

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などで始まります。各会場ともバラエティに富んだ教室を用意しています。
余暇利用や技術習得に、是非お役立てください。

申込み 8月8日(土)8時30分より参加費、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。

各講座の定員は
先着順です。

ところ	教室名	内容	とき
新川公民館 ☎(41)2103	暮らしの書道	細筆を使い、生活に役立つ書道を参加者のレベルに合わせて学びます。自分の名前や住所を手始めに、年賀状を自筆で書くことが目標です。	9月3日、10日、17日、10月1日、8日、29日、11月12日、19日、12月10日の木曜日 14時30分～16時
中部公民館 ☎(42)8266	ヨガで健康づくり	むくみ解消体操・胃の調子を整える体操など、毎回、身体の一部に意識を向けた簡単体操を行い、呼吸に意識を向けたゆったりヨガで心をリラックスしていきます。	9月15日、29日、10月6日、20日、11月10日、17日、12月1日、15日の火曜日 9時30分～11時
大浜公民館 ☎(42)1182	ぴんしゃんウォーキング	背筋をぴんと伸ばし、気持ちをしゃんとして歩き方を学びましょう。どれだけ歩くかではなく、どう歩くかが大事です。歩きの質を高め健康的に若返りましょう。	9月11日、25日、10月9日、23日、11月13日の金曜日 9時30分～11時
	つくって遊ぼう 「親子で人形劇」	人形劇を観よう、自分で作ってみよう、人形劇をやってみよう。お子さんとの共同作業を楽しんでみませんか。大人のみの参加も大歓迎です。手作りの人形劇に興味をお持ちの人は是非、ご参加ください。	9月26日(土)、10月31日(土)、11月14日(土)、28日(土)、12月13日(日) 10時～11時30分
棚尾公民館 ☎(41)0892	ヒーリングサロン	「心のエステ」をしてみませんか。心と体はつながっています。心をほぐすと、体もほぐれます。心をリラックスさせるためにお越しください。	9月11日、25日、10月2日、16日、30日の金曜日 13時30分～15時
	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、誰にでもできるやさしいヨーガを始めてみませんか。	10月19日、26日、11月2日、16日、30日の月曜日 13時30分～14時45分
鷺塚公民館 ☎(48)5412	草花スケッチ ～ボタニカルアート入門～	道端や庭に咲く可れんな草花をスケッチし、色付けしてみませんか。草花を丁寧に観察して描くことで、新たな発見や楽しさ、豊かな時間を得られます。初心者も大歓迎です。	9月12日、19日、10月3日、10日、24日、11月7日、14日の土曜日 9時30分～11時30分
	秋の和菓子づくり 教室	おいしい和菓子を自分で作って楽しみませんか。秋の味覚を使った鬼まんじゅう、栗きんとん、栗まんじゅう、水ようかん、練り切りなどを作ります。	9月4日、10月2日、11月6日、12月4日の金曜日 9時30分～11時30分
日進公民館 ☎(48)2678	みんなで楽しく歌おう	懐かしい童謡、唱歌などを大きな声で歌うので、朗らかな気持ちになれます。歌の上手下手は関係ありません。心と身体、健康づくりのために、みんなで楽しく歌います。	9月29日、10月6日、20日、27日、11月10日の火曜日 13時30分～15時
農業者コミュニティセンター ☎(42)5888	目指せ美文字！ボールペン・筆ペン講座	手書きが必要となる場面で、きれいな字をサラサラと書けたらいいと思いませんか。生活のなかで役立つ実用的なボールペン・筆ペン講座です。年賀状にも最適です。	10月2日、16日、11月6日、20日、12月4日の金曜日 13時30分～15時

回数	講師	対象	定員	持ち物	参加費	教材費
9	奥谷邦広氏	一般	20人	書道用具一式、タオル、細筆	1,000円	500円
8	小野里香氏	一般	10人	動きやすい服装、タオル、飲み物、ヨガマット（バスタオルでも可）	1,000円	—
5	生田尚代氏	一般	15人	動きやすい服装、タオル、室内シューズ、飲み物	500円	—
5	おはなしキャラ パン たんぼぼ	親子 ※大人のみでも参加できます。	10組程度	筆記道具、はさみ、接着剤	500円	500円
5	加恵氏	一般	8人	筆記用具、雑誌	500円	300円
5	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	—
7	石川利也氏	一般	20人	水彩絵の具、絵筆、鉛筆、シャープペンシル(0.3mm芯が良い)、スケッチブック	1,000円	—
4	三島利三郎氏	一般	20人	エプロン、三角巾、持ち帰り用の容器	500円	2,000円
5	鈴木恵美氏	一般	40人	飲み物	500円	—
5	竹原景雲氏	一般	15人	ボールペン、筆ペン、サインペン	500円	—