

## 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



小物づくりと簡単クッキング



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

### 新規 あに歴史街道

阿仁地区及び近隣の街道、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 7/21(金)、9/21(木)、10/26(木)、  
11/24(金) ※詳細は随時お知らせ  
講師 戸嶋 喬さん / 定員 20人



### 新規 和菓子作り講座

身近な材料と道具で初心者でも手軽に作れる和菓子を作ってみませんか。(要材料費)

開催期間 6月～10月  
開催日時 第1水曜日 10:00～13:00  
講師 三ヶ田咲江さん / 定員 15人



### 新規 楽しくソーイング

手芸が好きな仲間たちと、楽しみながら手作り小物を作ってみませんか。(要材料費)

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 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ましょう。(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



### 新規 ヘルシー栄養教室

栄養バランスのとれた食事、伝統を継承する食事を仲間と一緒に楽しく作ってみませんか。(要材料費)

開催期間 6月～12月  
開催日時 第2金曜日 10:00～13:00  
講師 亀谷恭子さん / 定員 15人



楽しくソーイング

## 大阿仁公民館 (申込みは阿仁公民館へ ☎82-2220 FAX:82-2221)

### 新規 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。初心者大歓迎です。(要材料費)

開催期間 6月～12月  
開催日時 第3月曜日 10:00～14:00  
講師 菊地洋子さん / 定員 10人



### 新規 育てて楽しむ花とお菓子づくり講座

春・夏は寄せ植えを楽しみ、秋にはお菓子作りで仲間と楽しく過ごしませんか。(要材料費)

開催期間 6月～10月  
開催日時 第4火曜日 13:30～14:30  
講師 加藤由美子さん / 定員 10人



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

### 新規 薬膳料理教室

健康のために中国薬膳の知識を、おいしく楽しく学んでみませんか。(材料費毎回1,500円程度)

開催期間 6月～翌年2月  
開催日時 第3木曜日 10:00～12:30  
講師 武田美知子さん  
定員 12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  
開催日時 第2第4土曜日 10:00～16:00  
講師 湯瀬二美代さん  
定員 10人



### 新規 アロマクラフト講座

好きな香りの精油を使って、生活を豊かに彩る素敵なグッズをつくりましょう。(材料費1,000円)

開催期間 6月～翌年2月  
開催日時 第3日曜日 10:00～12:00  
講師 森山亜矢さん  
定員 15人



### 新規 パソコン基礎講座

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)

開催日 6月3日、17日、  
7月1日、15日、29日 (すべて土曜日)

開催時間 10:00～12:00  
講師 田中俊生さん  
定員 10人



### 継続 四季を楽しむ生け花講座

四季折々のお花を楽しみながら、生け花を学んでみませんか。(材料代毎回1,000円程度)

開催期間 6月～翌年2月  
開催日時 第1水曜日 13:30～15:00  
講師 山田綾子さん  
定員 10人



パソコン基礎講座



初心者向け陶芸教室

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

### 新規 楽しい手編み講座

手芸が好きな仲間たちと、楽しみながら小物を作りましょう。初めての方も大歓迎。(要材料費)

開催期間 6月～翌年2月  
開催日時 第2火曜日 9:30～12:00  
講師 菊地洋子さん  
定員 30人



### 新規 いきいきスポーツ講座

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しょう。(要保険料)

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



### 新規 わくわくライフ講座

講演・見学・体験を通して仲間づくりで豊かな心を磨きましょう。(要保険料、材料費)

開催期間 6月～翌年2月  
開催日時 月1回平日 13:30～15:00  
講師 内容により変わります  
定員 30人



### 新規 楽しく歌おう講座

峠のシルバー5の生演奏で、昔なつかしい思い出の曲を、みんなで楽しく元気に歌いましょう。

開催期間 6月～翌年2月  
開催日時 月1回平日 10:00～12:00  
講師 峠のシルバー5の皆さん  
定員 30人

