万年青大学（おもとだいがく）

令和８年度のクラブは以下の通りです。
仲間と一緒に活動を楽しみましょう

クラブ名	講　　師	場所・日程	内　容　等
書　　道	日本習字講師 竹内克男先生	視聴覚室 第３金曜日	講師の手本で毛筆の練習をします。新年度は、書道の決まりにとらわれない創作書道に挑戦します。
音　　楽	音楽療法士 桜庭由美先生	音楽室 第２水曜日	合唱や、リズム体操で心と体をほぐします。ピアノ伴奏で懐かしい曲や合唱曲を気持ちよく歌いましょう。
フ　　ラ	フラ＆タヒチアン教室 Kahelelani Aloha 主宰 成田悦子先生	大ホール 月２回月曜日 10時30分～12時	１年で１，２曲を練習します。音楽にあわせて無理のない動きで体を動かせます。５月から１２月まで全１５回。 （新しい先生をお迎えしての活動となります）
ユニカール	自主活動	岩木海洋センター 第１，３，５火曜日	屋内でのカーリングです。３人でチームを作り、中心を狙ってストーンを投げます。
グラウンドゴルフ	自主活動	岩木海洋センター 第２，４火曜日	４～５人のグループでコースをまわります。冬は屋内での活動です。専用のスティックは借りることもできます。

グラウンドゴルフ・ユニカールは通年、書道・音楽は５月～２月の活動です

参加申し込み、お問合せは中央公民館岩木館事務室へ

TEL８２－３２１４　　FAX８２－３４２６

体を動かしたいと思って入りました。日光をあびて、芝生の上で自分のペースでできるグラウンドゴルフ、おすすめです！

６０歳になったら、ぜひフラをやってみたいと思っていました。すっかりはまっちゃっいました。

仕事と家の往復だったけど参加してみて世界が広がりました。活動だけじゃないちょっとした会話も楽しみのひとつです。

会員の方の声をお届けします

はじめは声も全然出なくて、、、でも歌っているうちに声も出てくるんです。スッキリしますよ。おすすめです！音楽クラブ！

体験参加、見学も大歓迎です！　お声がけください！