



令和5年度

# 学びフェスタ朝陽 2024

朝陽公民館の成人学校と、朝陽公民館を利用しているサークルの皆さん、そして朝陽地区の一般の皆さんが制作した作品を一堂に展示・ステージ発表します。一年間の成果を会場でご覧ください!!

**日時** 令和6年**3月8日(金)** 13:00~17:00  
**3月9日(土)** 9:00~15:00

**会場** 朝陽公民館 体育館



展示発表 8・9日

※令和4年度の様子



紙バンドの会 クラフトバッグ



成人学校 ボールペン字作品



一般募集 作品



ひこうきぐも 裁縫手芸作品



伝統文化いけばな 子供教室 生け花

その他にもたくさんの作品展示を予定しております。ぜひ、見にいらしてください。



# 学びフェスタ朝陽2024のプログラム



## 3月8日(金)

13:00~16:00  
明治安田生命さんによる  
健康測定

- 血管年齢測定
- ベジチェック
- 自律神経チェック



### モトタイルで認知症予防!

モトタイルは、デンマークで開発された脳トレ運動タイルです。ゲーム感覚で楽しみながら脳を活性化させましょう!



14:30~15:00

### イスヨガ体験会

朝陽公民館の成人学校講座「リフレッシュヨガ」の講師 村山陽子先生による座ってできるイスヨガです。ヨガを体験して心も身体もリラックス〜♪



## 販売

3月8日・9日

長野養護学校高等部朝陽教室による観葉植物などの販売



3月9日のみ

エコンファミリーさんによるパンなどの販売



## 3月9日(土)

10:00~11:00  
グランドピアノ演奏会

朝陽地区のピアニストたちによる素敵な演奏会をお楽しみください。



11:00~14:50  
サークルステージ発表

朝陽公民館をいつも利用なさっているサークルの方々の発表と、成人学校の受講生さんたちによる発表です。

### プログラム

#### 午前の部

(11:00~12:00)

1. 南京玉すだれシスターズ
2. ヒデサンス
3. 成人学校イングリッシュメンバーズ



#### 午後の部

(13:00~14:50)

4. スポーツ太極拳 さとり
5. 東部女声コーラス草笛
6. 朝陽吹矢同好会
7. あさひコーラス「風」
8. 信濃和っしょい
9. コーロ・セシリア

