

# はまゆう学級

～生き生きのびのび元気づくり仲間づくり～

日時 2026年5月22日(金)～2027年2月5日(金)  
午前10時～正午 全9回

場所 辻堂市民センター サンキホームホールなど

対象 65才以上の方36人  
(辻堂地区在住の初めての方優先、申込み多数の場合は抽選)

内容 プログラムは裏面参照  
\*都合により変更することがあります。

費用 講座の内容により実費負担があります。

申込み 往復ハガキで4月13日(月)必着(1人1通)  
応募多数の場合は抽選。結果を返送します。  
(郵便配達に大変時間がかかるので、早めの投函をお勧めします。)

《往復ハガキ 記入方法》 えんぴつ、消せるボールペンで記入しないでください。

85 円	□□ □□□	「はまゆう学級」
返信	氏 住所	郵便番号・住所
名		氏名・ふりがな
		電話番号
		年齢
		性別
		はまゆう学級参加回数

85 円	251-0046	藤沢市辻堂西海岸2の1の17
往信	はまゆう学級 係	辻堂市民センター
		※この面は 記入しないで 投函してください。

問い合わせ：辻堂市民センター TEL 0466-34-9151



# 令和8年度 はまゆう学級



生き生きのびのび元気づくり仲間づくり

回	日時	課題	内容	講師等
1	5月22日(金) 10:00~12:00	開級式	年間プログラム・運営について (自己紹介・写真撮影・ 役割分担等)	市民センター職員
2	6月12日(金) 10:00~12:00	絆結び	モルックに挑戦!	日本モルック協会公認団体 主宰および公認指導員 濱崎 隆氏
3	7月3日(金) 10:00~12:00	教養	日本の伝統楽器お琴体験	山田流箏曲 守谷 千楓音氏
4	7月24日(金) 10:00~12:00	健康	コグニサイズで 脳と体をリフレッシュ!	高齢者支援課
5	9月18日(金) 10:00~12:00	健康	オーラルフレイル予防講座	健康づくり課
6	10月23日(金) ※時間未定	社会見学	未定	市民センター職員
7	12月4日(金) 10:00~12:00	感性磨き	生活に潤いを 「己書幸座(おのれしょこう ざ)」	日本己書道場公認師範己書 陽向道場 能條 陽子氏
8	2027年 1月8日(金) 10:00~12:00	新春初笑い	★音楽と落語の宅配便 (公開講座)	落語ができるギタリスト 濱乃 志隆氏
9	2月5日(金) 10:00~12:00	閉級式	来年度に向けて話し合おう 皆勤賞表彰	市民センター職員

★印公開講座は一般募集の参加者と一緒に受講していただきます。