

③4長良文化センター

長良 336

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：長良文化センター（☎・Fax 0866-93-5653）



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
ニチレクボールを楽しむ会		月 第1・第3	10:00～11:30	18	ニチレクボールでストレス解消・健康維持	無料
健康ディスコン同好会		月 第2・第4	10:00～11:30	18	ディスコンでストレス解消・健康維持	無料
いきいき百歳体操		火	10:00～11:00	10	百歳体操「いきいきスペシャル版」で健康維持	無料
らく楽ヨガ	尾上君子	月 第2・第4	10:00～11:30	10	深い呼吸で体をほぐして健康に	1回1000円
囲碁同好会		月（月4回）	13:00～16:30	10	認知症予防・脳の活性化に	無料
健康マーじゃん教室		月	13:00～16:30	若干名	認知症予防・脳の活性化に	無料
レディースマーじゃん教室		木	13:00～16:30	若干名	認知症予防・脳の活性化に	無料
昭和歌謡を楽しむ会		火	14:00～16:00	10	昭和歌謡を歌い語り、健康維持とストレス解消	無料
カラオケ同好会		木	14:00～16:00	10	カラオケで健康保持	無料
料理勉強会		火 第2	11:30～13:00	10	茶話会をして、講座生同士で親睦を深める	無料
手芸クラブ		金	9:00～12:00	若干名	生地、毛糸などから作品を手作り	無料
色んな楽器を楽しむ会	禰屋雅典	金 第1	14:00～16:00	10	平易なジャズやポップス曲を中心に。楽器は各自持参	無料
歌声サロン	星島伸江	金 第1・第3	10:00～11:45	10	いろいろなジャンルの歌を歌いストレス解消	1回 500円
美文字レッスン	岩尾涼花	金 第2・第4	15:00～16:30	10	暮らしに役立つペン習字・毛筆	月額1000円
子ども硬筆(4歳～中学生)	岩尾涼花	金 第2・第4	16:00～17:00	10	正しくきれいな文字を書く(えんぴつ、フェルトペン)	月額1800円
やさしいパン教室	長瀬智子	水 第2	9:30～14:30	若干名	簡単に焼けるパン作り。材料費別	月額1000円
そば打ち同好会		木 第2	9:00～11:00	若干名	自分の手で打つ。材料費別	無料
フラダンス	浅野晴美	月 第2・第4	15:00～16:30	10	のんびりフラを学ぶ	月額1000円