


5 10月3日・11月7日・12月5日 木曜日
9:30 ~ 15:30 《全3回》 **美和**

歴史「徳川光圀 関連地に行く」

近隣の史跡や関連地を巡り、身近な歴史を探究しながら知識を深めることのできる講座です。
後期は、「徳川光圀」について資料学習後「自ら歩いて見て学ぶ」現地視察に出かけます。

- 講師 木村宏 先生
- 費用 なし(昼食代金自己負担)
- 場所 美和工芸ふれあいセンター集合
- 定員 20名




6 10月16日・11月6日・11月27日 水曜日
13:30 ~ 16:00 《全3回》 **美和**

和菓子職人のわざを学ぼう

炭酸饅頭や柚子の甘煮、お赤飯など身近な食べ物の基本の作り方を学びます。柚子の活用法や冷めても硬くならないお赤飯の作り方や豆の煮方など、本にはないプロの技法をふだんの料理に生かします。

- 講師 堀江智人 先生
- 費用 材料費 1回1,000円程度
- 場所 美和工芸ふれあいセンター調理室
- 定員 8名




7 10月15日・11月19日 火曜日
12月17日・1月21日
9:30 ~ 12:30 《全4回》 **緒川**

**シンプルなパンと
ナチュラルなお菓子作り (応用)**

パン生地の扱いに少し慣れたら、ちょっとしたアレンジで色々なパンが作れます。季節やシーンに合わせて手作りを楽しみながら、レポートリーを増やしましょう。シナモンロールやシュトーレンも予定しています。

- 講師 島宏子 先生
- 費用 材料費 1回1,000~1,500円
- 場所 緒川総合センター調理室
- 定員 15名




8 10月4日・11月1日・12月6日 金曜日
10:00 ~ 11:30 《全3回》 **御前山**

スクエアステップ

スポーツ医学や健康体力学、老年体力学を専門とする国立大学法人の教員が連携して開発した、科学的根拠に基づくエクササイズで、高齢者の介護予防をはじめ、あらゆる年齢層の体力づくりに最適です。

- 講師 佐藤正子 先生
- 費用 なし
- 場所 御前山市民センター大集会室
- 定員 20名



申込・問 大宮公民館 ☎52-0673 FAX 53-6807
 om-kouminkan@city.hitachiomiya.lg.jp
 山方公民館 ☎57-2903 FAX 57-3990
 美和公民館 ☎58-2142 FAX 58-2817
 緒川公民館 ☎56-5111 FAX 56-5112
 御前山公民館 ☎55-2116 FAX 55-2771

..... き り と り (FAXの場合はきりとり不要)

令和元年度公民館講座受講申込書

令和元年 月 日

ふりがな			生 年 月 日
氏 名	男 ・ 女		昭和 平成 年 月 日
住 所	〒		自宅電話
在勤・在学の方 勤務先名又は学校名			携帯電話
希望する 講座名	No.		

※申込書1枚で、一人1講座の申し込みになります。 ※本申込書の個人情報については、目的以外には一切使用しません。