

令和6年度東広島市熟年大学 受講生再募集

見つけよう 新たな仲間 新たな自分

レクリエーションダンス

やさしい踊りです。
まずは踊りを楽しんで、
音楽を楽しみながら踊り
ます。踊りのマナーと相
手を思いやる気持ちを大
切にしましょう。



植本和敏先生

東広島市総合福祉センター
月曜日 13:30～15:30

絵手紙

「ヘタでいい」「ヘタが
いい」の気持ちで心を込
めて描きましょう。気持
ちを伝える作品作りに挑
戦してみましょう！



大東まつ代先生

東広島市総合福祉センター
第1・3土曜日 9:30～11:30

健康体操

自分のからだを見直して、
まずは動きの練習！生涯
を通じて動けるからだづ
くりを目標に、一緒に
「からだの健康」につい
て考えてみませんか？



酒井紀子先生

東広島市総合福祉センター
第1・3土曜日 9:30～11:30

家庭で役立つサポート

日常生活に役立つちょっ
とした裏技と、知識の習
得を目標にしています。
網戸の張り替えや、踏み
台作りなどを、実際に体
験します！



東広島市シルバー人材センター

東広島市総合福祉センター
月曜日 9:30～11:30

俳句・川柳

俳句と川柳の違いと共通点を学びな
がら、リズムや詩的真實を探してい
きましょう！気長に続ければ
何でもできるよう
になりますよ。皆さん
楽しく学びましょう！



谷村秀格先生

東広島市総合福祉センター
第2・4金曜日 13:30～15:30

コーラス

唱歌や抒情歌を、気持ち良くみんな
で息を流して歌いましょう！旋律・対
旋律を歌いながら、調和の
とれた和音の響きを
体感してみませんか？



稲田さゆり先生

八本松地域センター
第2・4土曜日 9:30～11:30

令和6年度東広島市熟年大学 受講生再募集

見つけよう 新たな仲間 新たな自分

水彩画

絵を描くことや、手の感触や感覚に慣れながら、描くものの色や変化など新たな発見をしていきましょう！



宮原千恵先生

東広島市総合福祉センター

第1・3木曜日9:30~11:30

うたごえ

童謡、演歌をはじめ、懐かしいあの歌、この歌をみんなでしっかり声を出して楽しく歌いましょう♪



内田厚子先生

三ツ城地域センター（旧下見福社会館）

火曜日9:30~11:30

書道

(下見教室)

段位取得にむけ作品に取り組みます。気持ちの集中と、心の静まりを、筆をもちながら楽しみましょう。



政光忠義先生

三ツ城地域センター（旧下見福社会館）

第1・3木曜日9:30~11:30

ニュースポーツ

操体法で体のバランスを整えながら楽しく動かしていきましょう。色々なニュースポーツを、楽しんでいきましょう！



岸本康子先生

鏡山公園・東広島運動公園

水曜日9:30~11:30

料理

基本の献立料理から、栄養バランスの取れた調理ができるように、旬の食材を使って楽しい&美味しい食生活を送りましょう。



(黒瀬教室)

肥後谷恭子先生

黒瀬保健福祉センター

第2・4金曜日9:30~12:30



(河内教室)

永久やすこ先生

河内保健福祉センター

金曜日10:00~13:00

令和6年度東広島市熟年大学 受講生再募集

見つけよう 新たな仲間 新たな自分

パソコン

パソコンの起動操作から学びましょう！
Word(ワード)は文字入力から始まり、基本的な操作を学んでいき、文書を作成していく練習をします。
講座の後半では、Excel(エクセル)も挑戦していきましょう。



西条教室

阿部美彌子先生

東広島市総合福祉センター

月曜日 9:30～11:30

八本松教室

待田清士先生・山中美子先生

八本松地域センター

月曜日 13:30～15:30

高屋教室

待田清士先生・國兼則子先生

高屋西地域センター

火曜日 13:30～15:30

安芸津教室

大本百合子先生

安芸津文化福祉センター

土曜日 9:30～11:30

お問合せ先

東広島市社会福祉協議会 企画福祉課

TEL: (082) 422-4075 / FAX: (082) 423-8525

MAIL: kikaku@soyokazenet.jp

熟年大学受講申込書（再募集）

① 住 所 〒 _____

東広島市 _____

ふりがなをお願いします

② 氏 名 ふり かな _____

③ 生年月日 T・S _____ 年 _____ 月 _____ 日生（ _____ 歳）

④ 電話番号 _____

⑤ 希望講座（教室名も忘れずに）

⑥ 過去受講された講座（受講中の講座もご記入ください）

※パソコン講座を希望される方は、パソコンのOSの種類（Windows7・Windows10・8等）とOfficeの種類を必ず記入してください。

OS：（Vista・7・8・10・他 ） / Office： _____

東広島市社会福祉協議会 企画福祉課

TEL:082-422-4075 FAX:082-423-8525

※ご記入いただきました個人情報は、本会事業の運営以外では使用いたしません。