

令和6年度 公民館定期講座【後期】受講生募集

- 受講対象 市内に在住または在勤・在学の方で、原則として受講経験3年以内(3回以内)の方。
 - 受講料 無料。講座により材料費がかかります。
 - 申込方法 ・中央公民館または各地域センター窓口(中央公民館は、土・日の受付可。月・祝日は不可。)
・申込フォーム
※電話受付不可
 - 申込期限 8月23日(金)17:00
 - その他 ・各講座定員を超えた場合は、初心者の方を優先に抽選とします。
・定員に満たないときは、開講しない場合や申込期限を延長する場合があります。
・市内全地域の複数の講座に申し込みができます。
・開講等の案内は、申込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。
- ※講座の詳細は、中央公民館や各地域センターの窓口にお問い合わせください。



▲申込フォーム

No.	講座名	講座内容	開催日時	場所	定員	教材費
1	花咲くパステルアート	誰でも簡単に描ける豊かな色彩アートです。クリスマスカードや年賀状などのメッセージアートに挑戦します。 【講師】渡辺 佐知子	10/5、11/2、12/7 土曜(3回) 10:00～12:00	中央公民館 会議室1	8名	材料費 1,500円 程度 (全3回分)
2	初めてのスマートフォン	スマートフォンの便利な機能や活用術を学びます。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】ドコモショップ常陸大宮	10/9・16・23・30 水曜(4回) 9:30～11:30	中央公民館 会議室1・2	10名	なし
3	リフレッシュ体操	ストレッチ、有酸素運動により身体を知り、関節や柔軟な動きを可能にし、筋力低下を防ぐ意識を身に付けます。 【講師】大畑 千恵子	10月～3月 第2・4木曜日 (11回) 9:30～11:30	中央公民館 大ホール	25名	なし
4	心と体をスッキリ! 断捨離ストレッチ	簡単なポーズでゆっくり体と心を整えます。自律神経のバランスが整うので、免疫力アップに繋がります。 【講師】井上 雅子	10月～3月 第2・4木曜日 (12回) 10:00～11:00	緒川地域センター 和室	15名	なし
5	和菓子職人のわざを学ぼう	冷めても硬くならないお赤飯の作り方、小豆の煮方、餡子の作り方など、本にはないプロの技法を学びます。 【講師】堀江 智人	10/23、11/6・20 水曜(3回) 13:30～16:00	美和地域センター 別館 調理室	10名	材料費1回 1,000円 程度
6	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	10/10・24、11/14・28、12/12 木曜(5回) 9:30～12:00	道の駅みわ「北斗星」	12名	材料費1回 800円 程度
7	季節のクラフト	毎回、様々なクラフトを作ります。リンゴのモビールや和紙の行灯など、皆さんで大人の工作を楽しみましょう。 【講師】矢島 千加	10/1、11/19、12/17、1/21 火曜(4回) 13:30～15:00	緒川地域センター 小会議室1	6名	材料費 3,300円 程度 (全4回分)