

## つくば市市民研修センター講座のご案内

### ①シニア体操講座

体操のインストラクターによる、健康維持のためのシニア向け体操講座です。

- ・日時 令和5年3月10日（金）10：30～11：30
- ・講師 川谷 響氏
- ・定員 20名（抽選）
- ・受講料 500円

### ②季節の寄せ植え講座

春の花で自分だけの寄せ植えを作ってみませんか。

- ・日時 令和5年3月3日（金）13：30～15：00
- ・講師 中野 あさ子氏
- ・定員 10名（抽選）
- ・受講料 2,000円（材料費込み）

### ③己書講座（全2回）

手書きで自分だけの書を書いてみませんか。

- ・日時 令和5年3月8日・22日（水）10：00～12：00
- ・講師 飯村 勝子氏
- ・定員 10名（抽選）
- ・受講料 2,000円（材料費込み）



#### ■申込方法

##### ①市民研修センター窓口で申し込む場合

窓口の申込用紙に希望講座名などを記入し、申込者の宛名を記入した官製ハガキを添えてください。

##### ②郵送で申し込む場合

往復ハガキの往信（裏）に希望講座名、〒、住所、氏名、年齢、性別、昼間連絡の取れる電話番号を記入し、返信用（表）に申込者の宛名を記入し、投函してください。

#### ■受付期間

令和5年2月17日（金）までに持参及び郵送で必着

#### ■申し込み・問い合わせ先

つくば市市民研修センター

つくば市北条1477-1      029-867-1153