



# ひだまり

加戸・公園台コミュニティセンター

TEL 82-0356・FAX 82-3383

E-mail kadokouendai-cc@city.fukui-sakai.lg.jp

## 加戸・公園台まち協「在宅ケア」講座のお知らせ

住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることができるよう、在宅のままで医療・福祉サービスを受けることを「在宅ケア」と言います。今回は、在宅ケアに関する講座を開催します。ご興味のある方は、ぜひご参加ください。

- ★日 時 3月24日（金） 19:00～
- ★場 所 加戸・公園台コミュニティセンター
- ★講 師 坂井地区在宅ケアネット運営委員会事務局長  
在宅医療コーディネーター 大代 典子 氏
- ★定 員 30名



申込先：加戸・公園台コミュニティセンター ☎82-0356

## 令和5年度 加戸・公園台コミセン講座のお知らせ

### ☆【ちゅれんじ！韓国クッキング】

自宅で韓国料理を作りたいけど、難しくて無理！とあきらめている方... 毎回人気！キム先生の韓国料理教室です。

### ☆【バランスボールレッスン】

昨年コミセン講座にて開催したバランスボールレッスン！  
今回は、3回シリーズで開催予定です。

その他にも1 day講座など計画中です。お楽しみに～



※コミセン講座の申し込みは、4月に配布される「令和5年度坂井市コミュニティセンター講座のご案内」をご覧ください。申し込み書を記入のうえ、加戸・公園台コミュニティセンターへお申し込みください。

問い合わせは、加戸・公園台コミュニティセンター☎82-0356までお願いいたします。

新型コロナウイルス感染状況により、講座が延期となる場合がございます。

# 4月 講座予定表 5月

コミュニティセンター

自主講座(サークル)名	4月開講日	5月開講日	時間
さわやか健康体操	10・17・24	8・22	(月) 10:00~
3B体操	4・11・18・25	2・9・16・23・30	(火) 10:15~
三國湊新月(太鼓)	4・11・18	9・16・23	(火) 19:30~
グラスアート	25	30	(火) 19:30~
やすらぎ3B体操	5・12・19・26	10・17・24・31	(水) 19:00~
筆・ペン講座	12・26	10・24	(水) 19:00~
ヨガ+からだ美調律	6・13・20・27	11・18・25	(木) 10:00~
ヨガ+からだ美調律Ⅱ	4・11・18・25	9・16・23・30	(火) 13:30~
和楽々体操	休講	休講	(木) 10:00~
やさしいエアロとヨーガ	13・20・27	11・18・25	(木) 20:00~
抹茶講座	休講	休講	
和琴講座(昼)	17	15	(月) 13:30~
和琴講座(夜)	-	-	(月) 19:30~
子ども抹茶教室	休講	休講	



登録団体名	4月使用日	5月使用日	時間
わいわいくらぶ2(バドミントン)	4・11・18・25	2・9・16・23・30	(火) 19:30~
KAMOME I(バドミントン)	5・12・19・26	10・17・24・31	(水) 14:00~
KAMOME II(バドミントン)	7・14・21・28	12・19・26	(金) 10:00~
三国Sフオルツア(フットサル)	7・14・21・28	12・19・26	(金) 19:30~
クインズ(ソフトバレーボール)	1・8・15・22	6・13・20・27	(土) 19:30~

## ~コミュニティセンターからのお願い~

講座をお休みする場合や日程変更する時には、講座日3日前までに変更届を提出してください。また、講座生の皆さまにも、各団体で責任をもって変更等の連絡をお願いします。なお、悪天候などによる緊急な場合は、センターへ電話でご連絡くださいますようお願いいたします。(月~金 8:30~17:00)



☎ : 82-0356