



おおみか

編集・発行

大甕生涯学習センター

南相馬市原町区大甕字十日迫26

TEL 22 - 3810 FAX 24 - 694

第1回パフォーマンスアップ講座 「姿勢を整えるストレッチ教室」

今年度も、パフォーマンスアップ講座を開催します。ヨガ教室や、太極拳、ノルディックウォーキング教室等で月1回開催します。コロナ禍の今、身体を動かし日頃の運動不足やストレスを解消しましょう。ふるってご参加ください。

第1回開催日時：令和4年5月19日（木）午後1時30分～午後3時
5月～12月の間全8回（内容により曜日の変更があります）

開催場所：大甕生涯学習センター 和室

講師：山本 啓史先生

準備物：ヨガマット又は、バスタオル、タオル、水分補給用飲み物

定員：15名

参加費：無料

対象：南相馬市在住者

申込締切：5月12日（木）



第1回はつらつ学級「軽体操教室」開催します！！

今年度から、名称が高齢者学級から、はつらつ学級へと変わりました。高齢者を対象に開催しておりますが、どなたでも参加できます。軽体操をしながら、簡単な手芸や、みんなで懐かしい歌をうたいます。お友達を誘ってご参加ください。

第1回開催日時：令和3年5月26日（木）
午後1時30分～午後3時
5月～1月の間全5回 第4木曜日

開催場所：大甕生涯学習センター 研修室

講師：青田 総子先生

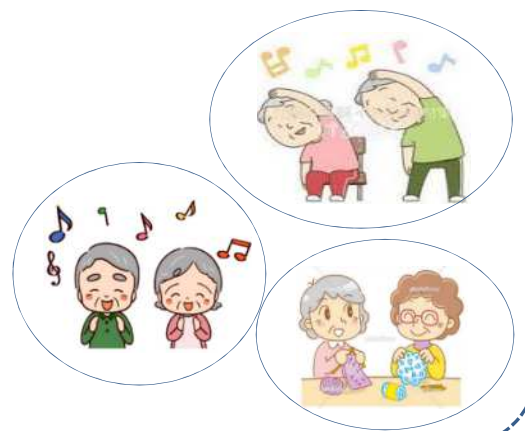
定員：12名

準備物：タオル、水分補給用飲み物

参加費：無料

対象：南相馬市在住者

申込締切：5月19日（木）



コロナ感染症対策を行いながらの開催となります。状況によっては、日程の変更や中止となる可能性がありますので、あらかじめご了承ください。
受付順となりますので、事前にお申込をお願いします。

お申込は、大甕生涯学習センターまで 0244 - 22 - 3810



大甕生涯学習センター利用サークル紹介

NO	名 称	活動日	時間	活動内容	募集 有無
1	大甕民謡クラブ	第2・4金曜日	13:30~15:30	民謡の練習	有
2	大甕手踊り民舞クラブ	第2・4月曜日	13:30~15:30	手踊りの練習	有
3	雲雀法螺貝愛好会	第2・4土曜日	13:30~15:30	法螺貝の練習	有
4	どれみクラブ	第2・4水曜日	9:00~12:00	カラオケ	有
5	大甕陶芸クラブ	第2・3水曜日	13:00~16:00	陶芸	有
6	レザークラフトサークル	第1・3月曜日	13:00~16:00	レザークラフト	有
7	スポーツウエルネス吹矢相双 おおみか支部	毎週火曜日	13:30~15:30	吹矢の練習	有
8	大甕パッチワークサークル	第1・3火曜日	9:30~11:30	パッチワーク	有
9	おおみかヨガサークル	第2・4金曜日	9:30~11:30	ヨガ	有
10	大甕健康マーじゃんクラブ	第1・3水曜日	13:00~15:00	健康麻雀	有
11	相馬野馬追太鼓	毎週月曜・木曜日	19:00~21:00	太鼓の練習	有
12	おおみか吊るし雛サークル	第2月曜日	9:30~11:30	吊るし雛	有
13	さくらんぼ会	第2木曜日	9:30~11:30	吊るし飾	有
14	大甕蕎麦打ちクラブ	第1土曜日	9:30~11:30	蕎麦打ちの練習	無
15	大甕水仙クラブ	毎週火曜日	9:00~12:00	卓球の練習	有

各サークルに興味のある方は、ご連絡願います。募集をしていないサークルもございますので、まずは、お問合せ下さい。

お問合せ：大甕生涯学習センター 電話0244-22-3810



5月の学習センターの予定

民生・児童委員定例会	5月16日(月)
パフォーマンスアップ講座	5月19日(木)
クラフトテープ教室	5月23日(月)
区長会定例会	5月25日(水)
はつらつ学級	5月26日(木)
クラフトテープ教室	5月30日(月)

新型コロナウイルス感染拡大により、事業の中止または延期になる場合があります。予めご了承下さい。



※学習センターよりお願い※

引き続き、ウイルス感染予防対策(マスクの着用、手洗い、消毒等)の徹底をお願いいたします。また、利用者チェックシートや、施設における「生涯学習センター利用者名簿」の提出にご協力をお願いいたします。

