公民館講座

前田公民館・阿仁公民館

前田公民館（前田公民館　☎84-8770）

新規　小物づくりと簡単クッキング

簡単な小物づくりやクッキングを楽しみながら、仲間づくりと心と体の健康を目指しませんか。（要材料費）

開催期間　６月～翌年２月
開催日時　第３木曜日　9:30～12:00
講師　森川征子さん　／　**定員**　15人

阿仁公民館（阿仁ふるさと文化センター　☎82-2220　FAX:82-2221）

新規　健康体操教室

簡単なストレッチや体操を行い「疲れ、コリ、痛み」に悩まない身体づくりを始めてみませんか。（無料）

開催期間　６月～12月
開催日時　第３水曜日 13:30～15:00
講師　西根千鶴さん　／　**定員**　20人

継続　ふるさと歴史散歩

阿仁地区及び近隣の名所、史跡を訪ね郷土の歴史と文化に触れてみませんか。（要保険料）

開催日　6/29(水)、7/29(金)、9/23(金)、10/21(金) ※詳細は随時お知らせ
講師　戸嶋 喬さん　／　**定員**　20人

継続　パッチワーク講座

パッチワークの基本的パターンの縫い方を覚えてみませんか。ゆっくり取り組みます。（要材料代）

開催期間　６月～翌年２月
開催日時　第２第４月曜日 13:30～15:30
講師　菊地洋子さん　／　**定員**　15人

継続　季節の料理教室

調理のコツを教わりながら旬の食材を利用しておいしい料理を作りませんか。（要材料代）

開催月　６月、７月、10月、12月
開催日時　第２金曜日 10:00～13:00
講師　斉藤イヨ子さん　／　**定員**　15人

▲郷土の歴史を学ぶ「ふるさと歴史散歩」（阿仁公民館）

★各講座の申込方法★

★募集期間　5月9日(月)～5月17日(火)

①希望講座　②氏名　③住所　④年齢　⑤電話番号を各公民館・コムコムまでお知らせください。

申込み多数の場合は抽選となります。（ただし、申込み期間内に定員に満たない場合は随時受付し、定員になり次第締め切ります）

抽選結果や詳細等については、後日申込者へ連絡します。材料代や保険料等は自己負担となります。

合川公民館・森吉公民館

合川公民館（合川農村環境改善センター　☎78-2114　FAX:78-2106）

新規　写真基礎教室

モノや風景の素敵な写真の撮り方を学んでみませんか。レンズ交換のできるカメラ持参（要材料代）

開催期間　６月～10月
開催日　第２火曜日 10:00～12:00
講師　コンドウダイスケさん／**定員** 15人

継続　楽しくおいしい家庭料理講座

地元食材を使ってさまざまな種類の料理を楽しく学んでみませんか（要材料代）

開催期間　６月～12月
開催日　第３水曜日 10:00～12:00
講師　五代儀則子さん　／　**定員**　15人

継続　楽しい編み物教室

好きな編み針を使って、オリジナルの季節作品を編み、楽しんでみませんか。（要材料代）

開催期間　６月～翌年２月
開催日　第２金曜日 10:00～15:00
講師　菊地洋子さん　／　**定員**　15人

新規　四季を楽しむ生け花講座

四季折々のお花で生け花やアレンジメントを楽しんでみませんか。（要材料代）

開催月　６月、７月、９月、12月、２月
開催日　第２水曜日 13:30～14:30/18:30～19:30
講師　山田綾子さん　／　**定員**　10人

継続　初心者向け陶芸教室

陶芸の初心者教室です。基礎を学んで、すてきな作品を作ってみませんか。（要材料代）

開催期間　６月～10月
開催日　第２第４土曜日 10:00～16:00
講師　湯瀬二美代さん　／　**定員**　10人

継続　初級パソコン講座

パソコンの基礎を学び、日々の生活を便利にしてみませんか。（無料）

開催期間　６月第２週～７月第１週
開催日　毎週土曜日 10:00～12:00
講師　田中俊生さん　／　**定員**　10人

森吉公民館（森吉コミュニティセンター　☎72-3259　FAX:72-3374）

継続　よくばり手づくり講座

手芸が好きな仲間たちと、楽しみながら小物を手作りしませんか。初心者歓迎。（要材料代）

開催期間　６月～翌年２月
開催日　第２火曜日 10:00～12:00
講師　菊地洋子さん　／　**定員**　20人

継続　薬膳料理教室Ⅱ

自分の体調に合わせた薬膳メニューを学びませんか。（材料費１回1500円程度）

開催日　６月～翌年２月（８月は休み）
時間　第２木曜日 10:00～13:00
講師　武田美知子さん　／　**定員**　16人

継続　素敵にエンジョイライフ

講演、見学、体験。仲間づくりで豊かな心を磨きます。（要保険料・材料代等）

開催期間　６月～翌年２月
開催日　月１回　平日 13:30～15:00
講師　内容によりかわります　／　**定員**　30人

継続　健康スポーツ講座

いろいろな軽スポーツを体験しながらみんなで健康に過ごしませんか。（要保険料）

開催期間　６月～翌年２月
開催日　第３火曜日 10:00～12:00
講師　クマゲラスポーツクラブほか／**定員**　20人

◀楽しく体を動かす「健康スポーツ講座」（森吉公民館）

体の中から健康になる「薬膳料理教室」▶