

令和7年度
新莊市民センター

女性学級

回 覧

＊参加者募集＊

・・・毎日の生活をステキに彩るために・・・

第1回

6/25(水) 10:00～11:30

「防災気象情報と その利用」のお話



講師 水戸地方気象台職員

防災気象情報とは、気象庁が発表している気象・地震・火山等に関する予報や情報の総称です。災害から身を守るための情報や生活に役立てる情報のお話を伺います。

第2回

7/8(火) 10:00～11:30

「呼吸でつながる心と身体」

講師 ヨガインストラクターYASUKO 先生

※ 飲み物持参・動きやすい服装でお越し下さい。



深い呼吸とともにポーズを行うヨガは有酸素運動であり身体の柔軟性が増して筋力・体力・バランス・能力がつき、健康維持・増進が期待できます。みんな楽しく身体を動かしましょう。

第3回

9/8(月):移動学習

～パスポートのいらない英国～

「フリティッシュヒルズ」

＊マナーハウスツアー＊

※女性学級の講座を受講した方が対象です。

移動学習のみの参加は出来ません。

詳細は後日お知らせします。(実費徴収)



第4回

11/17(月) 10:00～11:30

「魅惑のオカリナ&ギター コンサート」



講師 須藤 真紀子 先生
伏田 克巳 先生



オカリナとギターのやさしい音色に囲まれて心温まる時間を過ごしてみませんか。懐かしい歌の数々をお楽しみください。

＊期 間＊

令和7年6月～11月(全4回)

＊対 象＊

新莊地区にお住まいの女性の方

＊開催会場＊

新莊市民センター (ホール) ※ 移動学習を除く

＊申込方法＊

各支部長に5月15日(木)までにお申し込み下さい

＊問合せ先＊

新莊市民センター ☎ 221-7851

＊主 催＊

水戸市新莊市民センター・新莊女性の会