

鷹巣地区公民館定期講座 ※ 地区の方はもちろん、地区以外の方も受講できます。

坊沢公民館(☎62-4729)

◆絵手紙講座【New】

ヘタがいい、ヘタでいい、絵がヘタでも大丈夫。心を伝えよう! (※絵道具は講師が準備します)

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第1月曜日 13時30分～15時30分

講師 高橋幹子さん(日本絵手紙協会講師)

定員 20人(教材費300円程度)

◆パークゴルフ入門講座

手軽で気楽にできるスポーツで、仲間づくり、健康づくりを楽しみましょう。

開催期間 6月～10月(8月休)

開催日時 第2・4水曜日 13時30分～15時30分

講師 藤島 稔さん

定員 20人



七日市公民館(☎66-2001)

◆ピンポン講座【New】

一緒に卓球を楽しみましょう。初心者大歓迎!

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第1水曜日 9時～12時

講師 岩本妙子さん

定員 15人



◆かんたん洋服づくり【New】

普段着など簡単に作れます。みんなで一緒に楽しみましょう。

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第1水曜日 9時30分～11時30分

講師 長岐ヒサ子さん

定員 15人



綴子公民館(☎62-1472)

◆あそんで たのしんで 生き生きライフ講座「体験コース」【New】

日常生活を豊かにし、楽しみながら学びましょう。

①コンテナ植栽②縄文を知ろう③紙飛行機を飛ばそう④マタギ探訪⑤救急救命と防災⑥ニュースポーツ体験⑦男の料理挑戦

開催期間 6月～12月

開催日時 第1日曜日 14時～16時

講師 毎回変わります

定員 20人(要材料費)

◆生き生きライフ講座「綴子の歴史コース」【New】

歴史に学び地域の活性化を考えてみませんか。

開催期間 6月～11月

開催日時 第3日曜日 14時～16時

講師 宮野明義さん

定員 20人



沢口公民館(☎62-4829)

◆パステル和(NAGOMI)アート

『簡単+キレイ+楽しく+優しくなれる』をモットーに、指で絵を描くアートに挑戦しましょう。

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第3水曜日 10時～11時30分

講師 吉田みどりさん

定員 10人(材料費1,000円)



◆健康体操沢口講座【New】

東洋医学を基本とした体操で自然治癒力を高め健康寿命を延ばしましょう。

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第3水曜日 19時～21時

講師 佐藤アヤ子さん

定員 20人

栄公民館(☎62-0744)

◆そば打ち講座 パートⅡ

匠の指導で美味しいそば打ち作りにチャレンジしましょう。

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第2金曜日 9時30分～12時

講師 若松康夫さん

定員 16人(材料費1,000円)

◆きりこ工房講座 パートⅡ

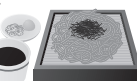
柔らかな木肌を活かした木工品作りを楽しみましょう。

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第4金曜日 10時～12時

講師 岩谷 裕さん

定員 15人(材料費300円)



七座公民館(☎67-2529)

◆趣味悠々講座(料理・手芸など)

季節に合わせて、広く趣味の発掘をしましょう。

開催期間 5月～翌年2月

開催日時 不定期 10時～12時

講師 毎回変わります

定員 15人(要材料費)



◆健康体操講座

音楽やリズムに合わせて体を動かし、健康増進に努めましょう。

開催期間 6月～11月

開催日時 第2土曜日 19時～21時

講師 松岡時子さん

定員 10人



◆募集期間

5月2日(月)～5月16日(月)

◆申込方法

①希望講座 ②氏名 ③住所 ④電話番号 を各施設までお知らせください。

※申込多数の場合は、抽選で受講者を決定します。

※抽選結果や講座の詳細等は、後日申込者へ連絡します。

※材料代等は自己負担となります。

◆その他

公開講座(短期講座)は、日時や内容が決まり次第、広報等でお知らせします。

お申込み・お問合せは、講座が開催される各施設へお願いします。

【お願い】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、「市民ふれあいプラザコムコム」および「各公民館」をご利用の際は、マスクの着用や手洗い、消毒、検温など、皆さまのご協力をお願いします。

市民ふれあいプラザコムコム(☎62-1130 FAX:62-1669)

◆大人の基礎英語【New】

英語を学び直す初心者向けの講座です。

楽しみながら英語の世界に触れてみませんか。

開催期間 6月～12月

開催日時 第1・3水曜日 19時～20時30分

講師 河田みほ子さん

定員 10人(テキスト代あり)



◆グッドライフ講座

健康づくり、創作、講話など、毎回違う体験を通して新たな学びを見つけてみませんか。

開催期間 6月～翌年2月までの隔月

開催日時 毎回変わります

講師 毎回変わります

定員 20人(要材料費等)

◆ゆる～りカラダづくり講座【New】

ストレッチ・足もみ・3B体操・ヨガなど、様々な面から健康にアプローチしましょう!

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第2火曜日 10時～11時30分

講師 毎回変わります

定員 15人



◆あぁ唱歌、童謡しちゃった♪

私たちの心のふるさとである唱歌や童謡ができた背景・秘密をひも解きながら、みんなで楽しく歌いましょう。

開催期間 6月～翌年2月

開催日時 第1金曜日 10時～12時

講師 三浦栄一さん

定員 20人

