令和７年度 北部公民館前期講座の記録

暮らしのペン習字

開催日　5/7・21　6/4・18（水曜日）４回
参加者　12 名
講　師　北村 いづみ 氏
★氏名や住所など日常生活に活かせる文字を講師の見本に習い、整った美しい文字を書くポイントを学びました。

髪と頭皮のエイジングケア

開催日　5/9・16（金曜日）２回
参加者　12 名
講　師　中崎 望 氏
★健康的な頭皮と髪を育てるために、自分でできるケアの仕方を学びました。

落語の世界へようこそ

開催日　5/17・31　6/14・28（土曜日）
４回
参加者　５名
講　師　お好味家喜樂 氏　他
★落語の歴史や背景についての解説を聴き、落語家の行う発声練習も体験しました。毎回、講師や助手による落語もあり、笑いのあふれる時間でした。

体調改善ヨガ

開催日　5/28　6/11・25　7/9（水曜日）
４回
参加者　20 名
講　師　浦野 いずみ 氏
★肩こり・腰痛などの不調改善、健康維持、けが予防などを目的とした女性のためのやさしいヨガで心身のコリをほぐしました。