



しのめ じゅく
東雲塾

(対象) 宇都宮市内在住か通勤している 65 歳以上の方

令和8年

6/6 ~ 1/23

定員
40名

全**6**回/毎回**金曜日**

10:00~12:00

※定員を超えた場合は抽選となります。

★生きがいづくりに！

★参加者同士で楽しく交流！

★生活に役立つ情報を！

★**学習内容**★

【会場】宇都宮市東生涯学習センター

【費用】無料 但し、第3回(9/5) 材料費の実費あり

【申込期間】～5月16日(金)まで

回	期 日	内 容	講 師
1	6月 6日(金)	開講式 / フィットネスで新しい仲間との交流を楽しもう！	作新女子短期大学非常勤講師/健康運動指導士 糸井 優子
2	7月 4日(金)	防災！とても大事なトイレの話	防災士 中川 享子
3	9月 5日(金)	心伝わる“絵手紙”の魅力を味わおう	みやめーる絵手紙の会
4	10月 31日(金)	季節は秋！きのこについて学ぼう！	栃木県立博物館
5	12月 12日(金)	迫力満点！ ゴスペルコンサートを楽しもう！	ジーザスセンタークワイア
6	R8. 1月23日(金)	“耳で味わう豊かな時間” 朗読の魅力を味わおう & 振り返り	朗読家・俳優 秋元紀子

★内容の変更や中止の場合があります。ご了承ください。

お問い合わせ

宇都宮市東生涯学習センター TEL028-638-5782

≫≫≫ 申込詳細は裏面をご覧ください。

令和7年度 東生涯学習センター主催「東雲塾」申込み			
受付：～5/16（金）まで			
ふりがな		年齢	性別
氏名		歳	男 女
住所	〒 宇都宮市		
電話			

枠線を切り取り、はがきに貼ってご利用ください。

申込方法

申込事項 ①講座名（東雲塾）②郵便番号、住所 ③電話番号
④氏名（ふりがな）、⑤性別、⑥年齢 を明記してください。

東生涯学習センター**窓口、ハガキまたはメール**にて
お申込みください。（電話、FAXでのお申込み不可）

申込締切

5月16日（金）※必着



申込み、問い合わせ先

宇都宮市東生涯学習センター

〒321-0968 宇都宮市中今泉 3-5-1

（東市民活動センター、東図書館、駅東出張所 併設）

電話 028-638-5782 FAX 028-638-1171

Eメール：u47090001@city.utsunomiya.tochigi.jp

メールの
お申し込みは
こちらから

