

令和7年度 伊那公民館



女性教室



受講生募集！



伊那公民館女性教室では、新しい仲間を募集しています！
楽しく交流しながら、地域やくらし・女性の生き方について
一緒に考えてみませんか？ お待ちしています！



施設見学の様子



足の健康講座

開講：5月12日（月） 午後1時30分から
（学習は原則として毎月1回、第2月曜日）

場所：伊那公民館

内容：各種講座・交流会・研修視察ほか

対象：女性で趣旨に賛同できる方

会費：2,500円
（年会費2,000円＋参加費500円）
※材料費は個人負担になります。

★ 学級生対象のクラブもあります。お申し込みは4月25日（金）まで
（体操・押し花・マレットゴルフ）



ボランティア活動



男性集合！

—会員募集—

伊那おやじの会

今年度も伊那公民館では、好評の「伊那おやじの会」を開講します。
料理づくりに挑戦し、時には杯を酌み交わしながら語り合い、さまざま
な研修をとおして交流を深める「男の居場所」です。クラブ活動も
活発に行っていますので、男性の皆さん、気軽にご参加ください。
ご参加お待ちしております。



開 講 5月28日（水）午前10時から
（以降、毎月1回第4水曜日予定）

場 所 伊那公民館

活動内容 会員が活動を計画します。
《前年度までの活動例》
◎男の料理教室 ◎研修視察 ◎パターゴルフ
◎ボランティア ◎市長講演会 ◎箏と尺八のしらべ
◎施設見学 ◎人権講座 ◎映画鑑賞会 他

対 象 中高年の男性で、趣旨に賛同できる方

会 費 1,500円（年会費1,000円＋参加費500円）
＊材料費等は個人負担になります

ク ラ ブ マレット・カラオケ・卓球

お申し込みは4月25日（金）まで

