

講座案内

共通事項 申し込みは先着順。ただし、申込開始時に定員を超えた場合は抽選(一色町公民館講座を除く)。代理人による申し込みはできませんが、原則1人(組)につき1人(組)の申し込みとなります。電話や郵送での申し込みは不可。申込者が少ないときは開講しない場合があります。
受講料 別途教材費(材料費)

室場ふれあいセンター 後期講座

対象 市内在住、在勤または在学の各講座に定める対象者

申込期間 9月22日(祝)午前9時～30日(日)午後9時。
 ただし、24日(月)・25日(火)を除く。
申込・問合せ先 受講料を持参の上、直接室場ふれあいセンター(☎52・4699)へ。

講座名	対象	日時など	内容	定員	費用	講師
アロマテラピーで心身共にリラックス	16歳以上の方	10月2日～11月20日の 毎回火曜日 全6回 午前10時～11時30分	生活に役立つアロマグッズを作ります	20人	受1,200円 教1回800円	稲葉裕子氏
メンズヨガ	16歳以上の男性	10月6日～12月1日の 毎回土曜日 全7回 午後1時30分～3時	呼吸と動作を合わせて、自己免疫力と筋力を高めます	15人	受1,400円	山本道代氏
ベビーとお母さんの体操	①3か月以上8か月未満のお子さんとその母親 ②8か月以上1歳未満のお子さんとその母親	10月19日～12月7日の 毎回金曜日 全7回 ①午前11時～11時50分 ②午前10時～10時50分	赤ちゃんと一緒にエクササイズやベビーマッサージをします	各10組	受1,400円	増尾照子氏
今夜のごちそうお持ち帰り	16歳以上の方	10月2日～12月18日の 毎回火曜日 全6回 午後1時30分～3時30分	晩ごはんのおかずとデザートを作ります	18人	受1,200円 教1回1,000円	新実まち子氏

米津ふれあいセンター 後期講座

対象 市内在住、在勤または在学の16歳以上の方
申込期間 9月20日(木)～10月3日(木) 午前9時～午

後9時。ただし、9月24日(月)・25日(火)、10月1日(月)を除く。
申込・問合せ先 費用を持参の上、直接米津ふれあいセンター(☎54・4593)へ。

講座名	日時など	内容	定員	費用	講師
初心者のためのウクレレ教室	10月12日～25年2月22日の 第2・4金曜日 全10回 午後2時～3時30分	ウクレレの基礎と演奏のテクニックを学びます。楽器のレンタルも行います(レンタル料1回100円)	10人	受2,000円	太田葉月氏
布草履作りをマスターしよう —ハンガーを使って—	10月16日～25年2月26日の 毎月2回火曜日 全10回 午前10時～正午	スチール製のハンガーを使って、布草履を編みます	10人	受2,000円 教1,000円	中川久美子氏

鶴城ふれあいセンター 後期講座

対象 16歳以上の方。市内在住、在勤または在学の方を優先
 ※バレエストレッチdeダイエットは18歳以上の女性。

申込期間 9月27日(木)午後7時～10月5日(金)午後9時。ただし、10月1日(月)を除く。
申込・問合せ先 費用を持参の上、直接鶴城ふれあいセンター(☎54・6565)へ。

講座名	日時など	内容	定員	費用	講師
西洋書道 ラテンカリグラフィー	10月12日～25年1月25日の隔週金曜日 全8回 午後7時～8時30分	ペンとインクを使って、独特な美しい書体を書くカリグラフィーを楽しく学びます	10人	受1,600円 教4,100円	外山敦子氏
バレエストレッチdeダイエット	10月13日～12月15日の毎週土曜日 全10回 午後7時～8時30分	バレエエクササイズで心と身体の筋肉をバランス良く鍛えて、若さを保ち、ダイエット効果を高めます	10人	受2,000円	加藤真由氏
楽しい水彩画	10月16日～12月11日の毎週火曜日 全8回 午後2時～4時	水彩画の基礎を学び、楽しく絵を描きます	10人	受1,600円 教1,000円	榊原宏之氏
マジック入門	10月17日～12月12日の隔週水曜日 全5回 午後7時～8時30分	誰でも簡単にできる手品を楽しく学びます	10人	受1,000円 教3,000円	吉田正敏氏

三和ふれあいセンター 後期講座

対象 16歳以上の方。市内在住または在勤の方を優先

申込期間 9月22日(祝)午前9時～28日(金)午後9時。
ただし、24日(月)・25日(火)を除く。

申込・問合せ 受講料を持参の上、直接三和ふれあいセンター (☎52・4698) へ。

講座名	日時など	内容	定員	費用	講師
ヨガでココロも体もリラックス	10月2日～25年1月22日の毎回火曜日 全8回 午後7時～8時30分	深い呼吸とともに体を動かし、心と体をほぐします	15人	受1,600円	近藤香代氏
土曜料理教室	10月6日～25年1月19日の毎回土曜日 全8回 午前10時～午後0時30分	和・洋・中から麺を使った家庭料理を楽しく学びます	20人	受1,600円 教1回800円	中村清子氏
楽しい大正琴!! 初級	10月11日～25年1月24日の毎回木曜日 全8回 午前10時～11時30分	大正琴を初歩から習います。楽器の貸し出しも行います	10人	受1,600円	杉浦明美氏
秋冬を彩る ガーデニング	10月12日(金)、11月9日(金)、12月14日(金)、 25年1月11日(金) 全4回 午後1時30分～3時30分	季節を彩る草花を使って、ガーデニングを楽しみます	15人	受800円 教1回3,000円程度	金澤圭子氏

ハツ面ふれあいセンター 後期講座

対象 16歳以上の方。市内在住、在勤または在学の方を優先

申込期間 9月22日(祝)午前10時～29日(土)午後9時。
ただし、24日(月)・25日(火)を除く。

申込・問合せ 受講料を持参の上、直接ハツ面ふれあいセンター (☎57・7776) へ。

講座名	日時など	内容	定員	費用	講師
暮らしの中の 花を楽しむ	10月5日～11月30日の隔週金曜日 全5回 午前10時～正午	季節に合わせたアレンジやギフトなどを作りながら、花の扱い方やアレンジの基礎を楽しく学びます	10人	受1,000円 教1回2,000円程度	しほなほ 首藤智代子氏

一色町公民館講座

対象 市内在住または在学の各講座に定める対象者
申込期間 9月21日(金)～30日(日) 午前9時～午後8時30分。ただし、24日(月)・25日(火)を除く。

申込・問合せ 費用を持参の上、直接一色町公民館 (☎72・3411) へ。先着順。

その他 「パン作り②」について、7月7日開催の「パン作り」を受講した方の申し込みはご遠慮ください。

講座名	対象	日時	内容	定員	費用	講師
子ども大学特別講座「パン作り②」	小・中学生。ただし、小学生は保護者同伴	10月13日(土) 午前9時30分～正午	手作りのパンとおやつを作ります	12人	受200円 教1人800円	なすあや 那須阿弥氏
子ども大学特別講座「やきもの作り」	小学生。ただし、小学1～3年生は保護者同伴	10月14日(日)、12月2日(日) 全2回 午前9時30分～11時30分	粘土で器や小物を作ります	15人	受400円 教600円	尾崎有隆氏

対象 市内在住、在勤または在学の16歳以上の方
申込期間 9月21日(金)午前9時～10月7日(日)午後8時30分。ただし、9月24日(月)・25日(火)、10月1日

(月)を除く。
申込・問合せ 費用を持参の上、直接一色町公民館 (☎72・3411) へ。先着順。

講座名	日時	集合場所	内容	定員	費用	講師
体験なんでも屋 「一色町内歴史散策」	10月21日(日) 午前9時30分～11時45分	赤羽別院 (一色町)	一色町赤羽・開正地区にある寺社や史跡などを見学します	16人	受200円 教100円	榊原稔氏

福地ふれあいセンター講座

対象 市内在住の55歳以上の方
申込期間 9月26日(水)午前10時～10月11日(木)午後9

時。ただし、10月1日(月)・9日(火)・10日(水)を除く。
申込・問合せ 受講料を持参の上、直接福地ふれあいセンター (☎54・8900) へ。

講座名	日時など	内容	定員	費用	講師
高齢者ITエクセル講座	10月17日～12月5日の毎週水曜日 全8回 午前10時～正午	表の作成や関数の使い方を中心に、グラフの挿入や家計簿の作成などを学びます	12人	受1,600円 教1,000円	黒野克典氏