

- 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します。
- *新型コロナウイルス感染対策を実施して開講しますが、感染拡大状況によっては中止することもあります。

お正月のおもてなし料理

開 講 日	12月10日(木)
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	お正月のおもてなし料理の作り方を学んで、お正月を家族時間で過ごしてみませんか。
講 師	岡崎 正博さん
参 加 費	2,000円
準 備 物	エプロン、三角巾、タッパ(大小3～4個)
申込期間	11月20日(金)～12月3日(木)

免 疫 ヨ ー ガ

開 講 日	12月11日、18日、令和3年1月8日、15日、22日、29日、2月5日、12日(金曜日：全8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	免疫力を高めるためのヨガをしませんか。体が硬くても大丈夫です。適度な運動と呼吸法、マインドフルネス(意識集中)をやっていきます。
講 師	園田 姫末子さん
参 加 費	500円
準 備 物	ヨガマット、タオル、ハーフケット、飲み物
申込期間	11月20日(金)～12月3日(木)

押し花のお正月飾り

開 講 日	2月15日(火)
時 間	午前10時～正午
場 所	大津町生涯学習センター 研修室
定 員	10人(先着順)
内 容	お正月飾りとして、干支(丑)もしくは羽子板の飾り物をきれいな押し花で作ります。いろんな所に飾れ、インテリアとしても使えます。
講 師	松岡 敬子さん
参 加 費	1,300円
準 備 物	なし
申込期間	11月20日(金)～12月7日(月)

ベ ビ ー マ ッ サ ー ジ

開 講 日	12月9日、16日、23日(水曜日：全3回)
時 間	午前10時30分～正午
場 所	大津町生涯学習センター 和室
定 員	10組(先着順)
内 容	ママだけではなく、パパ、そしておばあちゃん、おじいちゃんも参加できます。幸せホルモン、オキシトシンを部屋中に穏やかで、しなやかな時間をお過ごしください。
講 師	川上 美子さん
参 加 費	500円
準 備 物	筆記用具
申込期間	11月20日(金)～12月2日(水)

ペ ン 習 字 教 室

開 講 日	12月10日、17日、24日、令和3年1月7日、14日、21日、28日、2月4日、18日、25日(木曜日：全10回)
時 間	午前10時～正午
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	美しい文字は、一生の財産です。書くことが好きな人、苦手な人、クセ字の人など、誰でもできる美文字のコツをお教えます。
講 師	城戸 泰代さん
参 加 費	500円
準 備 物	20cm以上の物差し、赤ボールペン、蛍光ペン(ピンクと他1色)
申込期間	11月20日(金)～12月3日(木)

リズムで骨盤調整

開 講 日	12月12日、19日、令和3年1月9日、16日、23日、30日、2月6日、13日(土曜日：全8回)
時 間	午前10時30分～正午
場 所	陣内地区公民館分館 講座室
定 員	10人(先着順)
内 容	音楽に合わせて、体操とダンスで体の歪みを整え、骨盤中心に体を整えます。初心者でも無理なくできます。
講 師	三沢 玲子さん
参 加 費	500円
準 備 物	ヨガマット、シューズ(室内用)、タオル、飲み物
申込期間	11月20日(火)～12月4日(金)

お正月飾り(しめ飾り)

開 講 日	12月26日(土)
時 間	午前10時～正午
場 所	大津町生涯学習センター 中会議室
定 員	10人(先着順)
内 容	これまでにないかわいい、オリジナルのしめ飾りを作ります。簡単に作れますので、一緒に楽しく作ってみませんか。
講 師	丸山 典子さん
参 加 費	1,900円
準 備 物	ペンチ
申込期間	11月20日(金)～11月30日(月)

※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。