎週金曜日 全4回  
午前10時00分～11時30分
- 定 員 : 30名
- 受講料 : 無料

### ⑥ ハイキング講座

渡良瀬遊水地第二調整池周辺の自然と歴史に触れながら歩きましょう！

- 日 程 : 令和6年6月5日 水曜日 午前9時～12時
- 定 員 : 20名 (先着順 定員になり次第受付終了)
- 受講料 : 300円

お申し込み時は、次の内容をご連絡ください！

- ・学級 または 講座名
- ・氏名(漢字とふりがな)
- ・年齢
- ・住所
- ・電話番号(昼間の連絡の取れるもの)