

趣味・教養がいっぱい

文化教室受講生募集

～ 輝きある生活のために、あなたも参加してみませんか ～

文化教室が市内の各公民館で始まります。各会場ともバラエティに富んだ教室を用意しています。あなたも余暇利用に、技術習得にぜひお役立てください。

各講座の定員は
先着順です

ところ	教室名	内容
新川公民館 ☎(41)2103	誰でもできる太極拳～太極操	「太極操」は太極拳の前段階の準備体操です。身体をほぐし、関節をやわらげ、ストレッチ体操をしながら、心身のバランスと気の効用を感じることができます。
中部公民館 ☎(42)8266	家庭でできるおいしいパンづくり	パン作りの基本を学び、家庭の食卓で楽しみましょう。
	あったかガーデニング教室	四季折々の花たちを、自分流に花かざりしてみませんか。
	初歩の日本画	趣味を持つ事は仲間が出来、人生が楽しくなります。絵をとおして生きがいをひろげましょう。
大浜公民館 ☎(42)1182	入門 ちぎり絵教室	ちぎり絵とは、様々な色と厚さの紙を使って仕上げる絵です。手でちぎった様々な紙を重ねて絵を作る楽しさを体験してみませんか。
	入門 かんたんヨガ教室	ヨガの基本をやさしい指導で楽しく学べる内容になっています。ヨガをやったことのない人も気楽に参加できます。心と体のリラックス体験をしてみませんか。
棚尾公民館 ☎(41)0892	からだにやさしいヨーガ	日ごろの食生活に目を向けながら、だれにでもできるやさしいヨーガを始めてみませんか。
	ウクレレ入門	楽器を習ったことがなくても、楽譜が読めなくても、老若男女だれでも手軽に弾けます。みんなで楽しく演奏してみませんか。※以前、この講座を受講した人は申し込みできません。人気の講座ですのでご了承ください。
鷺塚公民館 ☎(48)5412	歌声広場	青春時代を思い出す懐かしい歌、童謡や歌謡曲などいろんなジャンルの曲を歌って楽しい時間を過ごしましょう。
	かんたんソーイング	初心者を対象に1枚のかんたんワンピースを作ります。パッチポケット付き、うしろスラッシュあきで皆さん同じものに挑戦です。布は3色から選べます。見本は鷺塚公民館にあります。手作りの楽しさを味わいましょう。
日進公民館 ☎(48)2678	はじめてのピラティス	体のしんである背骨と骨盤、呼吸に重点を置き、姿勢改善や不調緩和を目指します。鍛えるだけでなく、ほぐしたりゆるめたりする運動です。初めての人も安心してご参加ください。
	土人形絵付教室	素焼の土人形に絵付を行います。招き猫、お福さん、福助の3つの縁起物の絵付を行います。
西端公民館 ☎(42)5888 (農業者コミュニティセンター)	スマイル・ウォーキング	正しく「立つ」「歩く」身体の使い方のコツを、デューク更家公認ウォーキングスタイリストから学んでみませんか。楽しく歩いて、姿勢改善と健康維持を目指しましょう。
	夏を運ぶアート教室	全3回で3種類の手作りワークをします。1回目は、木製の板にピンを打ち曼荼羅模様にかを掛けていく「糸かけアート」。2回目は、紙をステンドグラス風にカットして作る「ローズウィンドウ」。3回目は、ハス紙という紙を使って花を咲かせる「ハスワーク」です。どれも心が癒される初めての人向けのワークです。

対象 どなたでも受講できます。

申込み 4月11日(土) 8時30分～21時に参加費および教材費を添えて各施設

※月曜日は休館です。ただし、新川・大浜・棚尾公民館は月曜日も開館します。

☎ 各施設

とき	回数	講師	対象	定員	持ち物	参加費	教材費
5月14日、28日、6月4日、18日、25日、7月2日、9日、30日の木曜日 13時30分～14時30分	8回	謝美花氏	一般	15人	動きやすい服装、体育館シューズ、タオル、水筒	1,000円	—
5月14日、21日、6月11日、18日、7月16日の木曜日 9時30分～12時30分	5回	パンの会	一般	15人	エプロン、手拭き、筆記用具、持ち帰り容器(紙袋)	500円	3,000円
5月30日、9月26日、11月28日の土曜日 13時30分～15時30分	3回	石川二枝氏	一般	12人	エプロン、ハサミ、薄手の手袋、ビニール風呂敷、ぞうきん	500円	10,000円
5月9日、16日、23日、30日、6月6日、13日、20日、27日の土曜日 13時30分～15時30分	8回	山中順一氏	一般	12人	筆記用具	1,000円	500円
5月13日、27日、6月10日、24日、7月8日、22日、8月5日、19日の水曜日 14時～16時30分	8回	井澤しげ子氏	一般	10人	ハサミ、筆記用具、習字用の中筆、目打ち	1,000円	4,500円
5月12日、26日、6月9日、23日、7月7日の火曜日 13時30分～15時	5回	磯貝篤美氏	一般	16人	ヨガマット、動きやすい服装、タオル、飲み物	500円	—
6月13日、27日、7月11日、25日、8月8日の土曜日 9時45分～11時	5回	榊原とし子氏	一般	25人	動きやすい服装、タオル、飲み物	500円	—
6月6日、27日、7月4日、11日、25日の土曜日 13時30分～15時	5回	正海浩氏	初心者	10人	ウクレレ、筆記用具 ※ウクレレが用意できない人は貸し出します。	500円	1,500円
5月13日、27日、6月10日、24日、7月8日の水曜日 10時～11時	5回	片岡やす代氏	一般	20人	飲み物、筆記用具	500円	—
5月21日、6月4日、18日、7月2日、16日、30日、8月6日の木曜日 13時30分～15時30分	7回	FUSAE氏	一般	10人	裁縫道具一式、筆記用具、ミシン(ある人は使用可能を確認して持参ください)、50cmものさし(ある人)	1,000円	3,000円
5月14日、21日、6月4日、11日、25日の木曜日 13時30分～15時	5回	杉浦秀美氏	一般	10人	ヨガマット(またはバスタオル)、動きやすい服装、タオル、飲み物	500円	—
5月15日、22日、29日の金曜日 14時～15時30分	3回	おぼこや高山君子氏	一般	20人	汚れても良い服装	500円	3,000円
5月15日、29日、6月12日、26日、7月10日の金曜日 10時～11時30分	5回	生田尚代氏	一般	20人	動きやすい服装、シューズ、タオル、飲み物	500円	—
5月13日、27日、6月10日の水曜日 10時～11時30分	3回	市石真奈美氏	一般	10人	初回時、糸切りはさみ・カナヅチを持参ください。	500円	5,000円