

池田に  
住んでいる  
女性へ

生涯楽しめる趣味さがし  
しませんか？

# 池田女性学級 受講生募集

いつ、どんなことをしているの？



主に平日のお昼過ぎに、  
手芸や健康づくりのための軽運動をしたり、  
毎日の生活に役に立つ話を聞いたり・・・

**池田でいきいきと女性が暮らすための講座**  
を開催しています！

お金はかかるの？



受講料は**無料**です。  
講座によっては教材費等がかかります。  
受講生の方には、講座の内容や費用をお知らせ  
します。興味のあるものにご参加ください！

【申込】池田地区コミュニティセンター

【申込期限】令和7年3月28日（金）

☎ 23-9851 ☒ ikeda-kou@city.numata.lg.jp

今までの活動を紹介！  
裏面もご覧ください

# 令和6年度講座紹介

4/24  
(木) 二人にひとりのがん  
時代を生きぬく！

6/6  
(木)

研修視察

中之条ガーデンズ

7/19  
(金)

玉原散策

8/23  
(金)

香りを楽しむ足もみ  
マッサージ(夏編)

12/20  
(金)

笑いヨガ&脳活体操



2/25  
(月) 香りを楽しむ足もみ  
マッサージ(冬編)

足ツボセルフケアで血行促進！  
寒さに負けない体づくり

3/10  
(月)

消費生活講座

最新の悪質商法や架空請求の事例紹介  
被害に遭わないための知識を身につけよう！

令和7年度は、防災に関する講座やクラフトバッグ作り等手芸の講座を  
予定しています。

また、こんな講座を開いてほしい、こんなことが知りたいなど、ご要望が  
ありましたらお気軽にコミュニティセンターまでご相談ください。