

13 6月～3月 第2金曜日
14:00～15:30 《全10回》 **通年**

つまみ細工と和小物

着物地を使って、和の小物を作ります。また、クリスマス・お正月など季節にあわせた華やかなリースを作ります。



- 講師 道上美智子 先生
- 費用 材料費 5,000円
- 場所 山方公民館 中会議室
- 定員 10名

14 6月1日・15日・29日 火曜日
13:30～15:00 《全3回》 **前期**

和紙と柿渋で楽しい大人の工作

カゴに和紙を張って柿渋を塗る一閑張り。日本の伝統工芸でもある古くからの技法を使って、今の生活に使えるものを作ります。



- 講師 篠田康予 先生
- 費用 材料費 2,000円
- 場所 山方公民館 中会議室
- 定員 8名

15 6月8日・22日・7月13日 火曜日
10:00～11:30 《全3回》 **前期**

歩く脳トレ運動!スクエアステップ

筑波大学の太田倫博先生が考案したスクエアステップで体力をつけ認知症予防につとめましょう。生活に張りりと交友関係をもち、楽しみながら体力作り仲間作りをしませんか?



- 講師 平澤秀子 先生
- 費用 なし
- 場所 山方公民館 体育館
- 定員 20名

No.13 つまみ細工と和小物



No.18 ゴルフ教室



美和公民館

16 7月～12月 第4水曜日
9:30～12:00 《全6回》
※9月は29日、12月は15日に実施 **通年**

初めての蕎麦打ち

専用の道具がそろった北斗星「体験棟」で蕎麦打ちの基礎を学びます。楽しみながら上達を目指します。



- 講師 河野安代孜 先生
- 費用 材料費1回700円程度
- 場所 道の駅みわ ふるさと館 北斗星「体験棟」
- 定員 10名

17 6月～10月 第1・3金曜日
13:30～15:30 《全10回》 **通年**

初めてのエコクラフト

リサイクル素材の紙バンドから実用性のあるおしゃでかわい雑貨を作るハンドメイド講座。基本の編み方で3作品を完成させます。



- 講師 海老原初美 先生
- 費用 材料費1作品1,000円程度
- 場所 美和工芸ふれあいセンター
- 定員 10名

18 5月～6月 毎週木曜日
19:00～20:30 《全6回》
※5月20日休講 **通年**

ゴルフ教室

コースでスコアが伸びないと悩んでいる方、プロの指導を受けてみませんか。練習場で打ち方のフォーム指導が受けられます。(1年以上コースに出ている方は問合せください。)



- 講師 関矢俊史 先生
- 費用 練習球 45球/350円
- 場所 ロックヒルゴルフクラブ練習場
- 定員 10名 (直近3ラウンドのスコアを提出できる方対象)

19 5月～11月 第2・4月曜日
13:30～15:30 《全12回》
※5月24日開講 8月9日休講 **通年**

美しいぬり絵の世界

脳の活性化や自律神経を整えリラックス効果が期待できるという「大人のぬり絵」。ぬる楽しさをくわえて魅せる喜びを学びましょう。



- 講師 岩淵幸子 先生
- 費用 教材費 1,200円程度 (初回のみ)
- 場所 美和工芸ふれあいセンター
- 定員 10名

20 5月27日、6月10・24日 木曜日
9:30～11:30 《全3回》 **前期**

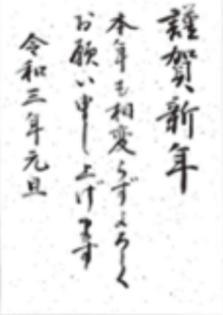
郷土史を探る

古代、緒川村那賀上台の「皇都」の地に那賀国造が住したと伝えられています。緒川村史を読み進めながら緒川地域の古代から近世の歴史をたどりま。



- 講師 野内正美 先生
- 費用 なし
- 場所 美和工芸ふれあいセンター
- 定員 10名

No.21 書道
～美文字を書こう～



No.33 ポスチャー
ウォーキング



緒川公民館

21 5月～10月 第2・4火曜日
13:30～15:30 《全8回》
※5月は18日 ※8月休講 **通年**

書道 ～美文字を書こう～

書にふれる機会が減った今だからこそ、改めて「美文字」が見直されてきています。筆で美文字を習得し、のし袋や年賀状などに、自信をもって筆で書いてみませんか。筆を持つ心地よさと、文字を書くというシンプルで楽しい表現をぜひ体験してみましょう。

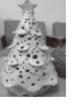


- 講師 三村龍鐸 先生
- 費用 なし (書道用具は各自持参)
- 場所 緒川総合センター 創作室
- 定員 10名

22 5月～10月 第2・4木曜日
9:00～12:00 《全8回》
※5月は27日 ※8月休講 **通年**

基礎から学ぶ陶芸

この講座は、陶芸をはじめてやる方でも安心して受講することができます。まず手びねりによる作品づくりを通して基本的な成形技法を学びましょう。また、自由に作品づくりをしたい方や、電動ロクロを用いた新しい技術を学習したい方も、作品の幅を広げることができます。



- 講師 藤田義久 先生
- 費用 材料費 粘土代2kgにつき300円
- 場所 緒川陶芸工房 (やすらぎ荘北側)
- 定員 15名

23 5月～2月 第3水曜日
9:30～11:30 《全8回》
※8・1月休講 **通年**

花で暮らしに彩り講座～花と葉っぱのコーディネート～

季節ごとの花苗や枝物・葉物・観葉植物などを使った寄せ植え、ハンギングバスケット、アレンジメントやスワッグ作りなどを行います。クリスマスやお正月、ひな祭りなど、花と葉で暮らしを素敵に彩り、楽しみましょう。



- 講師 檜座直子 先生
- 費用 材料費1回1,500～4,000円程度
- 場所 緒川総合センター 創作室・屋外
- 定員 15名

24 5月～2月 第3金曜日
9:30～11:30 《全6回》
※7・8・11・1月休講 **通年**

ニホンミツバチを知ろう

自然環境の変化によって、貴重なニホンミツバチが激減しています。この講座は、ニホンミツバチに興味がある、飼ってみたい、飼っているがよくわからないという方への講義と実習です。ミツバチの生態や採蜜などの飼育基礎学習の他、ミツロウハンドクリーム作りも予定しています。



- 講師 町井久夫 先生
- 費用 保険代、材料費など600円程度 (面布・手袋などは実費)
- 場所 緒川総合センター 会議室・屋外
- 定員 20名

25 6月～2月 第2・4水曜日 《全10回》 **通年**

①午前の部 9:00～11:30
②午後の部 13:30～16:00

竹細工～先人の知恵を学ぼう～

この講座では、竹を竹林から切り出しドラム缶で煮て油抜きをし、ナタや銃(せん)を使って、竹割りと竹ひご作りから学ぶことで、竹細工の全工程が学べます。竹ひごができたなら、くもの巣編みなどを用いた作品作りに挑戦しましょう。※申込書に希望の時間帯①、②のいずれかをご記入ください。



- 講師 根本一行 先生
- 費用 ニス代500円
- 場所 御前山文化伝習センター他
- 定員 各10名

26 6月～8月 第4火曜日
9:30～12:30 《全4回》
※6月は1日・22日 **前期**

シンプルなパンとナチュラルなお菓子作り

家庭で作りやすいように、わかりやすくヘルシーなレシピでパン作りを楽しみましょう。何度も作りたくなるナチュラルなお菓子も覚えましょう。前期講座では「スコーン&ビスケット」、「フォカッチャ」、「シナモンロール」、「バケット」の予定です。



- 講師 島 宏子 先生
- 費用 材料費1回1,000円程度
- 場所 緒川総合センター 調理室
- 定員 16名