

帯広市民大学講座

5月

今月も様々なジャンルの講座をご用意しました！

帯広市、十勝管内に限らず、どなた様もお気軽にご参加ください♪

第3集

お金のルールが変わった！ ～お金の世界の新常識～

会場受講のみ

- 日程：5月15日（金） 14：30～16：00
- 講師：橋本 真里耶 氏（2級FP技能士・AFP）
- 会場：とかちプラザ4階 講習室403
- 定員：30名 ■ 受講料：無料



第4集

【消費者講座】

キャッシュレス決済のきほん ～スマートに使うために～

会場受講のみ

- 日程：5月19日（火） 10：00～11：30
- 講師：佐久間 正 氏（FP佐久間事務所 所長、
1級ファイナンシャルプランニング技能士）
- 会場：とかちプラザ2階 視聴覚室
- 定員：70名 ■ 受講料：無料



第5集

ピラティスで人生100年時代を 自分の足で歩み続けよう！

会場受講のみ

- 日程：5月28日（木） 14：30～16：00
- 講師：長濱 沙彩 氏（作業療法士、呼吸療法認定士、
ピラティスインストラクター）
- 会場：とかちプラザ3階 和室301・302
- 定員：20名 ■ 受講料：無料
- ◆ 持ち物：飲み物、動きやすい服装、タオル、
あればヨガマットか大きめのバスタオル



第3集

お金のルールが変わった！ ～お金の世界の新常識～

幼いころから私は、

「お小遣いは全部使わないで残しておくといいよ」

「欲しいものはお小遣いを貯めて買おうね」

と言われ育ってきました。おかげさまで通帳の残高を見てニヤニヤしている貯金好きに成長し、信用金庫勤務時代は定期預金に預けるのが大好きな職員でした。

でも現在は・・・3人の子育てをされていて、このままでは目も当てられないほど大変なことになると気付いたのです。

それはなぜか。世の中の基本的なお金のルールが変わっていたからです。本講座では、お金の新常識とは何なのか、ワークを取り入れて、頭と手を使いながら楽しくわかりやすく学んでいただきます！

【消費者講座】

第4集

キャッシュレス決済のきほん ～スマートに使うために～

より身近になったキャッシュレス決済。現金が使えないお店も出てきています。講座では、スマホやカードでスマートに買い物をするために、初心者にもわかりやすいキャッシュレス決済の基本を学びます。

第5集

ピラティスで人生100年時代を 自分の足で歩み続けよう！

いつまでも元気に、自分の足で歩み続けられるように。ピラティスは、第一次世界大戦の負傷兵のリハビリ目的のために作られたエクササイズです。作業療法士の視点でやさしく整えるピラティスで、運動に自信のない方も、初めての方も、少し頑張りたいたい方も、皆様と楽しくレッスンができたかと考えています。今回の講座では落ち着いた和室で、床の上で行うマットピラティスを実施します。身体の硬い方、普段運動はあまり取り組めていない方もできますので、お気軽にご参加ください。お会いできることを楽しみにお待ちしております。

【申込方法】

- ・開催前日（土日祝日除く）までに電話・ホームページから帯広市生涯学習文化課までお申込みください。

【託児】

- ・未就学児（2歳以上）の託児希望の場合は、講座の1週間前までにお申し出ください。

TEL ☎ (0155) 65-4192

(受付時間 9:00～17:00)

ホームページQRコード →
最新情報はこちらです。

QRコードは(株)アツキューの登録商標です

