

令和5年度

生きがい講座・教室開催状況



園芸講座



ノルディックウォーキング講座



リンパ体操講座



初心者向け健康麻雀教室



将棋教室



書道教室



着物リメイク教室



絵手紙教室



エクササイズ体操教室



木彫教室



リース講座 (参考)

みなさまの参加
お待ちしております！



◆◆◆ お問い合わせ・お申込先 ◆◆◆

阿蘇市社会福祉協議会 (阿蘇市地域包括支援センター)

TEL 32-5122 FAX 32-5125

- ◆ 本 所 (市役所内牧支所の南側) 阿蘇市内牧 9 7 6-2
- ◆ 一の宮支所 (市役所本館の南東側) 阿蘇市一の宮町宮地 5 0 5-6
- ◆ 波野支所 (市役所波野支所の北側) 阿蘇市波野大字波野 2 7 0 3

生きがい講座・教室

令和6年度 受講生募集

体験してみることから始めましょう！



人生100年時代
Let's enjoy!



新 設
リース講座

- | | |
|------|---|
| 受講資格 | 阿蘇市に住所を有する概ね65歳以上の方 |
| 受講料 | 無 料 (材料費が必要な場合は自己負担となります) |
| 申込期間 | 令和6年3月15日 (金) ~ 4月15日 (月)
※ 定員に満たない講座・教室については受付を延長します。 |
| 申込方法 | 折込の参加申込書に必要事項を記入のうえ最寄りの阿蘇市社会福祉協議会 (本所・一の宮支所・波野支所) 窓口までご提出ください。
※ 各講座・教室の開催内容については本紙内面をご覧ください |

令和6年度

生きがい講座・教室のご案内

高齢者の健康と生きがいづくり 及び
社会参加を図るため開催します !!

Let's enjoy!

注意事項 ※下記の項目にご了承の上、申込されるようお願い致します。

- ・1人の方が複数の講座・教室へ申込みことができます。
- ・申込者が定員を超えた場合は、昨年度の生徒以外の方を優先とし残りは抽選とします。
- ・申込者が少ない講座・教室等については、開催内容を変更したり中止する場合があります。
- ・各講座・教室は、6月から順次開催予定です。（詳細は5月中旬頃に通知予定）
- ・講座・教室開催中に事故やケガ等が発生した場合は、自己の責任となります。
- ・申込書に記載された電話番号は、講座・教室の連絡網に使用させていただきます。
- ・講座・教室開催中に撮影した写真を、広報誌等に使用場合があります。



講座・教室	時間	会場	定員	開催内容(予定)	備考
リース講座(新設)	14:00 ~ 16:00	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	10名	7月~12月(全5回)木・金曜日開催予定	材料費: 1回1,000円~1,500円程度
男の料理講座	10:00 ~ 11:30	農村環境改善センター〔内牧〕	10名	10月~11月(全5回)火曜日開催予定	材料費: 1回700円~1,000円程度
ノルディックウォーキング講座	14:00 ~ 15:30	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	20名	10月~11月(全5回)月曜日開催予定	雨天時は室内で軽い運動を行う予定です
リンパ体操講座	14:00 ~ 15:30	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	30名	9月~11月(全5回)金曜日開催予定	
初心者向け健康麻雀教室	14:00 ~ 16:00	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	12名	月2回(全20回程)第2・4火曜日	経験者には自主教室が内牧と手野で開催中です
将棋教室	14:00 ~ 16:00	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	15名	月2回(全20回程)第1・3水曜日	
着物リメイク教室	10:30 ~ 12:00	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	15名	月2回(全20回程)第2・4火曜日	
絵手紙教室	10:00 ~ 11:30	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	15名	月2回(全20回程)第2・4木曜日	
書道教室(内牧)	14:00 ~ 15:30	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	15名	月2回(全20回程)第2・4木曜日	
書道教室(波野)	10:00 ~ 11:30	波野保健福祉センター〔波野〕	10名	月2回(全20回程)第2・4火曜日	
エクササイズ体操教室(内牧)	10:00 ~ 11:30	阿蘇保健福祉センター〔内牧〕	30名	月2回(全20回程)第1・3木曜日	
エクササイズ体操教室(一の宮)	10:00 ~ 11:30	一の宮高齢者センター〔手野〕	20名	月2回(全20回程)第2・4火曜日	
エクササイズ体操教室(波野)	10:00 ~ 11:30	波野保健福祉センター〔波野〕	10名	月2回(全20回程)第2・4木曜日	
木彫教室	13:30 ~ 15:30	一の宮高齢者センター〔手野〕	15名	月2回(全20回程)第1・3火曜日	自主教室が同会場で開催されています
詩吟教室	11:00 ~ 13:00	一の宮高齢者センター〔手野〕	15名	月2回(全20回程)第2・4金曜日	