



# 確かな夢があれば

公民館事業のご案内 ☎77-0066  
FAX77-3938

# は楽しい

公民館では、今年度もさまざまな講座やイベントを開催します。軽やかに、ゆったりと学んで自分を磨いてみませんか。講座の受講料は無料です。

## 1 公民館講座

- 受講対象者** 芝山町在住・在勤者
- 期間** 5月～翌年3月(変更あり)
- 受講料** 無料  
(教材費などは自己負担)
- 申込締切り** 4月24日(金)

### 大人のリフレッシュ タイム! 3B体操

15人程度 第4金曜日 午前10時～正午

ボール・ベル・ベルトという手具を使用します。  
音楽に合わせて身体を動かし、リフレッシュしましょう。

講師 岩瀬 美津江 (いわせ みつえ)  
◎公益社団法人日本3B体操協会 指導者

### ピアストレッチ教室

15人程度 第3木曜日 午後1時30分～3時

みんなで楽しく身体を動かし、生き甲斐を持ってこれからもずっと元気に暮らしましょう。

講師 木村 雪子 (きむら ゆきこ)  
◎ピアダンス研究会インストラクター  
※資格をとってから20年ぐらい活動をしています。

# 運動

### 福を招く! 吉祥花文字

10人程度 第1水曜日  
午後1時30分～3時30分

龍や鳥などの絵柄を文字に組み入れて、縁起のよい花文字を書きます。(題字「人生」参照)

講師 川南 昭子 (かわみなみ しょうこ)  
◎日本花文字の会 作家・講師

### 墨彩画教室

15人程度 第2土曜日  
午前10時～正午

水墨画の技法をもとに、仕上げに水彩絵の具で着色する絵のことです。基本技法を身につけ、身近な風景や静物を描いていきます。

講師 杉本 明美 (すぎもと あけみ)  
◎アジア太平洋水墨画協会展準大賞受賞外  
多数受賞あり。

### たのしい趣味の会

10人程度 隔月第1火曜日  
午前10時～正午

6月からの偶数月に開催する5回コースです。「染物体験」などさまざまな体験を企画していますので、お楽しみに!



▲町文化祭に出展された墨彩画の作品

# 技術

### 初心者からのソーイング

8人程度 第2金曜日 午前9時30分～正午

ハンドメイドに興味がある! ミシン経験がないけどやってみたい! そんな若い方でも簡単に作れる小物などをかわいい布で作ります。

### レベルアップのソーイング

8人程度 第2金曜日 午後1時30分～4時

職業ミシンやロックミシンを使い、バックや簡単な洋服を作ります。昨年度から継続の方や、多少ミシンに慣れている方がレベルアップに挑戦する内容です。

講師 藤永 歌織 (ふじなが かおり) ◎文化服装学院卒 tukurite ソーイング教室運営  
(カフェや雑貨屋、子育て支援センターなどでレッスンをしています)



### テーブル茶道

8人程度 第1土曜日 午前10時～正午

正座をせずに、テーブルで簡単に茶道の作法が学べます。季節のお菓子と厳選した抹茶を楽しみながら、実際にお茶をたててみましょう！



講師 大木 純子 (おおき じゅんこ)  
◎一般社団法人日本テーブル茶道協会  
認定インストラクター

### おもしろ世界遺産

15人程度 午後1時30分～3時

世界遺産の本当の意味を知れば、旅の面白さは倍増し、現地でも相互理解の一助になります。前半は5月22日・29日、6月12日、7月10日・17日の金曜日 ※後半6回の日程は未定です。



講師 片岡 英夫 (かたおか ひでお)  
◎世界遺産検定マイスター合格者、地理検定  
で通算20回以上日本一、初代海外旅行地  
理名誉博士

# 知識

### 楽しい家庭菜園

10人程度 第2火曜日 午前10時～正午

講義と実践を交えて家庭菜園を楽しく学びましょう。食は命の源。自家製の野菜づくりに挑戦。



講師 伊藤 千里 (いとう ちさと)  
◎野菜ソムリエ  
趣味の園芸 (野菜・花・果樹) 実践  
元 千葉県職員 (農業改良普及員・野菜担当)

### 暮らしのアロマ教室

8人程度 第3金曜日 午前10時～正午

季節に合わせた暮らしに役立つアロマグッズを作りながら香りに癒され、楽しくアロマを学びましょう。



講師 芹山 加代子 (せりやま かよこ)  
◎英国ITEC認定アロマセラピスト  
日本園芸協会ハーブコーディネーター  
自宅サロンや近隣市町村を中心に子育て支援センターなどで、アロマセラピー、クラフトを教えています。



▲声を合わせてみんなで合唱 (生き甲斐学級「演芸会」)

## 2

### 楽しく学ぶ 生き甲斐学級

昨年度は55人の学級生が参加して、演芸会や研修旅行などを行いました。今年度も同じ時間を一緒に楽しむ仲間を募集します。

■対象者 60歳以上の男女

■開催日 月1回 (5月～翌年3月)

■年会費 2,000円

■申込み 4月24日(金)までに中

央公民館までご連絡ください。  
(月曜日、祝日を除く)