

佐久市障害者自立生活支援センター

令和6年度講座予定表

| 月  | 日   | 曜日  | 講座名       | 場 所                     | 時 間           | 備 考                   |
|----|-----|-----|-----------|-------------------------|---------------|-----------------------|
| 4  | 11日 | (木) | 健康体操教室    | 交流文化館浅科 2階 視聴覚室         | 13:30 ~ 14:30 | やさしいフラダンス             |
|    | 18日 | (木) | 陶芸教室①     | 野沢会館 創作室                | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 24日 | (水) | 気功教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 14:30 |                       |
| 5  | 10日 | (金) | 音楽を楽しむつどい | 交流文化館浅科 音楽室1・2          | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 16日 | (木) | 料理教室      | 中込会館 3階 料理講習室           | 10:00 ~ 13:00 |                       |
|    | 22日 | (水) | 気功教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 14:30 |                       |
|    | 30日 | (木) | 陶芸教室②     | 野沢会館 創作室                | 13:30 ~ 15:00 |                       |
| 6  | 7日  | (金) | ものづくり体験   | 中込会館 3階 料理講習室           | 13:30 ~ 15:00 | おまんじゅうづくり<br>サンスポート佐久 |
|    | 14日 | (金) | 健康体操教室    | あいとびあ曰田 ホール             | 13:30 ~ 14:30 |                       |
|    | 18日 | (火) | エンジョイ・アート | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 26日 | (水) | 気功教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 14:30 |                       |
| 7  | 1日  | (月) | 音楽を楽しむつどい | 野沢会館 音楽室1               | 13:30 ~ 15:00 | 市民の方どなたでも参加可          |
|    | 11日 | (木) | 料理教室      | あいとびあ曰田 調理室             | 10:00 ~ 13:00 |                       |
|    | 23日 | (火) | 点字体験      | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 10:30 ~ 12:00 |                       |
|    | 23日 | (火) | 手話体験      | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 | 市民の方どなたでも参加可          |
|    | 24日 | (水) | 気功教室      | 創練センター 多目的室1            | 13:30 ~ 14:30 |                       |
|    | 30日 | (火) | 点字体験      | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 10:30 ~ 12:00 |                       |
|    | 30日 | (火) | 手話体験      | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
| 8  | 6日  | (火) | 点字体験      | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 10:30 ~ 12:00 | 市民の方どなたでも参加可          |
|    | 6日  | (火) | 手話体験      | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 20日 | (火) | エンジョイ・アート | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 28日 | (水) | 気功教室      | あいとびあ曰田 多目的室3・4         | 13:30 ~ 14:30 |                       |
| 9  | 6日  | (金) | 音楽を楽しむつどい | 創練センター 音楽室1             | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 12日 | (木) | 料理教室      | あいとびあ曰田 調理室             | 10:00 ~ 13:00 |                       |
|    | 19日 | (木) | 陶芸教室①     | 野沢会館 創作室                | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 25日 | (水) | 気功教室      | 創練センター 多目的室1            | 13:30 ~ 14:30 |                       |
|    | 27日 | (金) | 研修旅行      |                         |               |                       |
| 10 | 3日  | (木) | 健康体操教室    | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 14:30 | やさしいフラダンス             |
|    | 17日 | (木) | 陶芸教室②     | 野沢会館 創作室                | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 25日 | (金) | ヨガ教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 29日 | (火) | エンジョイ・アート | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
| 11 | 7日  | (木) | 音楽を楽しむつどい | あいとびあ曰田 多目的室3・4         | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 14日 | (木) | 料理教室      | 野沢会館 料理講習室              | 10:00 ~ 13:00 |                       |
|    | 22日 | (金) | ヨガ教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 26日 | (火) | ものづくり体験   | あいとびあ曰田 調理室・多目的室5       | 11:00 ~ 13:30 |                       |
| 12 | 12日 | (木) | ものづくり体験   | 野沢会館 創作室                | 13:30 ~ 15:00 | しめ縄づくり                |
|    | 20日 | (金) | ヨガ教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 15:00 |                       |
| 1  | 9日  | (木) | 健康体操教室    | 野沢会館 大会議室1・2            | 13:30 ~ 14:30 | サンスポート佐久              |
|    | 16日 | (木) | 料理教室      | 中込会館 3階 料理講習室           | 10:00 ~ 13:00 |                       |
|    | 24日 | (金) | ヨガ教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 28日 | (火) | エンジョイ・アート | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
| 2  | 6日  | (木) | 健康体操教室    | あいとびあ曰田 多目的室3・4         | 13:30 ~ 14:30 | やさしいフラダンス             |
|    | 28日 | (金) | ヨガ教室      | 野沢会館 2階 和室1・2           | 13:30 ~ 15:00 |                       |
| 3  | 7日  | (金) | 音楽を楽しむつどい | 創練センター 音楽室1             | 13:30 ~ 15:00 | おやつづくり                |
|    | 13日 | (木) | 料理教室      | 野沢会館 料理講習室              | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 18日 | (火) | エンジョイ・アート | あいとびあ曰田自立支援センターオープンスペース | 13:30 ~ 15:00 |                       |
|    | 26日 | (水) | 気功教室      | あいとびあ曰田 多目的室3・4         | 13:30 ~ 14:30 |                       |

※ 基本的に、障がいをお持ちの方と介助者を対象としています。

※ 都合により会場、日時に変更がある場合があります。詳細は市の広報に掲載します。