



黒部市生涯学習文化スクエア「ぷらっと」

令和7年度 市民カレッジ

シニア向け教室受講生募集

前期 教室

◆受講料 各回 100円（講演は無料）

- * おおむね60歳以上で黒部市に在住、在勤の方。
 - * 資料代、材料費等が別途必要な場合があります。
 - * 一人で複数の教室にお申込みいただけます。
- ただし、「現地研修会」のみの申込みはご遠慮ください。

	内 容	講 師	日 時	定員
1	シニアのためのやさしいヨガ教室 「 初心者向けの椅子ヨガ 」 共催：黒部市老人クラブ連合会	高齢者体力づくり 支援士 佐伯 菜月 氏	6月5日(木) 10:00～	20 名
2	現地研修「県防災危機管理センター・四季防災館」 ～防災意識を高めよう～	行先：富山市周辺 他	6月11日(水) 8:30～	30 名
3	講演「 愛本芻橋の架橋を支えた技 」 共催：黒部市老人クラブ連合会、教養講座	うなづき友学館 長井 宗路 氏	6月14日(土) 13:30～	70 名
4	料理教室「 夏に食べたいさっぱり料理 」 ～ 夏野菜&お酢レシピ ～	黒部市健康増進課 栄養士 中村 美江子 氏	7月3日(木) 10:00～	15 名
5	シニアのための朗読会(物語と詩の朗読) ジャン・ジオノ作 & 谷川俊太郎作 共催：黒部市老人クラブ連合会	劇団フロンティア 語り部 森 隆俊 氏	7月17日(木) 13:30～	30 名
6	講演「 今日から役立つ防犯対策 」 共催：黒部市老人クラブ連合会、教養講座	県警察関係者	8月7日(木) 13:30～	70 名
7	講演「 愛本橋の魅力 」 共催：黒部市老人クラブ連合会、教養講座	黒部の古文書を読む会会長 飯村 滋 氏	8月23日(土) 13:30～	70 名
8	折り紙教室 「 チューリップのペン立て 」	日本折紙協会講師 高山 三千江 氏	8月28日(木) 9:30～	15 名

- ◆ 5月11日(日)まで申込みを受付けます。(電話、窓口)
- ◆ 特記がない限り、生涯学習文化スクエア「ぷらっと」で開催します。
- ◆ いずれの教室も定員があります。応募者が定員を超えた場合は抽選とします。抽選に外れた方には別途案内いたします。なお、定員に達しない教室については、5月11日(日)以降も随時申込みを受付けます。
- ◆ 受講申込者には、開講前に教室の詳細をお知らせします。



◆ 申込み・問合せ

黒部市生涯学習文化スクエア「ぷらっと」
〒938-0862黒部市宇奈月町浦山 2100-2
TEL. 0765-65-1810(8:30~17:00)
休館日:月曜日、祝日の翌日

きりとり

令和7年度市民カレッジシニア向け教室申込書

前期

* 受講希望の講座に○を付けて下さい。受講料 各回 100円 (講演は無料)
ただし「現地研修会」のみの申込みはご遠慮ください。

1		シニアのためのやさしいヨガ教室 「 初心者向けの椅子ヨガ 」	ふりがな
2		現地研修「県防災危機管理センター・四季防災館」 ～ 防災意識を高めよう ～	氏名
3		講演「 愛本刎橋の架橋を支えた技 」	
4		料理教室「夏に食べたいさっぱり料理」 ～ 夏野菜&お酢レシピ ～	住所 〒
5		シニアのための朗読会(物語と詩の朗読) ジャン・ジオノ作 & 谷川俊太郎作	
6		講演「 今日から役立つ防犯対策 」	
7		講演「 愛本橋の魅力 」	電話
8		折り紙教室 「 チューリップのペン立て 」	

受付日. _____ No. _____