

しののめ 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

令和9年

6/5~1/22

10:00~12:00

全**6**回/毎回**金曜日**

定員 **40**名

★生きがいくりに！

★参加者同士で楽しく交流！

★生活に役立つ情報を！

【会場】宇都宮市東生涯学習センター

【費用】無料 但し、第6回 (R9.1/22) 材料費の実費あり

【申込期間】～5月15日(金)まで

★※定員を超えた場合は抽選となります。ご了承ください。

回	期日	内容	講師
1	6月 5日(金)	開講式 / 「フィットネスと交流を楽しもう！」	運動療法士 佐藤真規子
2	7月 3日(金)	「江戸時代の宇都宮」 大例祭から探ってみよう！	宇都宮伝統文化連絡協議会 池田貞夫
3	9月 4日(金)	宇都宮といったら“ぎょうざ”でしょ！ 「ブランドづくりの舞台裏」	宇都宮餃子会 専務理事 鈴木章弘
4	11月 6日(金)	発酵食品で元気アップ！ 「地元で育むお味噌の話」	青源味噌株式会社 代表取締役社長 青木敬信
5	12月 4日(金)	光と影が作り出す 「影絵の世界」を鑑賞しよう！	「影絵光」代表 中村佐知子ほか
6	R9. 1月22日(金)	「ディンプルアートを楽しもう！」 (宇都宮大学発の廃材リサイクル絵具)&振り返り	ディンプルアートインストラクター

★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8年度 東生涯学習センター主催「東雲塾」申込み

受付：～5/15（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15日（金）※必着



メールの
お申し込みは
こちらから



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