



### 楽しい己書

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んで、慣れたら絵と書の作品を描いてみましょう。

期間 5月から3月  
 開催日 第3土曜日(初回5月18日(土))  
 時間 午後1時30分～3時30分  
 定員 10人程度  
 講師 大竹 範幸



### はじめての英会話

英語で簡単なあいさつからはじめましょう!はじめての方、久しぶりの方もリラックスして英会話を楽しみましょう。

期間 5月から3月  
 開催日 第2金曜日(初回5月10日(金))  
 時間 午前10時～11時30分  
 定員 12人程度  
 講師 朝日 真由子



### 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優しくできるヨガです。体調をととのえたり、ストレス解消などにもおすすめです。

期間 5月から3月  
 開催日 第3金曜日(初回5月17日(金))  
 時間 午前10時～11時30分  
 定員 10人程度  
 講師 小高 公美世



### 楽しく学ぶ家庭菜園教室

“家庭菜園で健康・楽しい人生”プランターや庭先のスペースを使って、野菜等を育ててみましょう。講義と実践を交えて楽しく学びましょう。

期間 5月から3月  
 開催日 第2火曜日(初回5月14日(火))  
 時間 午前10時～正午  
 定員 10人程度  
 講師 伊藤 千里



### パッチワークキルト(新規)

縦・横が約20cmサイズのパッチワークキルトに挑戦してみませんか。アップリケワークを中央に、素敵な作品を楽しみながら作ってみましょう。

期間 5月  
 開催日 5月18日(土)、25日(土)※2回連続参加で作品完成  
 時間 10時～正午  
 定員 10人程度  
 講師 一木 みどり

## 令和6年度公民館講座 受講生大募集!!

問 中央公民館 ☎ 77-0066

公民館講座は、「仲間づくり」と「自分磨き」の場です。  
 仲間と楽しく学んでみませんか? ※状況により年度途中からの参加も可能です。

【受講対象者】 芝山町在住・在勤者【開催場所】 芝山町中央公民館  
 【受講料】 無料 ※材料費や教材費は自己負担となります。  
 【申込み方法】 中央公民館までご連絡ください。  
 【申込み締切り】 4月20日(土)まで

### つまみ細工(新規)

伝統のちりめんなどの布を正方形に切って、つまんでお花をつくります。初めての方でも大丈夫!皆で楽しいひとときを過ごしましょう。

期間 5月から3月  
 開催日 第2火曜日(初回5月14日(火))  
 時間 午後1時30分～3時30分  
 定員 10人程度  
 講師 山崎 千恵子



### チョークアート(新規)

黒紙に専用のチョークを使って、飲食店の看板などに使われる手法「チョークアート」で描きます。季節の花やおいしそうな食べ物を描いてみませんか?

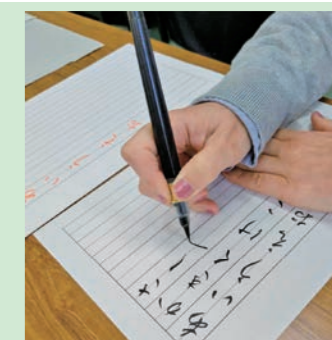
期間 5月から3月  
 開催日 第2水曜日(初回5月8日(水))  
 時間 午前10時～正午  
 定員 10人程度  
 講師 すずき らな



### 実用書道(新規)

筆ペンや筆で金封・のし・ハガキの練習をします。美文字を書いてみましょう。

期間 5月から3月  
 開催日 第3木曜日(初回5月16日(木))  
 時間 午前10時～正午  
 定員 10人程度  
 講師 小川 明美



### 健康アロマストレッチ

アロマの香りを楽しみながら、自宅でできる簡単な体操や易しいストレッチを行い、年齢からくる関節痛の緩和・予防を目指します。

期間 5月から3月  
 開催日 第2土曜日(初回5月11日(土))  
 時間 午前10時～11時30分  
 定員 15人程度  
 講師 椎名 祐子

