

## 定期講座のご案内

### 1. HIP HOPダンスレッスン

19:00~20:30

HIPHOPダンスミュージックに合わせて楽しく踊ってみよう！ストレス解消や健康づくりに最適です。ダンスが初めての方もご参加いただけます。大人向けのコースです。



|     |                             |
|-----|-----------------------------|
| 講師  | SK rhyme DANCE SCHOOL 根本 智恵 |
| 開催日 | 5/27 6/3、10、17、24(火) 全5回    |
| 定員  | 20名                         |
| 会場  | 旭公民館                        |
| 持ち物 | 運動ができる服装、飲み物、タオル、運動靴(上履き)   |
| 参加費 | 無 料                         |

### 2. はじめての鍵盤ハーモニカ

19:00~20:30

子どもから大人まで幅広い層に親しまれている鍵盤ハーモニカ。息の吹きこみ方によって、たくさんの音色が生まれてきます。音符が読めなくても大丈夫！初心者向けゆっくりペースで音色を楽しみましょう。※お子さん(小学生以上)は保護者同伴でお願いします。



|     |                                                    |
|-----|----------------------------------------------------|
| 講師  | 小川 深雪                                              |
| 開催日 | 5/14、28 6/11、25 7/9、23 8/6、27(水) 全8回               |
| 定員  | 10名                                                |
| 会場  | 大洋公民館                                              |
| 持ち物 | 鍵盤ハーモニカ、筆記用具、タオル※鍵盤ハーモニカは2回まで貸出可能(ホース代660円がかかります)。 |
| 参加費 | 無 料                                                |

### 3. てづくりパン作り

13:30~16:30

焼きたてのパン、おいしいですね。甘いパン、おかずパン、いろいろな種類のパンを自分で作って、美味しく味わいましょう。

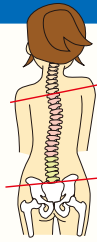


|     |                                           |
|-----|-------------------------------------------|
| 講師  | 青りんご 石崎 菜穂美                               |
| 開催日 | 5/28 6/25 7/23 8/27 9/24(水) 全5回           |
| 定員  | 8名                                        |
| 会場  | 旭公民館                                      |
| 持ち物 | エプロン、マスク、三角巾、手ふきタオル、筆記用具、持ち帰り用容器(かごやトレイ等) |
| 参加費 | 5,000円                                    |

### 4. 背骨コンディショニング

14:00~15:30

からだの歪みを整えて腰痛や肩こり、手足のしびれなど痛みが起きにくい健康なカラダへリセットしませんか？運動が苦手な方も安心してご参加ください。



|     |                                        |
|-----|----------------------------------------|
| 講師  | 背骨コンディショニングパーソナルトレーナー 武内 美根子           |
| 開催日 | 5/2、9、23 6/6、20 7/4、18 8/1(金) 全8回      |
| 定員  | 15名                                    |
| 会場  | 旭公民館                                   |
| 持ち物 | 運動ができる服装、飲み物、タオル、運動靴(上履き)、※お持ちの方/ヨガマット |
| 参加費 | 無 料                                    |

## 短期講座のご案内

### 1. 飾り巻きずし教室

13:30~15:30

可愛さと美味しさで目もおなかにも幸せになる飾り巻きずし。季節に合わせたデザインで作ってみませんか。5月：カエル 6月：ペンギン 7月：四海巻(2色)



|     |                                                               |
|-----|---------------------------------------------------------------|
| 講師  | 菅谷 友美                                                         |
| 開催日 | 5/8 6/12 7/10(木) 全3回                                          |
| 定員  | 12名                                                           |
| 会場  | 大洋公民館                                                         |
| 持ち物 | エプロン、マスク、ハンドタオル、筆記用具、持ち帰り用タッパー、保冷バッグ、保冷剤、※お持ちの方/包丁、巻きず(太口・平ら) |
| 参加費 | 4,800円                                                        |

### 2. つるし飾りづくり

13:30~16:00

伝統的な、つるし飾りの技法で『花のブローチ・ストラップ(いちご・梅)』を自分で作ってみませんか。初心者でもできるよう丁寧に作っていきます。



|     |                            |
|-----|----------------------------|
| 講師  | つるし飾りクラブ                   |
| 開催日 | 5/31 6/7、21 7/5(土) 全4回     |
| 定員  | 15名                        |
| 会場  | 鉾田中央公民館                    |
| 持ち物 | 糸切はさみ、※お持ちの方/待ち針、糸通しなど裁縫用具 |
| 参加費 | 2,000円                     |

### 3. はじめてのLINE

10:00~12:00

利用率が9割を超えているコミュニケーションツールLINE。スタンプ、絵文字を使っのメッセージ送信や通話といった基本的な使い方を覚えましょう。※LINEアプリが入っていない方は事前にインストールしていただきます。



|     |                    |
|-----|--------------------|
| 講師  | 糸賀 敬子              |
| 開催日 | 7/18、25(金) 全2回     |
| 定員  | 10名                |
| 会場  | 鉾田中央公民館            |
| 持ち物 | LINEアプリの入った携帯、筆記用具 |
| 参加費 | 無 料                |



## 子ども・子育て講座のご案内

### 1. HIP HOPダンスレッスン

①18:00~18:50  
②19:00~20:00

HIP HOP ダンスをみんなで楽しく踊ってみよう！

- ①小学1・2年
- ②小学3~6年のコースです。



|     |                                 |
|-----|---------------------------------|
| 講師  | SK rhyme DANCE SCHOOL 根本 智恵     |
| 開催日 | 7/1、8、15、22、29 8/5、19、26(火) 全8回 |
| 定員  | 各30名                            |
| 会場  | 旭公民館(8/19、26は大洋公民館)             |
| 持ち物 | 運動ができる服装、飲み物、タオル、運動靴(上履き)       |
| 参加費 | 無 料                             |

### 2. 親子の読書感想文教室

9:00~10:30

夏休みの宿題の定番といえば読書感想文。子どもの感想文に頭を悩ませる保護者の方、子どもに上手くアドバイスをする方法と一緒に学びましょう。1回目は保護者のみ、2、3回目は親子で参加して3回で完成を目指します。



|     |                               |
|-----|-------------------------------|
| 講師  | 森下 藍理                         |
| 開催日 | 7/27 8/3、10(日) 全3回            |
| 定員  | 小学1~3年生の親子10組                 |
| 会場  | 鉾田中央公民館                       |
| 持ち物 | 感想文を書く図書、筆記用具<br>※図書を読んでください。 |
| 参加費 | 無 料                           |

### 3. 夏休み読書感想文教室

10:45~12:15

夏休みの宿題といえば、読書感想文。毎年のことだから、作文のコツを学んで、感想文を好きになろう。3回で完成を目指します。



|     |                               |
|-----|-------------------------------|
| 講師  | 森下 藍理                         |
| 開催日 | 7/27 8/3 8/10(日) 全3回          |
| 定員  | 小学4~6年生10名                    |
| 会場  | 鉾田中央公民館                       |
| 持ち物 | 感想文を書く図書、筆記用具<br>※図書を読んでください。 |
| 参加費 | 無 料                           |

### 4. 夏休みポスター教室

① 9:00~12:00  
②13:00~16:00

夏休みの宿題といえば、ポスター。ポスターが上手に描ける方法を教えます。3回で完成を目指します。

※①、②は同じ内容です。



|     |                                                         |
|-----|---------------------------------------------------------|
| 講師  | 生井澤 良一                                                  |
| 開催日 | 8/5(火)~7(木) 全3回                                         |
| 定員  | 小学4~6年生10名                                              |
| 会場  | 鉾田中央公民館                                                 |
| 持ち物 | 絵画セット一式、ポスター用画用紙、鉛筆、宿題の内容<br>※ポスターの文字と何を描きたいのかを考えてください。 |
| 参加費 | 無 料                                                     |