

休

養

学

の

ス

ス

メ

日々、頑張っているあなた。疲れていませんか？
休養士から学ぶ「攻めの休養」で、心身をリフレッシュ。
あなたの暮らしが素敵なものになりますように。

2026年1月24日(土)
午前10時～11時30分

北部公民館
特別講座

- 場所** 安城市北部公民館
- 対象** 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人
- 定員** 20名
- 内容** 休養学とは／休むことの大切さ／休養ってどんなこと？ ほか
- 受講料** 100円
- 講師** 真鍋 愛子（休養士）
- 申込** 11月4日(火)午前9時～11月13日(木)午後5時までに右記の二次元コード
または北部公民館窓口で申込み。

※定員を超えた場合は抽選。

結果は11月14日(金)午後4時に市公式ウェブサイトで公表。

望遠郷→総合メニューから探す→学ぶ→生涯学習事業→公民館講座→公民館講座抽選結果発表



問い合わせ

安城市北部公民館 446-0001 安城市里町4丁目12番地4 TEL：0566-98-3751 FAX：0566-98-8751