

令和3年度 公民館定期講座受講生募集

- 1 受講対象 市内に在住または在勤・在学の方(受講者を限定している講座があります)
- 2 申込期間 **3月23日(火)～4月13日(火)**(土・日・祝日は除く)受付時間/9:00～17:00
- 3 申込方法 申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください(すべての公民館で申し込み可能)。
- 4 そ の 他
 - 各公民館、窓口・FAX・郵便(当日消印有効)で受け付けます(大宮公民館のみEメールでの受付可能)。
電話での受付は行いません。大宮公民館では、土・日曜日の受付は行いますが、月曜日および祝日は除きます。
 - 初心者および受講経験3年以内(3回以内)の方を対象とします。先着順ではありません。
 - 定員を超えた場合は、原則として初心者の方を優先して抽選とさせていただきます。
 - 応募者が定員に満たないときは、開講しない場合や期限を過ぎても受け付ける場合があります。
 - 受講料は無料ですが、教材費・材料費等を負担していただく講座もあります。
 - 開講等の案内は、応募者全員に後日通知します。
 - 広報等に講座の写真を掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。
 - 各講座とも新型コロナウイルスの感染予防対策を講じて開講しますが、新型コロナウイルスの感染状況により、講座の開講を延期または中止にしたり、内容を変更したりする場合があります。

大宮公民館

1 5月～1月 第2・5火曜日
13:00～15:30《全10回》
※8月休講

つるし雛

1回で2～4個のつるし雛を作り、10回の講座で1つの作品を完成させます。できあがったつるし雛はインスタ映えする作品になることまちがいなしです。
経験に合わせた指導が受けられ、初心者でも安心です。

●講師 木村喜美江 先生
●費用 材料費1回1,000～4,000円
●場所 大宮公民館 小会議室
●定員 8名



3 6月～2月 第1土曜日
10:00～11:30《全8回》
※1月休講

声の出し方を学びましょう〈女性限定〉

声楽入門のテキストを使って発声法(腹式呼吸)を基礎から学びます。声を出すための体操もするので、動きやすい服装でご参加ください。
初心者の方を中心に募集します。

●講師 茅根順子 先生
●費用 テキスト代1,000円程度
●場所 大宮公民館 大ホール
●定員 15名



5 5月～11月 第2火曜日
13:30～15:30《全6回》
※8月休講

ハーブ ～生活を彩るABC～

ハーブを使った料理作り(お菓子作りも)を中心に、野外研修やクラフトなどを行います。ハーブのもつ様々な魅力とその活用術を体験しましょう!ハーブの香りに癒されつつ、日々の生活に潤いを与えるヒントを学ぶ講座です。

●講師 常松典子 先生
●費用 材料費1回1,000～2,500円程度
●場所 おおみやコミュニティセンター他
●定員 10名



2 5月～10月 第1・3木曜日
9:30～11:30《全12回》

バードカービング～ルリビタキを作ろう～

アメリカで始まった愛らしい野鳥の姿をそのまま木彫りで表現します。道具・工具の使い方から着色の仕方を学習し、12回で一つの作品を作ります。やわらかい木を使うので、どなたでも参加いただけます。

●講師 渡邊敏治 先生
●費用 材料費3,500円(2羽分)
●場所 大宮公民館 講座室
●定員 10名



4 6月～11月 第2・4木曜日
9:30～11:30《全12回》
※7月は8・29日 9月は9・30日

リフレッシュ体操

体の緊張をほぐし温めて疲れと痛みをやわらげたり、筋力をアップして関節を柔らかくし、健康維持につなげたりする体操を行います。身体をリフレッシュさせ、元気に毎日を過ごせるようにしませんか。

●講師 大畑千恵子 先生
●費用 なし
●場所 大宮公民館 大ホール
●定員 25名



6 5月～12月 第1・3金曜日
19:00～21:00《全12回》
※8月休講

弾いて楽しくウクレレ入門

ウクレレは、どのジャンルにも合わせることができ、音色にも癒されます。そんなウクレレと一緒に弾いてみませんか?初心者の方向けの講座です。
※ウクレレは各自ご持参ください。お持ちでない方は、講師に相談の上、用意してください。

●講師 坂井 潔 先生
●費用 楽器代(ウクレレをお持ちでない方)
●場所 大宮公民館 講座室
●定員 10名



7 6月2・9・16・23日 水曜日
10:00～12:00《全4回》

茶の湯入門
～テーブル茶でおもてなしを～

健康にも良いといわれる抹茶を喫し、相手にもふるまうための簡単なお点前とおもてなしの心を学びます。日本の伝統文化である茶の湯ですが、気軽に日々の生活に取り入れることができます。

●講師 菊池宗千 先生
●費用 材料費1回500円程度
●場所 おおみやコミュニティセンター
●定員 6名



8 6月23・30日・7月7・14日 水曜日
9:30～11:30《全4回》

初めてのスマートフォン!

スマートフォンに換えたものの、何ができるのか、使い方がわからないというようなことはありませんか?この講座では、スマートフォンならではの便利な機能や活用術(特にLINE)を学びます。お友達やお孫さんとのコミュニケーションもバッチリです。

●講師 (株)アプシリエイト
●費用 資料代1,000円程度
●場所 大宮公民館 講座室
●定員 10名



No.1 つるし雛



No.8 初めてのスマートフォン

受講の際は、事前の検温
やマスクの着用、手指の消毒
にご協力をお願いします。



山方公民館

9 6月～12月 第2・4木曜日
10:30～11:30《全12回》

心と体をスッキリ!断捨離ストレッチ

タイヨガでゆっくり身体をほぐし、呼吸法なども優しく指導してくれます。初心者の方や運動の苦手な方でも安心して参加できます。

●講師 井上雅子 先生
●費用 なし
●場所 山方公民館 和室
●定員 15名



10 6月～3月 第1火曜日
10:00～13:00《全12回》

基礎から学ぶ手ごねパンとお菓子

自宅に帰りいつでも気軽にパンが焼けるように、生地作りのコツを教えてください。初心者でも大丈夫。先生が丁寧に指導してくれ、グループで楽しくお菓子&軽食を作れます。

●講師 田中千代美 先生
●費用 材料費 5,000円(10回分)
●場所 山方公民館 調理室
●定員 16名



11 6月～10月 第1・3火曜日
10:00～11:30《全10回》

みんなで歌おう

発声の基礎や曲の背景等を学習しながら、ハーモニの響きを味わい、楽しく歌う講座です。
多くの方の参加をお待ちしております。ぜひお友達を誘ってご応募ください。

●講師 大串理恵子 先生
●費用 なし
●場所 山方公民館 大会議室
●定員 20名



12 6月～12月 第1・3水曜日
9:30～12:00《全10回》
※8月休講

伝えよう郷土料理～ふるさとの味と絆～

失われつつある郷土食を掘り起こし、テーマを決め昔ながらの味を再現します。昔を思い出し、各家庭での味や子どもの頃の時代背景を振り返りながらグループで楽しく調理します。

●講師 根本紀子 先生
●費用 材料費 3,000円(10回分)
●場所 山方公民館 調理室
●定員 20名

