



**申** 4月2日(火)10時から9日(火)17時までに事前申込書を各施設又は市ホームページの申し込みフォーム  
 ※申し込み多数の場合は抽せんで、結果は4月10日(水)以降に通知します。当せん者は4月19日(金)17時までに参加  
 費を添えて受講手続きを行ってください。

教室名		とき	内容	参加費 教材費	ところ
和布を使った小物作り		5月29日、6月5日、12日、19日、26日の水曜日 10時～12時 (全5回)	味のある和布の魅力を引き立たせた作品を作りましょう。マイバッグ、コースターなど実用的な小物を手縫いで4点作ります。 <b>講</b> 市古美紀子氏 <b>定</b> 10人	500円	新川公民館 ☎41-2103
				2,500円	
入門 スポーツウエルネス吹矢教室		5月11日、25日、6月8日、22日の土曜日 9時30分～11時30分 (全4回)	5m先の的をめがけて、自分の息を使って矢を放つスポーツです。吹矢の呼吸法を習得して健康保持に努め、楽しい練習をしましょう。 <b>講</b> 片山みゆき氏 <b>定</b> 12人	400円	中部公民館 ☎42-8266
				600円	
家庭でできるおいしいパンづくり		5月9日、16日、6月6日、13日、7月11日の木曜日 9時30分～12時30分 (全5回)	パン作りの基本を学び、家庭の食卓で楽しみましょう。 <b>講</b> パンの会 <b>定</b> 15人	500円	
				3,000円	
和室でリラックスストレッチ	赤ちゃんストレッチ	6月4日、18日の火曜日 10時～11時30分 (全2回)	和室でゆったり、ママのリラックスストレッチをします。赤ちゃんと一緒に参加できます。 <b>講</b> 杉浦秀美氏 <b>対</b> 1歳の誕生日までの子の母 <b>定</b> 6人	200円	大浜公民館 ☎42-1182
	土曜の夜にストレッチ	6月8日、15日の土曜日 18時～19時30分 (全2回)	寝る前のリラックスストレッチで心と体をほぐします。 <b>講</b> 杉浦秀美氏 <b>定</b> 10人	200円	
一級みそ製造技能士やまじょうさんの麴を使った料理教室		6月7日、14日、28日の金曜日 13時30分～15時 (全3回)	麴を使って塩麴・醤油麴、金山寺みそ、五平餅を作ります。麴は色々な料理に使えて栄養満点。毎回お持ち帰りあります。 <b>講</b> 山下利貞氏 <b>定</b> 16人	300円	
				3,000円	
からだにやさしいヨガ		7月6日、8月3日、9月7日の土曜日 10時30分～11時30分 (全3回)	ゆっくり動くヨガ体操によって、呼吸と心と身体を整えましょう。 <b>講</b> 榊原とし子氏 <b>定</b> 20人	300円	棚尾公民館 ☎41-0892
				—	
癒しの音色 竪琴を弾きましょう		5月9日、23日、30日の木曜日 13時30分～15時 (全3回)	「千と千尋の神隠し」の主題歌で使われた竪琴は腕の中に収まる楽器です。姿勢、構え方、弾き方から始め、簡単な曲を弾いてみましょう。 <b>講</b> 高原陽子氏 <b>定</b> 8人	300円	
				1,550円	
そば打ち教室		5月14日、28日、6月11日、25日、7月9日、23日の火曜日 9時30分～12時 (全6回)	日本の伝統食であるそばを自分で打ってみませんか？うどんやラーメンも扱いますので、麴好きの人はぜひ参加してください。 <b>講</b> 松井吉雄氏 <b>定</b> 10人	600円	鷺塚公民館 ☎48-5412
				4,800円	
落語教室		5月25日、6月15日、29日、7月13日、27日の土曜日 13時30分～15時30分 (全5回)	落語の基礎知識を学びつつ、実際に聞いて楽しむのが今回の教室です。ぜひ気軽に申し込んでください。 <b>講</b> お好味家喜楽 <b>定</b> 18人	500円	
				500円	
いつまでも自分の足で歩こう！ 棒体操教室		6月6日、13日、27日、7月4日、11日の木曜日 9時30分～11時 (全5回)	いつまでも元気に自分の足で歩くことができる生活を目指しませんか？階段の昇り降りがいつまでもできるような筋力づくりを一緒にしましょう！ <b>講</b> 佐藤恵美子氏 <b>定</b> 15人	500円	日進公民館 ☎48-2678
				—	
自分だけのオリジナルせっけん作り		6月2日、16日、30日の日曜日 9時30分～11時30分 (全3回)	自分だけのせっけんを作ってみませんか？お気に入りの写真を入れたせっけんを作ることできます。親子参加も大歓迎です。 <b>講</b> 藤井茉矢氏 <b>定</b> 20人	300円	
				3,000円	
盆踊りを楽しもう		5月18日、6月1日、15日、29日、7月13日の土曜日 13時30分～14時30分 (全5回)	碧南市に伝わる踊りの他、楽しく踊れる曲を習ってみませんか？盆踊り大会の主役になれますよ。希望者は浴衣の着付けも学べます。 <b>講</b> 原田まさ子氏 (葵之扇鈴) <b>定</b> 20人	500円	農業者 コミュニティー センター ☎42-5888
				—	