

令和7年度 渡公民館講座・自主講座一覧 令和7年4月現在

講座名	開催日・時間		利用場所
百歳体操	月～金	9:00	集会室
ストレッチ	毎週（月）	10:00	集会室
グラウンドゴルフ	毎週（月）	9:00	芝生広場
アイチ（体操）	毎週（火）	13:30	集会室
囲碁	毎週（火）（木）	13:00	別館
陶芸クラブ	第1・3（日）	9:00	陶芸小屋
大正琴	第2・4（月）	19:30	別館
グレースフラワー	第1・3（火）	13:30	学習室 1
らく！かる！ほぐし体操（A）	第1・3（火）	14:30	集会室
らく！かる！ほぐし体操（B）	第2・4（火）	14:30	集会室
楽笑レディース	第2・4（火）	9:40	集会室
カイロプラクティック	第2・4（火）	10:00	別館
まめな会	第1・3（水）	10:00	集会室
太極拳	第1・3（水）	13:30	別館
	第2・4（水）		集会室
ハワイアンフラ	第1・3（水）	13:30	集会室
みかんの花（童謡）	第2・4（水）	10:30	集会室
ゆるゆる筋膜はがし	第1・3・5（木）	10:00	集会室
	第2・4（月）	13:30	
チェアヨガ	第2・4（水）	10:00	別館
リズム＆ヨガ	第2・4（木）	10:00	集会室
ニットクラブ	第2・4（木）	13:30	調理室
サークルアイズ（写真）	毎月 第2（土）	18:30	別館
自然農法を始めよう	毎月 第2（金）	10:00	別館
書道	第2（日）	9:30	学習室 1
	第4（金）	19:00	
バルーンアート	第2・4（土）	13:30	別館
いきいき音読講座	毎月 第3（金）	10:00	別館
草木染	不定期	10:00	調理室



※ご希望の講座がありましたら
事前に公民館までご相談下さい。

渡公民館 ☎45-0903

