

■**申込方法**：直接来館、二次元コードが電話からの予約をお願いします。参加費、材料代などがある場合は材料代などもあわせて申込期間内にお支払いください。

■**申し込み・問い合わせ**：●申込期間 二次元コード：各講座申込開始日午前8時30分から申込終了日の午後5時まで（この間はいつでも申し込みできます）

来館および電話：各講座申込開始日から申込終了日の平日午前8時30分から午後5時

※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、講座により材料代などが必要です。※**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。※各講座の申込期間をご確認ください。

○**問い合わせ**：町生涯学習センター ☎ 096(293)2146

自分で作る足踏み器

申込期間 2月21日(金)～3月4日(火)



開 講 日	3月7日、14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	7人(先着順)
内 容	運動不足になりやすい冬季、自宅で椅子に座り、MY足踏み器を使い5分、10分とその日の体調にあわせ足を動かします。座っている時間が長い人、MY足踏み器を使って、健康な毎日を過ごしましょう。
講 師	山井 達夫(やまい たつお)さん
参 加 費	500円(別途材料代として500円が必要)
準 備 物	タオル



キッズアクティブプログラム

申込期間 2月21日(金)～3月4日(火)



開 講 日	3月8日、22日、29日 (土曜日：全3回)
時 間	午後1時～2時
場 所	大津地区公民館分館 多目的ホール
定 員	10人(先着順) 対象者：年中児(4歳)～小学校3年生
内 容	子どもの運動不足が気になりますか。楽しく体を動かしながら、体幹の安定、姿勢の改善など、様々な動きを習得しましょう。
講 師	大塚 美和(おおつか みわ)さん
参 加 費	200円
準 備 物	室内シューズ(上靴)、飲み物

春野菜の炊き合わせ料理

申込期間 2月25日(火)～3月17日(月)



開 講 日	3月21日(金曜日)
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	タケノコ、ふき、レンコン、シイタケ、わかめ、エビなどを使った春野菜の炊き合わせ料理とかつ丼を作ります。多くの春野菜が入ることと風味深い味になります。春の味をご堪能ください。
講 師	岡崎 正博(おかざき まさひろ)さん
参 加 費	500円(別途材料代として1,100円が必要)
準 備 物	エプロン、三角巾、タオル、タッパ(持ち帰り用)

子ども硬筆教室

申込期間 2月25日(火)～3月17日(月)



開 講 日	3月23日(日曜日)
時 間	午前10時30分～11時40分
場 所	町生涯学習センター 中会議室
定 員	10人(先着順) 対象者：年長児(5歳)～小学校3年生
内 容	字がていねいに書けるように、鉛筆の持ち方から指導します。鉛筆で字を書くための基礎講座です。4月からの新入生も大歓迎、多くの子どもたちの参加を待っています。
講 師	田代 煌梢(たしろ こうしょう)さん
参 加 費	200円
準 備 物	鉛筆(2B以上)、8マスノート、下じき(やわらかいもの)