

令和7年度前期（4月～9月） 文化教養講座 受講者募集！

伊勢市社会福祉協議会 福祉センターでは令和7年4月1日から、より多くの市民の皆さんにご利用いただき「多彩な交流が生まれ、気軽に寄れる共生型施設」として、文化教養講座を開講します。

対象：伊勢市在住・在勤の18歳以上の方

開催場所：伊勢市社会福祉協議会 福祉センター（八日市場町 13-1）

受講料：各教室、下表をご覧ください。

応募方法：下表の中からご希望の講座を選んでいただき、往復ハガキまたは二次元コードに必要事項を記入のうえ、宛先までお送りください。お一人何講座でも応募できますが、1枚の往復ハガキで一人一講座の申込みです。同一講座への重複申込みはできません。

- ① 講座名 ② 氏名（ふりがな） ③ 住所
④ 電話番号 ⑤ 生年月日 ⑥ 性別

宛先：〒516-0076 伊勢市八日市場町 13-1
伊勢市社会福祉協議会 文化教養講座担当者宛

応募締切：3月7日（金）到着分まで

- ◆二次元コードでの申込みで、表示価格より1講座500円割引させていただきます。
- ◆応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。
- ◆応募が定員の半分に満たない場合は開催いたしませんので、あらかじめご了承ください。
- ◆開催日が館や講師の都合などの理由で他の日に変更する場合があります。
- ◆受講料は、1回目の受講時にお支払いください。

85
日本郵便
往信

〒516-0076

伊勢市八日市場町13-1
伊勢市社会福祉協議会
文化教養講座 担当者宛

何も記入しないで
ください

85
日本郵便
返信

〒0000-0000

あなたの郵便番号・
住所・氏名を
ご記入ください。

① 希望講座名
② 氏名（ふりがな）
③ 住所
④ 電話番号（携帯番号）
⑤ 生年月日
⑥ 性別



講座名	講師	とき		定員	回数	受講料
実用書道	高尾 柴岳	第1・3土曜日	10:00～12:00	35人	12回	6,000円
ペン習字	高尾 柴岳	第1・3木曜日	10:00～12:00	25人	12回	6,000円
やさしいレクダンス	平沼 美智子	毎週火曜日	10:00～11:00	30人	21回	8,000円
ピラティス	熊谷 友美	毎週火曜日	14:00～15:00	20人	21回	9,000円
姿勢のゆがみ改善ストレッチ	濱井 理香	第2・4水曜日	10:00～11:00	20人	10回	5,000円
水曜ヨガ	山下 ミキ	毎週水曜日	13:00～14:00	25人	21回	9,000円
木曜ヨガ	藤原 詠理	毎週木曜日	19:30～20:30	30人	21回	9,000円
金曜ヨガ	浅井 順子	毎週金曜日	10:00～11:00	20人	21回	9,000円
3B体操	寺田 育子	毎週金曜日	15:00～16:00	25人	21回	8,000円
太極拳（楊名時）	高橋 洋子	毎週土曜日	10:00～11:00	20人	21回	8,500円

令和7年度 はつらつ教室受講者募集

伊勢市社会福祉協議会では令和7年4月～令和8年3月までの各教室受講者を募集します。

対象：伊勢市在住の昭和40年4月1日以前にお生まれの方

開催場所：伊勢市社会福祉協議会 福祉センター（八日市場町13-1）

受講料：無料 ※教室により別途教材費等が必要になります。

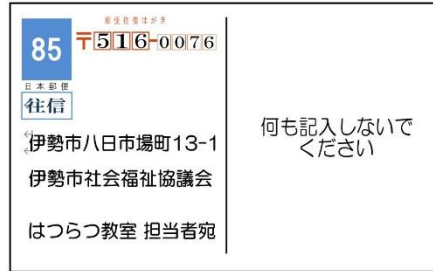
応募方法：下表の中からご希望の教室を選んでいただき、往復ハガキに必要事項を記入のうえ、宛先までお送りください。

- ①教室名 ②氏名（ふりがな）
③住所 ④電話番号
⑤生年月日 ⑥性別

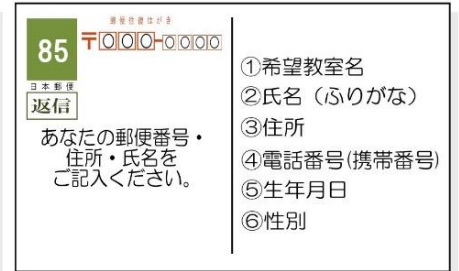
宛先：〒516-0076

伊勢市八日市場町13-1
伊勢市社会福祉協議会
はつらつ教室担当者宛

応募締切：3月7日（金）到着分まで



何も記入しないでください



- ◆お申込みは、ハガキ1枚につき1教室とし、一人2教室までとします。
- ◆応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。
- ◆定員の半分に満たない場合は開催いたしませんので、あらかじめご了承ください。
- ◆開催日が館や講師の都合などの理由で他の日に変更する場合があります。
- ◆受講の際は、感染予防のため、マスクの着用や受講前後の手洗い、消毒等のご協力をお願いします。なお、開催当日に発熱や咳等の風邪症状がみられる場合は出席をご遠慮ください。

教室名	とき		定員	回数	
絵手紙	毎月、第2・4水曜日	9:30~11:30	16人	24回	
手芸	毎月、第2・4木曜日	9:30~11:30	16人	24回	
編物	毎月、第1・3金曜日	9:30~11:30	16人	24回	
筆ペン	毎月、第1・3水曜日	9:30~11:30	16人	24回	
ペン習字	毎月、第1・3金曜日	13:00~15:00	16人	24回	
たのしい折り紙	毎月、第2・4火曜日	9:30~11:00	16人	24回	
健康体操	1部	毎月、第1・3水曜日	10:00~11:00	35人	24回
	2部	毎月、第1・3水曜日	11:15~12:15	35人	24回
やさしいヨガ	毎月、第1・3木曜日	9:30~10:30	35人	24回	

令和7年度 いきいき教室受講者募集

いきいき教室（旧名称：身体障害者テイクサービス）の参加者を募集しています。ご参加をお待ちしております。

対象 伊勢市在住の身体障害者手帳をお持ちの方

場所 伊勢市社会福祉協議会 福祉センター（八日市場町13-1）

受講料 無料 ※教室により別途教材費等が必要になります。

申込方法 随時、参加をお待ちしておりますので、伊勢市社会福祉協議会までご連絡ください ☎27-2425

- ◆希望者が少ない教室は、開催しない場合があります。
- ◆都合により日程の変更をする場合があります。

教室名	とき		回数
パソコン（肢体）	毎月、第2・4火曜日	13:00~15:00	年24回
パソコン（肢体）	毎月、第1・3水曜日	13:00~15:00	年24回
パソコン（肢体）	毎月、第1・3土曜日	10:00~12:00	年24回
パソコン（視覚）	毎月、第1・3木曜日	13:00~15:00	年24回
茶道	偶数月、第3火曜日	10:30~12:00	年6回
華道	奇数月、第3火曜日	10:30~12:00	年6回
かんたんクッキング	毎月、第3火曜日	13:00~15:00	年12回
筆ペン	毎月、第4木曜日	13:00~15:00	年12回
絵手紙	毎月、第1火曜日	13:00~15:00	年12回
音楽セラピーケア	毎月、第4土曜日	14:00~16:00	年12回
SSピンポン	毎月、第2木曜日	10:00~12:00	年12回