

パソコン (Word) 基礎

申込期間 10月24日(火)～10月30日(月)

開 講 日	11月2日、9日、16日、30日、 12月7日、14日、21日 (木曜日:全7回)
時 間	午後1時30分～3時30分
場 所	町生涯学習センター 視聴覚室
定 員	8人(先着順)
内 容	Wordの基礎・基本を習得します。Wordの使い方や文字入力、表の作成などを学ぶ初心者向けの講座です。
講 師	堀 泉(ほり いずみ)さん
参 加 費	500円
準 備 物	筆記用具

パソコン(Excel)基礎

申込期間 10月24日(火)～10月30日(月)

開 講 日	11月2日、9日、16日、30日、 12月7日 (木曜日:全5回)
時 間	午後6時30分～8時30分
場 所	町生涯学習センター 視聴覚室
定 員	8人(先着順)
内 容	Excelの基礎・基本を習得します。Excelの使い方や計算式を使って、表のなどの作成方法を学ぶ初心者向けの講座です。
講 師	堀 泉(ほり いずみ)さん
参 加 費	500円
準 備 物	筆記用具

パソコン(Word)応用

申込期間 10月25日(水)～11月2日(木)

開 講 日	11月7日、14日、21日、28日、 12月5日、12日、19日 (火曜日:全7回)
時 間	午後1時30分～3時30分
場 所	町生涯学習センター 視聴覚室
定 員	10人(先着順)
内 容	イラストや写真を挿入後、いろんな編集を行い、名刺などを作成する技術を身につけることができる講座です。
講 師	堀 泉(ほり いずみ)さん
参 加 費	500円
準 備 物	筆記用具

パソコン(Excel)応用

申込期間 10月25日(水)～11月2日(木)

開 講 日	11月7日、14日、21日、28日、 12月5日 (火曜日:全5回)
時 間	午後6時30分～8時30分
場 所	町生涯学習センター 視聴覚室
定 員	10人(先着順)
内 容	関数の使い方や集計、並び替えなどを学び、効率よく見やすい資料などの作成方法を身につけることができる講座です。
講 師	堀 泉(ほり いずみ)さん
参 加 費	500円
準 備 物	筆記用具

そろばん 脳トレ

申込期間 10月24日(火)～10月30日(月)

開 講 日	11月2日(木)、10(金)、17(金)(全3回)
時 間	午前10時～11時30分
場 所	町生涯学習センター 中会議室
定 員	15人(先着順)
内 容	そろばんを通して、数字に親しみ、計算することの面白さに触れます。そろばんで指と脳を鍛えましょう。
講 師	池邊 誠(いけべ まこと)さん
参 加 費	500円(別途テキスト代として300円が必要)
準 備 物	そろばん(持っている人)、筆記用具

骨盤リラックスヨガ(後期)

申込期間 10月24日(火)～10月30日(月)

開 講 日	11月2日、16日、12月21日、1月18日 2月1日、15日 3月7日、21日 (木曜日:全8回)
時 間	午前10時30分～正午
場 所	町生涯学習センター 和室 (11月16日のみ町生涯学習センターホール舞台)
定 員	10人(先着順)
内 容	骨盤を中心に体をゆっくり動かし、無理なくヨガのポーズへつなげます。初心者、運動に慣れていない人も安心して参加できます。
講 師	三沢 礼子(みさわ れいこ)さん
参 加 費	500円
準 備 物	ヨガマット、タオル、飲み物

手づくり歯固め講座

申込期間 10月25日(水)～11月2日(木)

開 講 日	11月7日(火曜日)
時 間	午前10時～11時30分
場 所	町生涯学習センター 和室
定 員	8人(先着順)
内 容	赤ちゃんに優しい素材のシリコンピースや ブナの木を使い、歯固めマルチホルダーを 作ります。
講 師	山根 早織 (やまね さおり)さん
参 加 費	500円 (別途材料代1,000円が必要)

海外のウサギのぬいぐるみを作ろう

申込期間 10月25日(水)～11月7日(火)

開 講 日	11月11日、18日、25日 (土曜日:全3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
定 員	10人(先着順) 対象:中学生以上
内 容	イギリスの子どもの本に登場するウサギを作ってみませんか。 長い手足の少し変わった形のぬいぐるみですが、見れば見る ほど恋に落ちてしまう可愛らしさがあります。着せる洋服も作 ります。材料の準備も必要ありません。初心者向けの講座です。
講 師	ボンダレバ ターニャ さん
参 加 費	500円(別途材料代として500円が必要)
準 備 物	ボールペン、ハサミ、針

はじめての離乳食

申込期間 10月26日(木)～11月10日(金)

開 講 日	11月16日(木曜日)
時 間	午前10時～正午
場 所	町生涯学習センター 和室・(調理室)
定 員	5組(先着順) 対象:3ヶ月～7ヶ月程度の 乳児対象
内 容	離乳食の目的や調理方法、食べさせ方等を 学習します。離乳食に対する不安や心配、現 時点での悩み事を解消することを目的とし ています。
講 師	NPO法人ペアレントネットワーク
参 加 費	500円

消しゴムはんこ(年賀状用)

申込期間 10月26日(木)～11月13日(月)

開 講 日	11月17日、24日、 (金曜日:全2回)
時 間	午前10時～正午
場 所	町生涯学習センター 研修室
定 員	10人(先着順)
内 容	毎年、デザインに迷う年賀状 今年、消し ゴムはんこを使って、いつもと違う年賀状に してみませんか。
講 師	田中 由香里(たなか ゆかり)さん
参 加 費	500円 (別途材料代 1,000円が必要)
準 備 物	カッター、鉛筆、カッティングマット・彫刻刀(持っている人)

魚とエビの献立料理

申込期間 10月26日(木)～11月13日(月)

開 講 日	11月17日(金)
時 間	午前10時～正午
場 所	大津地区公民館分館 調理室
定 員	10人(先着順)
内 容	豆腐のドレッシングで食べる締め魚の錦糸 巻きと、中華風エビの香味焼きに挑戦しま す。味と香りを堪能ください。
講 師	岡崎 正博(おかざき まさひろ)さん
参 加 費	500円(別途材料代 1,000円が必要)
準 備 物	エプロン、三角巾、タオル、タッパー(持ち帰り用)

- 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、
参加費をお支払いください。

■申し込み・問い合わせ:

町生涯学習センター ☎ 096(293)2146

※各講座の申込期間をご確認ください。

*参加費は、講座負担金として一般500円・中学生
以下200円が必要です。その他、講座により材料
代等が必要です。

*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け付けます。

※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、全国町村会総合賠償補償保険制度の適用範囲内で対応します。