

みなさんの新しい出会いのお手伝い

ふれあい文化サークル

1日体験講座 参加者募集!!

みなさんの趣味と生きがい探しをお手伝いする「ふれあい文化サークル」の講座をワンコインで体験できる1日体験講座を開催します!「何かあたらしいことをはじめたい」「日々の生活にハリがほしい」と感じているみなさん、ぜひお気軽にご参加ください!

2/16(火)
14:45~15:45

初心者からの社交ダンス

社交ダンスの初心者向けのクラスです。受講生の多くがこの講座で社交ダンスを始めた方々です。音楽を聴きながら、楽しく身体を動かしてみませんか。

講師 光田 晋
(社交ダンスレッスン講師)

会場 旧館 2階 大会議室

服装・持ち物

男性はスラックス・女性はスカート、
(お持ちであれば) ダンスシューズ、飲み物、タオル



2/18(木)
13:30~14:30

じきょうじゅつ 自彊術

「自彊術」はエクササイズや整体術の要素を取り入れながら体と心を整えてく健身術です。独特の呼吸法で自律神経を刺激して心身のバランスを整えることで、生活習慣病の予防にも!運動不足やストレスから不調を感じている現代人にぴったりの講座です。

講師 中原 圭子
(公益社団法人自彊術普及会賛助会員)

会場 新館 2階
多目的室 C

服装・持ち物

動きやすい服装、飲み物、タオル



2/19(金)
10:30~12:00

ライフスタイル塾 ~キラキラ未来計画~

サバイバル時代の人生を快適に過ごすための講座です。ありきたりの節約術を学ぶだけでなく、心理学、貯蓄術、葬儀や相続など、あらゆる角度から賢い生き方を学ぶことができます。他では聞けないウラ話満載です。

講師 安西 範芳 (ファイナンシャルプランナー/
心理カウンセラー/FP事務所代表)

会場 新館 2階
中研修室

持ち物 筆記用具



2/25(木)
13:30~15:00

たのしい詩吟

腹式呼吸でお腹から思いっきり声を出すことで、心も身体も若返ります! 詩人たちの残した美しい詩にふれて、その時代の歴史や詩人の生き様を知れるのも詩吟の魅力の一つ。ストレス解消しながら、自然と教養も身につきます。

講師 佐藤 岳勝
(日本詩吟学院師範)

会場 旧館 2階
多目的室 B

持ち物 筆記用具



※いずれの講座も新型コロナウイルス感染症防止対策を十分に講じながら実施しております。

参加費



各500円

定員 各 15 名

申込方法 新館 1階受付窓口またはお電話 (TEL 092-584-3366) でお申し込みください。

申込開始 1月13日(水)【窓口】10:00~【電話】14:00~

※先着順で受付。定員に達し次第、締切となります。※10:00からの窓口受付で定員に達した場合は、電話受付は行いません。

お問合せ
お申込先



春日市ふれあい文化センター

TEL 092-584-3366

【受付時間】9:00~22:00 / 【休館日】祝日除く月曜



その他の講座も随時無料見学・受講申込受付中!空き状況等詳しくはお問い合わせください。