

令和6年度【メンズライフ講座】参加者募集のお知らせ



あつまる・つながる・笑顔になる

令和6年度「メンズライフ4回講座」を下記要領にて開催いたします。
どうぞお気軽にご参加ください。

- 【対象】 原則 男性16名（先着順になります）＊女性の方もご参加いただけます。
【参加費】 2,000円／全4回
【申込み】 4月15日（月）9時～ 若草台地区センター・桂台コミュニティハウス窓口
10時～ 若草台地区センター・桂台コミュニティハウス電話先着
【問合せ】 若草台地区センター 電話 045-961-0811
桂台コミュニティハウス 電話 045-962-5467

1. 山野草の苔玉作り 講師 高橋佳晴 先生

苔玉・苔山の2種類を制作します。

- 1 日時 6月17日（月） 12時30分～14時30分
2 場所 **若草台地区センター** 中会議室
3 材料費 2,000円（追加となります）



2. 体を整える（初心者向けヨーガ教室）講師 村田美峰 先生（インストラクター）

椅子を使ったヨーガです。ヨーガで健康になりましょう。

- 1 日時 7月13日（土） 14時～15時30分
2 場所 **桂台コミュニティハウス** 研修室
3 その他 軽体操（ヨーガ）ができるような服装でお越しください。



3. 浮世絵に学ぶ（葛飾北斎）講師 中村康男 先生（浮世亭寿八）

「新千円札に登場する葛飾北斎の浮世絵」の魅力を探ります。

- 1 日時 9月7日（土） 15時～16時30分
2 場所 **桂台コミュニティハウス** 研修室



4. 歴史探訪（いざ鎌倉へ）講師 鹿島保弘 先生

健脚を求む。栄区から鎌倉への「古道歴史散策」をします。

横浜市栄区埋蔵文化センターから鎌倉八幡宮への散策です。

- 1 日時 10月11日（金） 予備日 10月18日（金）
10時集合、14時現地解散
2 集合場所 **★栄区埋蔵文化財センター** **現地集合**

