

大人の学習講座 修道館アカデミー

受講者募集中



※修道館とは宇都宮藩の藩校の名称であり、現在の総合福祉センター南側にありました。

**楽しく人生100年を謳歌する！
つよい免疫力をプラス！体力アップ！
音楽を学んで健康的に暮らそう！**

健康を保つ秘訣や音楽でリラックスすることを学んで楽しく長寿社会を迎えましょう！

会場：宇都宮市 中央生涯学習センター6階 601大ホール

第1回 令和8年6月17日(水) 午前10:00～

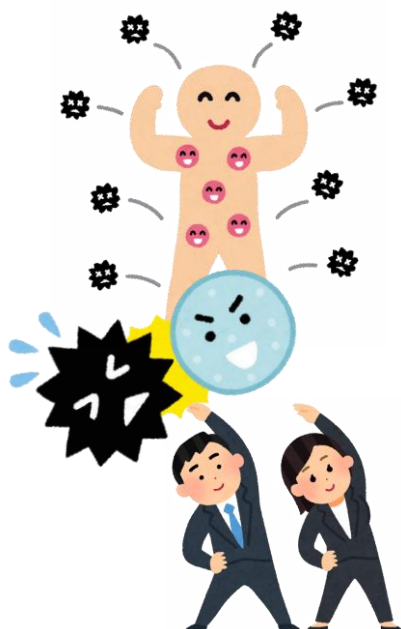
『ガンの最新研究と治療』
ガンの最新研究や免疫力について、
免疫力を高める食事などについて。

講師：宇都宮セントラルクリニック理事 佐藤俊彦 氏

第2回 令和8年6月24日(水) 午前10:00～

『心と体のフレイル予防で人生楽しく』
体操などで体を動かそう。

講師：ここふいと代表 富田悦子 氏



第3回 令和8年7月1日(水) 午前10:00～

『誰もが口ずさむ愛唱歌～その秘められた物語と共に～』
懐かしい愛唱歌の話しよう(合唱)、名曲の楽しみ方を考える。

講師：宇都宮ピアノ研究会代表 高橋恵子 氏
ボランティアスタッフ グループ「宙」



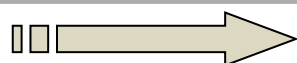
第4回 令和8年7月8日(水) 午前10:00～

『「野ばら」154回の謎
～童はみたりの謎を追う～』

ヴェルナーとシューベルトの野ばらを歌いながら。

講師：宇都宮ピアノ研究会代表 高橋恵子 氏
ボランティアスタッフ グループ「宙」

◇申し込み方法 詳細は裏面をご覧ください。



「修道館アカデミー」 受講申込

住所	〒 _____		
(ふりがな) 氏名	※ふりがな	年代 ○で囲んで下さい。	20代
電話番号			30代
			40代
			50代
			60代
			70代
			80代以上

個人情報については、中央生涯学習センターが実施する事業の目的以外には使用いたしません。

- 会場：中央生涯学習センター 6階 601大ホール
- 対象：市内在住または通勤・通学する20歳以上の成人
40名（定員を超えた場合は抽選）
- 受講料：無料
- 申込期間：令和8年5月12日（火）までにお申し込みください。
- 申込方法：直接窓口、葉書またはEメールで、郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年代・電話番号を明記して、中央生涯学習センターへ。
Eメールの場合は件名を「修道館アカデミー申込」と入力して下さい。

受講の可否については6月初旬に、申込者全員に文書でお知らせします。

申込先

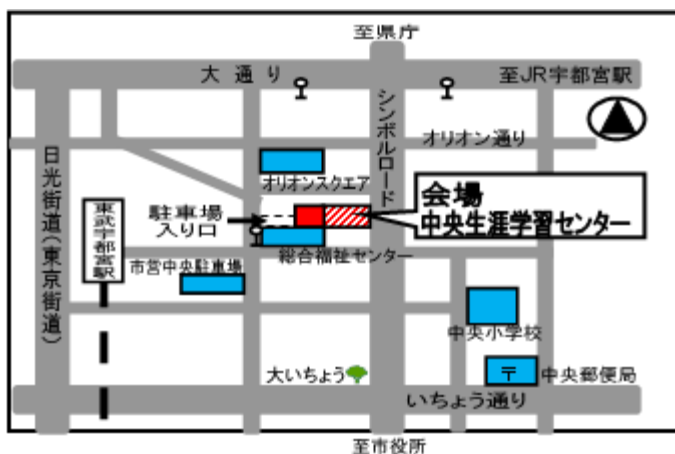
宇都宮市中央生涯学習センター
〒320-0806 宇都宮市中央1-1-13
電話：028(632)6331
Eメール：u47090100@city.utsunomiya.tochigi.jp

窓口は、祝日を除く
月曜日～金曜日の
8:30～17:15です

【受講を希望される皆様へ】

講座開始時刻 午前10時

- 休憩を含む90～100分の講義になります。



駐車場が狭いため、徒歩や自転車、公共交通機関でお越しください



バスのご案内

- ◆ 関東・JRバス
「県庁前下車」、徒歩5分
- ◆ 市内循環バス「きぶな」
「総合福祉センター前」下車