

日 日時 場 場所 定 定員 講 講師 費 費用 他 その他

5 パドルジャークス体操教室

しゃもじ状のパドル（健康棒）を使った体操教室です。リズムに合わせて体をほぐし、健康な体を作っていきます。パドルはレンタルします（レンタル代無料）。

日 10月8日、29日、11月12日、26日、12月10日（火曜日、全5回）
午後1時30分～3時30分

定 30人
講 斎藤さきみ氏
費 200円（資料代）

6 リラックスヨガ教室

基本のヨガを通じて体のポテンシャルを引き出す教室です。緩やかな時間の中でアロマの香りに包まれながら自分自身と向き合しましょう。

日 10月10日、17日、24日、31日、11月14日、21日、28日（木曜日、全7回）
午後1時～2時

場 総合体育館・アタゴ記念館
柔道場
定 60人
講 清水明子氏
費 700円（アロマ代）



7 スポーツ吹き矢教室

吹き矢をスポーツとして楽しむ教室です。基礎から始めますので、初めての方も安心してご参加いただけます。

日 10月16日、23日、11月13日、20日（水曜日、全4回）
午前9時30分～11時30分

定 25人
講 角田さきみ子氏
費 200円（マウスピース代）



8 はじめての沖縄三線教室

前期で大人気だった、未経験者や初心者向けの沖縄三線教室です。三線の持ち込み大歓迎です。楽器をお持ちでない方にはレンタルします（レンタル代無料）。

日 10月3日、17日、24日、31日、11月7日、14日、21日、28日、12月5日、12日（木曜日、全10回）
午後1時30分～3時30分

定 10人
講 西田和美氏
費 1,500円（教材代）
他 講座の内容は前期と同じです。



9 はじめてのウクレレ教室

世界一簡単な楽器ともいわれるウクレレを学ぶ教室です。初心者の方でも基礎から学べますのでぜひご参加ください。

日 11月2日、9日、16日、30日、12月7日、14日、21日（土曜日、全7回）
午後1時30分～3時30分

定 10人
講 奥村隆敏氏
費 1,800円（ウクレレ持込の方）
4,800円（ウクレレ無しの方）



10 はじめてのピアノ教室

初心者のためのピアノ教室です。楽譜の読み方や鍵盤の位置を、1人1台のキーボードを使って楽しみながら覚えましょう。

日 10月11日、18日、25日、11月1日、8日、15日、12月6日、13日（金曜日、全8回）
午後1時30分～2時30分

定 10人
講 山崎敬子氏
費 5,400円（楽器レンタル、資料代）



11 クラフトバンド教室

紙のバンドを使った手工芸教室です。クラフトバンド協会認定の講師の指導を受けながら、クラフトバンドの基礎を学びましょう。

日 10月4日、18日、25日、11月1日（金曜日、全4回）
午後1時30分～4時

定 20人
講 東 幸美氏
費 1,000円（材料代）



12 キャラ絵教室

初めて絵の描き方を学ぶ方向けの教室です。かわいいキャラクターや季節にあった絵を描いていきます。自分の絵を印刷したハンカチも作製します。

日 11月2日、9日、30日、12月7日、14日、21日（土曜日、全6回）
午後1時30分～4時

定 10人
講 小山 恵氏
費 1,650円（材料、ハンカチ作製代）
他 色鉛筆をお持ちください（種類や色の数は自由です）。

13 断捨離®教室

やましたひでこ公認断捨離®トレーナーによる断捨離教室です。「断」「捨」「離」の概念を学び、自分の日常をより良いものにしましょう。

日 10月2日、16日、23日、11月13日、20日、12月11日（水曜日、全6回）
午前 9時30分～11時30分

定 20人
講 新井みづゑ氏
費 500円（テキスト代）



令和元年度後期



中央公民館講座案内

中央公民館では、令和元年度後期講座の受講生を募集します。なお、開催場所の記載がない講座は、すべて中央公民館内で開催します。

- ▶ **申込方法**／往復はがきを使用し、1講座1人1枚でお申し込みください（記入例参照）。9月1日(日)必着。
- ▶ **受講の決定**／定員を超えた場合は、抽選で受講者を決定します。結果は往復はがきの返信欄を使用して通知します。
- ▶ **受講手続き**／当選者は、9月13日(金)～21日(土)に、中央公民館事務室へ決定通知と費用をご持参ください。受付時間は午前9時～午後5時です。
※月曜日と祝日は休館

問 中央公民館 ☎ 581・2662

往復はがき（記入例）

返信面〈表〉	往信面〈裏〉	往信面〈表〉	返信面〈裏〉
郵便番号 〇〇〇〇〇〇 〒 〇〇〇〇〇 〇〇〇〇 ご自分の住所・氏名を記入してください。 〇〇〇〇	令和元年度後期 中央公民館講座申込 ①受講を希望する講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名 ⑤年齢 ⑥電話番号 ※はがき1枚に1人1講座。2人および2講座以上記入した場合は無効となります。	郵便番号 3691203 〒 3691203 〇〇〇〇 寄居町大字寄居1300番地 寄居町中央公民館 講座申込受付係 行	この面には何も書かないでください。

1 初心者向けパソコン教室

何から始めていいか、どんなことができるのかが分かるようになる大人気のパソコン教室です。パソコンに触ったことのない方におすすめの、やさしい初心者向けの教室です。

日 10月3日、17日、24日、31日、11月7日（木曜日、全5回）
午前9時30分～正午

定 10人
講 奥村隆敏氏
費 1,800円（テキスト、資料代）



2 中級者向けパソコン教室 ～ワード、エクセルを極めよう～

使用機会の多いワードとエクセルを極めることで、パソコンでできることを広げるための教室です。ある程度パソコンに慣れている方向けの教室です。

日 11月14日、21日、28日、12月5日、12日（木曜日、全5回）
午前9時30分～正午

定 10人
講 奥村隆敏氏
費 2,800円（テキスト、資料代）



3 基礎から学ぶ英会話教室

初心者向けの英会話教室です。日本人の講師が英会話の基礎から教えます。英語に興味をお持ちの方はぜひご参加ください。

日 10月3日、17日、31日、11月7日、21日、12月5日（木曜日、全6回）
午前9時30分～11時30分

定 20人
講 日本人講師1人
費 800円（資料代）



4 家庭で作れる健康料理教室

管理栄養士の講師による、おいしく健康によい料理を勉強する教室です。カロリーや栄養成分など、身体のことを考えながら楽しく料理をしましょう。

日 10月4日、25日、11月15日、12月6日、20日（金曜日、全5回）
午前9時30分～午後1時

定 16人
講 宮間千鶴子氏
費 3,500円（材料、資料代）

