

- 受付時間：午前8時30分～午後5時(平日のみ)
- 申込方法：直接来館または電話予約後、
参加費を支払ってください。
- 申し込み・問い合わせ：町生涯学習センター
☎ 096(293)2146

- *参加費には講座負担金
(一般500円・中学生以下200円)を含みます。
- *定員になり次第、申し込みを締め切ります。
- *申込者が少ない場合は開講しない場合があります。
- *町内在住・在勤の人を優先して受付ます。
- *新型コロナウイルス感染対策を実施して、講座は開講していますが、感染状況によっては中止することもあります。

骨盤エクササイズ

開講日	6月7日、21日、 7月5日、19日、 8月2日(火曜日:全5回)
時間	午前10時～11時30分
場所	大津地区公民館分館 研修室Ⅰ・Ⅱ
定員	10人(先着順)
内容	産後ケアや若々しい身体作り!骨盤の歪みを整えながら筋力を強化することで歪みにくい身体を目指す運動です。お子さん連れのご参加も大歓迎です。
講師	山本 英恵さん
参加費	500円
準備物	ヨガマット、タオル、飲み物
申込期間	5月23日(月)～6月2日(木)

生け花教室

開講日	6月8日、15日、22日、 7月6日、13日、20日 (水曜日:全6回)
時間	午後1時30分～3時30分
場所	大津地区公民館分館 調理室
定員	10人(先着順)
内容	嬉しい時は、笑っているように 悲しい時は、励まされているように 生けたお花は、ちよっぴり勇気をくれました。生け花の基本から学んでみませんか。
講師	本田 ヤス子さん
参加費	500円(別途、生花代が必要)
準備物	花切ばさみ、台拭き、花器、剣山、花包み(新聞紙)
申込期間	5月23日(月)～6月2日(木)

キッズ 運動神経up 教室

開講日	6月11日、25日、 7月9日、23日、 8月13日、27日(土曜日:全6回)
時間	午前10時～11時30分
場所	陣内地区公民館分館 講座室
定員	10人(先着順) 小学生対象
内容	運動神経・能力は遺伝ではなく経験です。楽しみながら体の使い方・動かし方、脳の使い方を体験してみませんか。子どもの可能性は、無限大です。
講師	吉井 清人さん
参加費	200円
準備物	タオル、飲み物、動きやすい服装
申込期間	5月23日(月)～6月3日(金)

スマホ入門(Android編)

開講日	6月16日、23日、 7月7日、14日 (木曜日:全4回)
時間	午後1時～3時
場所	大津地区公民館分館 研修室Ⅰ・Ⅱ
定員	10人(先着順)
内容	この講座は、スマホ(Android搭載)の基本操作をマスターする内容です。この機会にスマホを使いこなせるようになりませんか。
講師	マリオネットさん
参加費	2,000円
準備物	筆記用具、お使いのスマホ(Android搭載)
申込期間	5月23日(月)～6月8日(水)

ウクレレ講座

開講日	6月16日(大津)、23日・6月30日(陣内)、 7月14日・21日・28日(大津) (木曜日:全6回)
時間	午前10時～11時30分
場所	大津および陣内地区公民館分館
定員	10人(先着順)
内容	基礎的なこと、演奏するうえでの音楽的知識、ストローク演法、リズム練習、メロディの弾き方の基本などを一緒に学びませんか。
講師	松井 通さん
参加費	1,000円
準備物	ウクレレ・譜面台・チューナー(持っている人)、筆記用具
申込期間	5月23日(月)～6月8日(水)

3B体操

開講日	6月17日、 7月1日、8日、15日、29日 (金曜日:全5回)
時間	午後2時～3時30分
場所	陣内地区公民館分館 講座室
定員	10人(先着順)
内容	肩こりや腰痛に悩んでいる人、運動不足の人、手具を使い、音楽に合わせてながら全身をリラックスさせませんか。
講師	荒牧 美智子さん
参加費	500円
準備物	バスタオル、飲み物
申込期間	5月23日(月)～6月9日(木)

※公民館主催で開催されるイベント・講座におけるけがおよび事故などについては、コミュニティ活動災害補償保険の適用範囲内で対応します。