



実楽来（ミラクル）講座 令和6年度会員募集！！



中高年の方を対象とした、身になる実用的で楽しく学ぶ講座です。
たくさんのお申込みをお待ちしております。

No.	日にち	テーマ	講師
第1回	5月14日（火）	若返り体操「ゆらっくす」 ～立つ・座る・歩くをラクに！～	リンバケア体操インストラクター 藤原 寛子 氏
第2回	6月11日（火）	健康になる掃除と片付け講座	整理収納アドバイザー 佐伯 真理 氏
第3回	7月16日（火）	眠れていますか？ ～より良い睡眠の為の健康管理～	宮城中央ヤクルト販売 株式会社
第4回	9月10日（火）	花でコミュニケーション ※材料代 1,000円	フラワーセラピスト 上野 みち子 氏
第5回	10月 8日（火）	発掘調査からわかったふるさと 仙台の歴史	仙台市教育委員会 文化財課
第6回	11月 6日（火）	リンパヨガ	日本 YOGA 連盟インストラクター 小高 みき 氏
第7回	12月10日（火）	平家物語 琵琶弾き語りの世界	平家がたり友の会代表 山内 とも子 氏

*日 時：年7回実施 午前10時30分～正午

※予定は変更・中止等になる場合がありますので、予めご了承下さい。

※毎月、ハガキでご案内します。

○会 場 宮城県婦人会館 3階 第1研修室（又は、第5・6研修室）

○年会費 1,300円（通信費等）

○参加費 各回 500円（9月の講座は別途材料代がかかります）

○定 員 60名（男女問いません） ※応募多数の場合は、抽選

○申込方法 申込書を郵送又はFAXにて受付

※申込書はホームページからダウンロード

○申込期限 令和6年3月29日（金） 必着

※申込み期間終了後、当選した方のみ年に年会費納入についてのお知らせをお送りします。

期日までに入金の確認が出来ない場合は、無効となります。

【申込み・お問い合わせ先】

一般財団法人みやぎ婦人会館

〒983-0851 仙台市宮城野区榴ヶ岡5番地（旧宮城県図書館）3階（榴岡公園向かい）

TEL 022-299-4530 FAX 022-299-4531

〈電車〉JR仙石線榴岡駅下車徒歩10分 〈バス〉第4合同庁舎前 下車徒歩5分

<http://www.fujin-kaikan.or.jp/>

※月曜日は休館です。

