

曾於市総合大学開講式

入場無料

記念講演講師

横浜 DeNA ランニングクラブ
エグゼクティブアドバイザー

せ こ とし ひこ
瀬 古 利 彦氏



演題：「心で走る」

開講式日程

- ・期日 令和2年6月2日(火)
- ・開場 18:30 ・開講式 19:00 ・記念講演 19:30
- ・会場 末吉総合センター

経歴・資格

1956年7月15日、三重県桑名市生まれ。
名実ともに日本長距離界、マラソンブームを牽引してきた第一人者。
高校時代から本格的に陸上を始め、インターハイでは800m、1,500mで2年連続2冠を達成。
早稲田大学へ進み、箱根駅伝では4年連続で「花の2区」を走り、3、4年次では区間新(当時)を獲得するなど、スーパーエースとして活躍した。
トラック競技においても日本記録を総ナメにし、25,000mと30,000mでは世界記録を樹立(当時)。
マラソン戦績15戦10勝。ロスアンゼルス、ソウル五輪マラソン日本代表。
現役引退後は指導者の道に進み、オリンピック選手を3名輩出するなど後進の育成に注力した。
現在は、「横浜 DeNA ランニングクラブエグゼクティブアドバイザー」として活動中。

どなたでも入場できます。たくさんのご来場をお待ちいたしております。

令和2年度新規講座

講座

28 榎本春幸の四季の日本料理

曾於市 PR 大使、食育日本料理家でもある榎本春幸氏による料理講座です。
地元の旬の食材を使い家庭でもできる四季の料理を作ります。本格的な和食の基礎から食育につながる知識、日本料理の匠ならではの裏技も学べます。初心者からプロの方まで大歓迎です。材料費1回1,500円

■講 師 榎本 春幸 ■時 間 10:00～13:30
■定 員 24名(小学生～一般) ■会 場 そお生いき健康センター
■開講日 7/9,10/8,12/10,3/11(4回)第2木曜日

講座

29 おうちで焼けるパンとかんたんおやつ

安心・安全な材料で作る、かんたんパン作りとおやつ作り♡
夏はアイスクリームを作ります。初心者大歓迎!!
材料費初回一括徴収(1,500円～2,500円/回)

■講 師 徳重 由比乃 ■時 間 10:30～13:30
■定 員 12名(一般) ■会 場 そお生いき健康センター
■開講日 6/19(金)～12月(7回)金曜日

講座

37 親子フラダンス

癒されながら綺麗になるフラエクササイズ。ハワイアンミュージックにのって気分もリラックス。フラ初心者、親子、お孫さんとお祖母ちゃん、年齢問わず楽しく一緒に踊っていただけます。有酸素運動で無理なく体幹を鍛え、心と体のバランスを整えます。

■講 師 池之上 恵子 ■時 間 17:00～18:00
■定 員 20名(幼児～一般) ■会 場 そお生いき健康センター
■開講日 6/16(火)～11月(12回)火曜日

講座

59 スポーツウエルネス吹矢

胸式呼吸と腹式呼吸どちらも使って楽しい競技を行いましょう!! 的に矢が当たるとスッキリしますよ!

■講 師 下村 カツ子 ■時 間 10:00～12:00
■定 員 15名(一般) ■会 場 末吉総合体育館
■開講日 6/5(金)～9月(9回)金曜日

講座

74 インテリア花雑貨

季節のリースやハーバリウム、スワッグ作りなど話題のインテリア雑貨を作ります。手作りのインテリアは一味違います。楽しくオリジナル作品を作ませんか。

■講 師 東原 秋子 ■時 間 19:00～20:30
■定 員 15名(一般) ■会 場 末吉総合センター
■開講日 6/19(金)～11月(6回)第3金曜日

講座

78 はじめての白糸刺しゅう教室

レースのように繊細で、一見すると難しいと思われる白糸刺しゅうですが、初めての方でも楽しめるように、基本のステッチを使い小さな作品を作ります。(材料費4,300円)

■講 師 吉垣 良子 ■時 間 10:00～12:00
■定 員 10名(一般) ■会 場 末吉総合センター
■開講日 6/20(土)～11月(10回)土曜日

曾於市総合大学事務局 曾於市教育委員会社会教育課 ☎ 099-482-5958

教育委員会末吉分室 ☎ 0986-76-1120 大隅中央公民館 ☎ 099-482-0068 財部中央公民館 ☎ 0986-72-0945

