

# あなたも参加しませんか？

## 中央・本納・鶴枝公民館の 主催教室共通事項

対象＝市内在住・在勤者／受講料＝無料（教材等は自己負担）／受付＝4月15日（金）～26日（土）12時（いずれの教室も最寄りの公民館または電話で申込可）  
※定員を超えた場合抽選。前年度に受講されていない方が優先。  
※都合により開講日が変わる場合があります。

### 中央公民館

☎(22)5072 ☎(24)0008  
ⓧ年未年始

#### ▼書道教室

6月～令和5年3月（原則第1・3木曜日・全16回、初回は6月2日（土））13時30分～15時30分／内容＝初心者を対象に毛筆を習う／対象＝一般／定員＝10人

#### ▼フラワーアレンジ教室

6月～令和5年3月（原則第2金曜日・全9回、初回は6月10日（金））9時30分～12時／内容＝フラワーアレンジの基礎から学ぶ／対象＝女性／定員＝15人／材料費＝各回2,000円

#### ▼パッチワーク教室

6月～10月（第2・4木曜日・全8回、初回は6月9日（土））14時～16時／内容＝パッチワークの小物作りを学ぶ／対象＝女性／定員＝10人／材料費＝各回1,500円程度

### 本納公民館

☎(34)2349 ☎(34)2302  
ⓧ年未年始

#### ▼太極拳教室

6月21日、7月5日・19日、9月13日・20日、10月4日・25日、11月8日（火曜日・全8回）13時～14時30分／内容＝太極拳を通じた健康づくり／対象＝一般／定員＝20人

#### ▼やさしく学べる日本画教室

5月24日、6月7日、7月26日、9月20日、10月25日、11月22日、12月20日、令和5年1月24日（火曜日・全8回）13時30分～16時／内容＝日本

画を基本から学ぶ／対象＝一般／定員＝20人／費用＝2,000円（教材代）／持ち物＝日本画専用の画材（初めてのの方は教室初回時に説明）

#### ▼折り紙教室

5月23日、6月27日、7月25日、9月12日、10月24日、11月28日（月曜日・全6回）10時～12時／内容＝折り紙を基本から学ぶ／対象＝一般／定員＝15人／持ち物＝折り紙

#### ▼いっしょだから楽しい！親子で工作 体験講座

6月4日（土）10時～12時／内容＝エッグマラカスづくり、Myおうちバッグづくり／講師＝明治安田生命／対象＝小学生（保護者同伴）／定員＝12組24人／費用＝無料／持ち物＝のり、はさみ

### 鶴枝公民館

☎(25)1834 ☎(26)2220  
ⓧ年未年始

#### ▼ヒップホップダンス教室

5月29日（土）10時～11時30分／内容＝ダンスで汗を流してストレス解消／対象＝小学生以上（親子歓迎）／定員＝10人／費用＝無料

#### ▼ハワイアンパッチワーク教室 （初心者向け）

6月～10月（8月を除く第1・3火曜日・全8回、初回は6月7日（土））13時30分～15時30分／内容＝初心者を対象としたハワイアンなパッチワークの小物作り／対象＝女性／定員＝8人／費用＝各回1,500円程度（材料費）

#### ▼和小物教室

6月3日、7月1日、9月2日、10月7日（金曜日・全4回）9時～12時／内容＝和布を使って暮らしを彩る小物作り／対象＝女性／定員＝8人／費用＝各回1,500円程度（材料費）

#### ▼季節のフラワーアレンジ教室

6月～12月（8月を除く第2木曜日・全6回、初回は6月9日（土））9時30分～11時30分／内容＝季節のフラワーアレンジ／対象＝女性／定員＝8人／費用＝各回2,000円程度（材料費）

#### ▼ヨガ教室

6月～10月（8月を除く第1・3水曜日・全8回、初回は6月1日（土））9時30分～11時30分／内容＝正しい呼吸法

を身に付け、健康な体づくりを目指す  
／対象＝一般／定員＝15人／費用＝無料

#### ▼ノートパソコン教室

7月8日・15日・22日・29日（金曜日・全4回）9時30分～11時30分／内容＝Word、Excelの初歩が学べます／対象＝一般（パソコンの基本操作が可能で、マイクロソフトのWord、Excel（他社不可）が入ったノートパソコン（Windowsのみ）を持参できる方）／定員＝6人／費用＝2,500円（資料代、初回時に集金）

### 東郷福祉センター

☎(25)5882 ☎(25)5871  
ⓧ祝日、年未年始

#### ▼プーさんクラブ（会員制）

5月～令和5年3月（8月を除く月2～3回火曜日）10時～11時／内容＝体操・季節の行事・製作・ふれあい遊び他／対象＝市内在住2歳～4歳の未就園児とその保護者／定員＝10組（申込順）／費用＝800円（保険代、保護者は1,850円で任意加入）／申込＝4月18日（土）9時～24日（土）に電話にて受け付け。その後4月25日（土）～5月2日（土）の間に窓口にて費用を添えて申し込み（5組に満たない時は開講しない場合があります）

#### ▼歌って踊ってハッピータイム（会員制）

6月～令和5年3月（8月を除く月1回木曜日）15時～16時／内容＝季節の歌・手遊び・ダンス・音楽ゲーム他／対象＝市内在住3歳～6歳の未就学児とその保護者／定員＝10組（申込順）／費用＝400円（ファイル代・保険代他）／申込＝4月22日（金）9時～5月8日（土）に電話にて受け付け。その後5月9日（土）～5月16日（土）の間に窓口にて費用を添えて申し込み（5組に満たない時は開講しない場合があります）

#### ▼みんなで！もばら百歳体操

毎月第2月曜日と第4水曜日10時～11時／内容＝もばら百歳体操（体力に自信がない方も大丈夫！誰でもできる簡単な体操です）／持ち物＝上ぐつ、飲み物（動きやすい服装でお越しください）／対象＝60歳以上の方／費用＝無料／申込不要