

# 大人の学校シリーズ

懐かしい青春時代を思い出して和気あいあいと活動しませんか。  
みんなが交流できる居場所づくりを目指します♪

## ～家庭の授業編～



### そば打ち講座 【1回講座、日時選択制】

①11月7日（火） ②11月10日（金）

※申込時に希望日時を明記してください

（どちらでも良い、2回とも参加希望の場合も明記）

9：30～13：00頃 1回1,500円 定員各24名

自分で打ったそばをその場で食べられる、お土産付きの人気講座です。少人数毎の指導なので丁寧に教えてもらえます♪

香りの良い  
新そば  
です♪

## ～国語の授業編～



### 篆刻と水墨画講座 【2回講座】

①11月16日（木） ②11月30日（木）

13：30～15：30 全2回2,000円 定員20名

今年の篆刻講座は1文字印と来年の干支・犬の水墨画に挑戦します！初めての方や絵の苦手な方でも、先生が簡単なコツを教えてくださいるのでご安心を♪ 年賀状作りに最適です！

## ～保健体育の授業編～



### スクエアステップ&笑いヨガ講座【2回講座】

①11月21日（火） ②11月28日（火）

10：00～11：30 全2回1,000円 定員30名

歩く脳トレ体操と言われるスクエアステップと、昨年大好評だった笑いヨガと一緒に楽しく健康づくりしませんか。運動が苦手な人でも安心して気軽に参加できる講座です♪

対象：成人

定員：講座ごとに異なります。ご確認ください。※申込者多数の場合は抽選

場所：三重県立鈴鹿青少年センター

申込期間：10月5日（木）～10月23日（月）必着

申込方法：はがき、またはFAXで参加希望講座名、名前、ふりがな、年齢、郵便番号、住所、電話番号（携帯番号）を明記して下記あてに送付してください。  
（様式は問いません）

<申込・問合せ先> 三重県立鈴鹿青少年センター

〒513-0825 鈴鹿市住吉町南谷口

TEL：059-378-9811 FAX：059-378-9809

URL：<http://www.mie-sports.or.jp/suzukayc/>

