

第4期生涯学習講座【成人講座】募集案内

1

【平家物語を読む～平家打倒の烽火^{のろし}～】（2回講座）

① 日時：10月9日、10月16日（各木曜日）

午前10時00分～11時30分

② 会場：みをつくし文化センター2階 大研修室

③ 内容：平家物語は、鎌倉時代に成立したとされる作者不詳の軍記物語です。平家の栄華と没落、武士の台頭などを描いています。今回は、京都鹿谷（ししがたに）事件と以仁王の挙兵を中心に物語最初の二つの山場を、原文を読みながら解説します。

④ 講師：大石 嘉美さん（浜松文芸館講師）

⑤ 参加費：無料

⑥ 持ち物：筆記用具等

⑦ 定員：40名



URL:<https://logoform.jp/form/Savd/1110415>

2

【～美しく生きる心と体のために～癒しのヨガ！】（4回講座）

① 日時：10月24日、10月31日、11月7日、11月14日（各金曜日）

午後2時00分～3時30分

② 会場：みをつくし文化センター3階 和室1・2

③ 内容：簡単なヨガで骨盤や背骨を整え、美しい姿勢を目指します。体と心をつなぐ呼吸や伸ばす、曲げる、動かす、バランスをとるなどのヨガの基本を理解して、若々しい体を保つための運動や呼吸法を学びます。

④ 講師：藤井 詩乃さん（LAXMIYOGA 公認インストラクター）

⑤ 参加費：無料

⑥ 持ち物：ヨガマット、タオル、飲料水 ※動きやすい服装で

⑦ 定員：15名



URL:<https://logoform.jp/form/Savd/1110415>

講座の申込みにつきましては裏面をご覧ください。

第4期生涯学習講座【成人講座】募集案内

1 「平家物語を読む」

2 「癒しのヨガ」

■募集期間 8月28日(木)～9月8日(月)

■申し込み方法

○募集期間内にインターネット【右の URL や四角い2次元コードで読み取り、必要事項を入力する】か、窓口・電話・FAXにて、北行政センターまちづくり推進細江協働センターへご連絡ください。受付初日は、電話が通じにくい場合があります。お名前・住所・電話番号・年齢をお伺いします。

※インターネットでは、8月5日からお申込みいただけます。

<https://logoform.jp/form/Savd/1110415>



※先着順ではありません。応募者多数の場合は、抽選となります。

※その場合、細江地区在住の方が優先となりますのでご了承ください。

※ご参加いただける方には、締め切り後1週間ほどで郵送にて開催要項をお送りします。

※届かない場合は選に漏れたものをご理解ください。



○「細江協働センター」のホームページからもご応募いただけます。

※受付時間：8:30～17:00(土日祝日を除く)

※連絡先：浜名区北行政センターまちづくり推進 細江協働センターグループ
〒431-1395 浜松市浜名区細江町気賀305
TEL: 523-2903 FAX: 050-3537-9144

講座内容につきましては表面をご覧ください。