



弥生 桜のつぼみもふくらみかけ、少しずつ春の気配を感じられるようになりました。次年度に向け、より地域の皆様にご利用頂ける事業に取り組んでいきますので、是非ご参加下さい。

4月の予定・申し込み

ボールエクササイズ

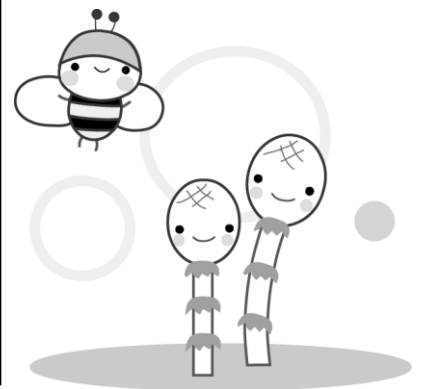
内 容：バランスボールを使ってのストレッチ、筋肉トレーニング。道具を使った体操等
日 時：4月9日～6月25日の間の第2・第4水曜日（全6回）10：00～12：00
対 象：一般 定 員：先着20名 費 用：無料
講 師：小池 千恵子さん
持ち物：バスタオル又はヨガマット、飲み物（水分補給）、動きやすい服装
申し込み：4月1日～4月8日までに申し込み（受付初日は14：00から）。直接または電話
定員に空きがある場合は途中参加も出来ますので、お問い合わせ下さい。

ウクレレ教室

内 容：初心者向けウクレレ演奏の指導
日 時：4月18日～6月20日の間の毎週金曜日（全10回）13：00～14：30
対 象：一般 定 員：先着15名 費 用：無料
講 師：木村 三郎さん
持ち物：ウクレレ（貸し出し数台有り。ご相談ください）
申し込み：4月1日～4月17日までに申し込み（受付初日は14：00から）。直接または電話

「PCなんでも相談」

内 容：①基礎：電源の入れ方からインターネットの使い方
②応用：Wordや簡単なホームページ作成など
日 時：4月17日（木）
① 14：30～15：30
② 15：30～16：30
定 員：先着 各3人 講 師：ボランティア講師 費 用：無料



申し込みは 4月1日（火）14：00から直接受付窓口又は電話 046-267-7790 で
※市外の方もお申込みいただけますが、

応募多数の場合は市内の方を優先します。ご理解とご協力をお願い致します。

《下和田の郷・4月のお休み》 4月24日（木） 終日

問い合わせ「下和田の郷」（大和市立渋谷中学校学校開放）受付窓口 Tel.046-267-7790（10時開館）

〒242-0015 大和市下和田 49 大和市立渋谷中学校内 <http://homepage2.nifty.com/shimowadanosato/>

※下和田の郷も引き続き節電を行っています。又、天候不良等により閉館時間を変更する場合があります。

皆様にはご不便をお掛け致しますが、ご理解とご協力をお願い致します。