

《くらしの講座》 みんなの生きがいつくり シリーズ～体・心・お金の健康について学ば～

豊かな人生を過ごすには、身体と心と経済の健康を維持することが大切です！
全て参加できなくても構いません。ご興味がある回にご参加ください。



◇期日・内容 全8回

回	期日	会場	分類	内 容
1	5月28日(土)	懐古園	体	懐古園散策「真田氏と小諸」
2	6月11日(土)	佐久森林組合	心	家庭でできる！原木しいたけの栽培
3	6月27日(月)	視聴覚室	体	食事の改善でめざせ病気予防
4	7月12日(火)	視聴覚室	体・心	ゲートキーパー入門「大切な人の悩みに気づく」
5	7月30日(土)	視聴覚室	金	家計に役立つ生命保険の仕組み
6	8月20日(土)	第一講義室	金	民法から学ぶ生活トラブル
7	8月31日(水)	講習室	体	カンタン運動で若返り「みんなの健康は地域で支え合おう！」
8	9月17日(土)	第一講義室	金	良い終活とダメな終活

◇時 間 午前9時30分～午前11時30分

◇定 員 30名（先着順）

◇受講料 無料（第2回のみ、しいたけの原木代金として800円）

◆申し込み期間 5月9日(月)～5月20日(金)

～文化センター施設のご利用案内について～

文化センターは、公民館・働く婦人の家・文化会館・乙女湖体育館の4つの施設の総称で、生涯学習の充実を図り地域の生活文化を向上するための学習活動の場としてご利用いただける施設です。

■開 館 時 間

○文化会館・公民館・働く婦人の家…9時から22時まで

○乙女湖体育館…9時から21時まで

■休 館 日 国民の祝日の翌日及び年末年始（なお、文化会館は毎週月曜日も休館となります。）

■受 付 時 間 9時から17時まで

■申 込 み 受 付

○公民館・働く婦人の家…使用したい日の月の2ヶ月前に当たる日の月の初日から

○文化会館…使用したい日の1年前に当たる日の月の初日から

※練習室のみの使用は、使用したい日の40日前から

○乙女湖体育館…使用したい日の月の6ヶ月前に当たる日の月の初日から

※月の初日が休館日及び土・日・祝日に当たる場合はその翌日から受け付けます。

※各施設の受付開始日に抽選にて予約申込みの順番を決めます。受付開始日の午前8時40分に、申込みの順番を決めるくじ引きを行います。その後の受付は、窓口・電話にて随時受け付けます。

■使 用 許 可

○原則として使用日の3日前までに所定の手続きをし、使用料を納付してください。

（文化会館は原則として使用日の40日前までに手続きをし、使用料を納付してください。）

○使用時間の区分、使用料金及び付帯設備の使用料等は、下記までお問い合わせください。

■問い合わせ先 小諸市文化センター ☎ 23-8880