

昭林公民館 後期講座のご案内



はじめてのピラティス

開催日：10/1、15、29、11/12、26(水)
時 間：10:00~11:00
定 員：12名
対 象：18歳以上の女性
参加費：1,000円
講 師：松本 みか 氏



インナーマッスルを鍛えるピラティスとストレッチの動きで体幹を安定させます。呼吸と姿勢を意識した動きで、筋力アップを目指しましょう！

シニアのためのスマホ教室

開催日：11/11(火) 10:00~12:00
定 員：20名
対 象：概ね65歳以上
参加費：無料
講 師：ソフトバンク(株)
認定講師



日常で使える便利な機能(地図やインターネット検索、LINE等)を無料の貸出機で実際に触って体験します。スマホを便利に使いこなそう！

親子で楽しむ♪えいごあそび

開催日：10/7、21、11/4、18、12/2(火)
時 間：10:00~11:00
定 員：10組
対 象：2歳~3歳児と保護者
参加費：1,000円
講 師：サラノ クリス氏



英語でゲームをしたり歌を歌ったりして遊びます。アルファベットのぬりえや英語本の読み聞かせもあります。楽しく英語にふれあいましょう。

インテリアになる オシャレなカレンダー作り

開催日：11/30(日) 10:00~11:30
定 員：10組
参加費：一 般 2,600円
中学生 2,500円
講 師：越後屋 emiko 氏
対 象：小学生以上
(小学1~4年生は保護者同伴
大人も受講可)



カットしてあるパーツを貼り合わせて2026年のカレンダー(6枚)を作ります。自分だけの「オリジナルカレンダー」を手づくりしてみませんか。

後期講座申込方法

- 申込方法 9/3(水)9:00~9/11(木)17:00までに各講座にある電子申請にて申し込みください。申し込みにはEメールアドレスの入力が必要です。また昭林公民館窓口、あてなアプリ、市公式ウェブサイトからも申し込み可能です。
- 抽選日時 9/12(金) 11:00
- 結果発表 9/12(金) 14:00以降に昭林公民館で抽選結果を公表します。(電話問い合わせ可)
また、16:00に市公式ウェブサイトでも公表します。
- 当選者申込 9/21(日) 17:00まで (但し、月曜日は休館です。)
- 受講資格 安城市内に在住、在勤又は在学の人で、講座ごとに定める対象者

