

— 仲間と交流しながら楽しく学んでみませんか —

「公民館講座」

受講生大募集

☎ 中央公民館
☎ 77-0066

New やさしいベンガラ染め

ベンガラという自然の染料を使い、板締め絞りや型染めなどの技法で染め物を楽しみましょう。

期間 5月～3月

開催日 第4木曜日

時間 午前10時～正午

定員 8人程度

講師 松田 弥生



New はじめての英会話

簡単なあいさつからはじめます。初めての方もリラックスして英会話を楽しみましょう。

期間 5月～3月

開催日 第2金曜日

時間 午前10時～11時30分

定員 12人程度

講師 朝日 真由子

— 公民館講座は「仲間づくり」と「自分磨き」の場です —

- 受講対象者 芝山町在住・在勤の方（状況により途中参加も可能）
- 受講料 無料（材料費や教材費などは自己負担）
- 申込み 4月22日(金)までに中央公民館にご連絡ください。
※月曜日・祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分まで

New 楽しい己書(オノレシヨ)

「己書」とは、筆ペンで絵を描くように文字を描く書です。最初は文字から楽しみ、慣れたら絵と書の内容を描いてみましょう。

期間 5月～3月

開催日 第3土曜日

時間 午後1時30分～3時30分

定員 10人程度

講師 大竹 範幸（己書公認 道場師範）



New 片づけ初級講座

どこから片づけていいのかわからない、片づけの基本ルールを知りたいという方に向けた講座です。

期間 5月～7月

開催日 第4土曜日

時間 午前10時～11時30分

定員 8人

講師 萩原 ちさと（整理収納アドバイザー）

かんたん♪一閑張り

「一閑張り」とは、竹かごに和紙や布を貼り、柿渋を重ね塗りした日本の伝統工芸品です。小物からバックまで簡単に楽しく作ってみましょう。

期間 5月～3月
開催日 第3日曜日
時間 午前10時～正午
定員 10人程度
講師 大木 純子（自然との調和の知恵を伝えるセラピスト）



アルファビクス

「アルファビクス」とは、ゴムバンドを使った誰でもやさしくできるヨガです。肩こり・腰痛・成人病の予防・ストレス解消などさまざまな効果があります。

期間 5月～3月
開催日 第3金曜日
時間 午前10時～11時30分
定員 15人程度
講師 小高 公美世
 （アルファビクスインストラクター）

福を招く！吉祥花文字

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いてみましょう。

期間 5月～3月
開催日 第1水曜日
 ※初回は5月11日(水)となります。
時間 午後1時30分～3時30分
定員 10人程度
講師 川南 昭子
 （日本花文字の会 作家・講師）



生き甲斐学級の生徒を大募集！

☎ 中央公民館 ☎77-0066

「生き甲斐学級」では、お楽しみ会や運動会、研修旅行などを行っています。今年度もみんなで企画し一緒に楽しむ仲間を募集しています。

- 対象者 60歳以上の男女
- 開催日 5月～3月(月1回)
- 年会費 2,000円
- 申込み 4月22日(金)までに中央公民館にご連絡ください。
 ※月曜日・祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分まで



おもしろ世界遺産

世界遺産の本当の意味を知れば旅のおもしろさは倍増し、現地でも相互理解の一助になります。世界遺産を楽しく学びましょう。

期間 5月～3月
開催日 5月20日(金)、
 6月17日(金)、7月15日(金)、
 8月12日(金)、9月9日(金)
 ※後半6回の日程は未定です。
時間 午後1時30分～3時
定員 12人程度
講師 片岡 英夫
 （世界遺産検定マイスター）



楽しい家庭菜園

「家庭菜園で健康で楽しい人生」。プランターや庭先のスペースを使って野菜などを育ててみましょう。講義と実践を交えて楽しく学びます。

期間 5月～3月
開催日 第2火曜日
時間 午前10時～正午
定員 10人程度
講師 伊藤 千里（野菜ソムリエ）