

佐久市障害者自立生活支援センター 令和7年度講座予定表

月	日	曜日	講座名	場 所	時 間	備 考
4	9日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	ランチ会・食事代(実費) 材料費 500円
	11日	(金)	ピアのつどい	自立支援センター オープンスペース	11:30 ~ 13:30	
	16日	(水)	気功教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 14:30	
	24日	(木)	陶芸教室①	生涯学習センター 創作室	13:30 ~ 15:00	
5	7日	(水)	気功教室	創練センター 多目的室4・5	13:30 ~ 14:30	材料費 500円
	14日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	16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	
	22日	(木)	料理教室	生涯学習センター 料理講習室	10:00 ~ 13:00	
	29日	(木)	陶芸教室②	生涯学習センター 創作室	13:30 ~ 15:00	
6	6日	(金)	ものづくり体験	あいとびあ白田 調理室	13:30 ~ 15:00	おやつ作り・材料費(未定)
	11日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	19日	(木)	健康体操教室	生涯学習センター 大会議室1・2	13:30 ~ 14:30	
	25日	(水)	気功教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 14:30	
7	3日	(木)	料理教室	あいとびあ白田 調理室	10:00 ~ 13:00	材料費 500円 市民の方どなたでも参加可
	9日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	17日	(木)	音楽を楽しむつどい	創練センター 音楽室 1	13:30 ~ 15:00	
	23日	(水)	気功教室	中込会館 3階 会議室3	13:30 ~ 14:30	
	29日	(火)	点字体験	自立支援センター オープンスペース	10:30 ~ 12:00	
	29日	(火)	手話体験	自立支援センター オープンスペース	13:30 ~ 15:00	
8	5日	(火)	点字体験	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 材料費(未定) 学習会
	5日	(火)	手話体験	自立支援センター オープンスペース	13:30 ~ 15:00	
	12日	(火)	手話体験	自立支援センター オープンスペース	13:30 ~ 15:00	
	13日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	19日	(火)	ものづくり体験	自立支援センター オープンスペース	13:30 ~ 15:00	
	27日	(水)	気功教室	あいとびあ白田 多目的室3・4	13:30 ~ 14:30	
	29日	(金)	ピアのつどい	自立支援センター オープンスペース	13:30 ~ 15:00	
9	4日	(木)	陶芸教室 ①	生涯学習センター 創作室	13:30 ~ 15:00	材料費 500円 演奏会
	10日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	26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	
10	8日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	サンスポート佐久
	9日	(木)	健康体操教室	交流文化館浅科 音楽室1・2	13:30 ~ 14:30	
	16日	(木)	陶芸教室②	生涯学習センター 創作室	13:30 ~ 15:00	
	24日	(金)	ヨガ教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 15:00	
11	6日	(木)	料理教室	中込会館 料理講習室	10:00 ~ 13:00	材料費 500円 そば・材料費(未定)
	12日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	20日	(木)	音楽を楽しむつどい	あいとびあ白田 多目的室3・4	13:30 ~ 15:00	
	26日	(水)	ものづくり体験	あいとびあ白田 調理室	10:00 ~ 13:00	
	28日	(金)	ヨガ教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 15:00	
12	10日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	演奏会(トリオ・ピアノ)
	12日	(金)	ピアのつどい	生涯学習センター 音楽室1	13:30 ~ 15:00	
	19日	(金)	ヨガ教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 15:00	
1	8日	(木)	健康体操教室	あいとびあ白田 多目的室3・4	13:30 ~ 14:30	やさしいフラダンス
	14日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	23日	(金)	ヨガ教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 15:00	
2	5日	(木)	料理教室	生涯学習センター 料理講習室	10:00 ~ 13:00	材料費 500円 運動
	13日	(金)	ピアのつどい	あいとびあ白田 ホール	13:30 ~ 14:30	
	18日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	20日	(金)	ヨガ教室	生涯学習センター 和室1・2	13:30 ~ 15:00	
3	3日	(火)	ものづくり体験	自立支援センター オープンスペース	13:30 ~ 15:00	材料費(未定)
	11日	(水)	おしゃべり交流会	自立支援センター オープンスペース	14:00 ~ 16:00	
	13日	(金)	音楽を楽しむつどい	生涯学習センター 音楽室1	13:30 ~ 15:00	
	25日	(水)	気功教室	あいとびあ白田 多目的室3・4	13:30 ~ 14:30	

※ 佐久市内にお住いの、障がいをお持ちの方と介助者を対象としています。必ず事前にお申し込みください。

TEL(0267)88-6561

※ 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。

FAX(0267)88-6562