

参加費 **無料!**

令和7年度下大野市民センター 成人セミナー



書道体験教室

五感と脳をフル活用する書道…

視覚・触覚・嗅覚を使い、手や腕の運動を伴うため、**認知症予防**や**改善**に**効果的**とされています。



書道を習うことによって…

- ✂ 字がきれいになります
- ✂ 姿勢が改善します
- ✂ ストレスの発散につながります
- ✂ 集中力が増します
- ✂ 脳の活動が活発になります
- ✂ 感性が磨かれます

日時：令和8年3月14日(土)

午前 10:00~12:00

場所：下大野市民センター 学習室



☆申込期間：2月24日(火)~3月6日(金)

午前9時から午後5時(電話受付可)



- 《講師》 安藤 沙園先生
- 《対象》 成人の方
- 《対象》 10名程度
- 《参加費》 無料
- 《持ち物》 ボールペン
万年筆
毛筆(小筆)
毛筆(太筆)

水戸市西大野にアトリエをもち、書道教室を開いています。
長年にわたり下大野市民センター定期講座「書道クラブ」の講師をつとめてくださっています。

いずれか体験してみたい筆記具



※毛筆を使う方は、硯や下敷き、文鎮の準備
わざわざ購入せず、家にあるお下がり等の道具
でかまいません。

硯は、使わなくなった器でもいいです。
⇒ 墨汁は、先生が用意します。

【問合せ】

水戸市下大野市民センター

☎029-269-1288

【平日 午前9時~午後5時】

