

中央公民館講座【後期】

《申込み》9月13日(土)～19日(金)までに、中央公民館で申込書に記入のうえ教材費を添えてお申込みください。
なお、申込み順に受付を行い、定員になり次第締切ります。

《受付時間》午前8時30分～午後9時

《受講資格》市内に在住、在勤または在学の人で、講座ごとに定める対象者

《問合せ》中央公民館（知立市広見3丁目1番地 ☎83-1165 月曜休館）



(敬称略)

講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師	
くらし・文化	着付とマナー	火曜日 13:30～15:30 10/7・14・21・28、 11/4・25、12/2・ 9・16・23 女性	30人	3,100円 (12回分)	普段着から礼装まで・マナー（きもの基礎知識・選び方・手入れ・美しい立居ふるまい）	市川枝美子
	【パソコン講座】 はじめてのワード (基礎)	金曜日 10:00～12:00 10/10・17・24・ 31、11/7・14 一般	10人	2,000円 (6回分)	パソコン用ワープロソフト・ワードの入門講座です。文書の作成・編集の基本操作を学びます。(OS: WindowsVista使用ソフト: マイクロソフト・ワード2007)	榎野節子
	【パソコン講座】 はじめての エクセル(基礎)	土曜日 13:30～15:30 10/11・18・25、 11/1・8・15 一般	10人	2,000円 (6回分)	エクセルの入門講座です。表計算・簡単な関数などを使い、家計簿・住所録・写真入りカレンダーなど身近なものを作成します。(OS: WindowsVista使用ソフト: マイクロソフト・ワード2007)	榎野節子
	くらしの中の マナー講座	水曜日 13:30～15:00 10/15、11/19、 12/17、1/21、 2/18、3/18 一般	14人	1,800円 (6回分)	人が人の中で生きていく毎日の暮らし。それには周りの人に対する思いやりの心が大切です。先人の知恵としてマナーの形で精練され伝わっています。贈答・訪問・飲食・慶弔などを学びます。	山田美津子
	ギターをひこう	土曜日 10:00～12:00 10/18、11/1・15、 12/6・20、1/17、 2/7・21 高校生 以上	15人	1,000円 (8回分)	初心者から経験者まで気軽に参加できます。弾ける喜びを実感しましょう。 ※フォークまたはクラシックギターを各自で用意すること。	磯村幸平
	陶芸 陶芸(後期)	日曜日 9:30～11:30 10/26、11/2・23、 12/21 高校生 以上	16人	1,500円 (4回分)	マイカップ・一輪ざしを作りませんか? 手作りの器でお茶やお花を楽しみましょう。	加藤公清
料理 楽しい 飾り巻き寿司	金曜日 10:00～12:00 10/24、11/28、 12/26、1/23、 2/27、3/27 一般	16人	8,000円 (6回分)	彩りが綺麗で見て楽しい、食べて美味しいお寿司です。お誕生日など季節の行事に合わせて花や動物の巻き寿司を楽しく作りましょう。	板倉紀代子	
健康	気功	水曜日 10:00～11:30 10/1・8・15・22・ 29、11/5・12・ 26、12/3・10・ 17・24 一般	45人	1,000円 (12回分)	心身のバランス、自然治癒力、免疫力を活性化させて、健康レベルの向上を目指す健康法です。 ※素足で行います。	神谷袖香
	はじめての太極拳	金曜日 9:45～11:30 10/10・17・24・31、 11/7・14・21、 12/5・12・19・26 一般	30人	500円 (11回分)	ゆったりとした動きの太極拳は、気血の流れを良くし五臓六腑全体の機能を高めます。誰でもできる。いつ、どこでも一人でもできる健康法です。	宇佐美洋子
	はじめての フォークダンス	木曜日 10:00～12:00 10/2・16、11/6・ 20、12/11・18、 1/8・15・22、 2/19 一般	30人	500円 (10回分)	心の底からリフレッシュできるフォークダンスを始めませんか? 誰でも簡単に踊れる曲で楽しく踊って笑って健康にもよく、免疫力アップ、メタボ対策にもなります。	立松友子
子ども	ベビーとお母さんの 体操(後期)Ⅰ	金曜日 10:00～11:00 10/3・17、11/7、 12/5・19、1/16・ 30、2/6 2か月～7 か月の乳児 とその親	12組	1,500円 (8回分)	赤ちゃんにマッサージをしながら語りかけ、お母さんとのコミュニケーションを深めましょう。	三明佳子
	ベビーとお母さんの 体操(後期)Ⅱ	金曜日 11:15～12:15 10/3・17、11/7、 12/5・19、1/16・ 30、2/6 5か月～12 か月の乳児 とその親	12組	1,500円 (8回分)		坂東きく

13時
受付開始!

文化広場講座【後期】

《申込み》9月13日(土)～19日(金)までに、知立文化広場で申込書に記入のうえ教材費を添えてお申込みください。
なお、申込み順に受付を行い、定員になり次第締切ります。

《受付時間》9月13日(土) 午後1時～午後5時
14日(日)以降 午前9時～午後5時

《受講資格》市内に在住、在勤または在学の人で、講座ごとに定める対象者

《問合せ》知立文化広場（八橋町井戸尻28番地1 ☎83-2673 月曜休館）

(敬称略)

講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師
くろこ文化	落語にチャレンジ 土曜日 13:30～15:00 10/11・25、 11/8・22、12/13、 1/10・24、 2/14・28、3/14 高校生以上	15人	1,000円 (10回分)	今、話題の落語を演じましょう。初心者の人大歓迎。経験豊富な講師が基礎から丁寧に指導します。毎回講師の落語も楽しめますよ。	お好味家 喜楽
	手で編む布ぞうり 木曜日 10:00～12:00 10/16、11/20、 12/18、1/15、 2/19、3/19 一般	12人	1,500円 (6回分)	足裏に心地よく、色彩豊かな布ぞうりを作ります。	稲垣勝代
	手作り絵本やオリジナルブックを作ろう 木曜日 10:30～12:00 10/23、 11/13・27、 12/11、1/8・22 一般	12人	500円 (6回分)	画用紙や身近な材料を使ってとても素敵な絵本ができます。絵を描くのはもちろん、アルバム帳、御朱印帳にも使えますよ。プレゼントとしても喜ばれます。	橘玲子
	朗読ことはじめ 木曜日 10:00～11:30 10/2、11/6、 12/4、1/8、2/5、 3/5 一般	10人	500円 (6回分)	自分の好きな名作等を朗読します。声の出し方、発音、発声を学びます。豊かな日本語を声に出して読む楽しさを体験してみませんか。	鹿六
語学	英会話（後期） 日曜日 10:00～11:30 10/19・26、11/2・ 9・16・23・30、 12/7・21、1/11・ 18・25 一般	15人	3,000円 (12回分)	日常、トラベル会話	ハント デイビッド
健康	からだイキキ 元気体操 水曜日 13:30～15:00 10/1・8・15・22・ 29、11/5・12・ 19・26、12/3・ 10・17 一般	30人	500円 (12回分)	骨粗しょう症の予防、バランスアップ、筋肉を目覚めさせて、心も脳も身体もイキキ元気になる体操です。	本林洋子
	心からだヨガ 水曜日 10:30～11:45 10/8・22、 11/12・26、 12/10 一般	25人	1,000円 (5回分)	身体のかたい方やシニア世代にも安心なやさしいポーズで心と身体をゆっくりほぐし、体力向上とアンチエイジングをめざしましょう。つぼ押し、マッサージで疲労回復！内側からも元気に。	杉浦久美子
親子	音楽療法親子ヨガ 火曜日 10:00～11:30 10/14・28、 11/11・25、 12/9 幼児と その親	15組	500円 (5回分)	音楽を聴きながら、親子でヨガを体感しスキンシップを図り、より絆を深めることができます。音楽療法ヨガは、集中力を高め、元気が出えます。	久野末耶子
	ベビーマッサージ と体操 金曜日 10:15～11:30 10/10・24、 11/14・28、 12/12、1/9・23、 2/13 首のすわった 3～7か月の 赤ちゃん とお母さん	14組	2,400円 (8回分)	ベビーマッサージは、肌が触れ合うことで赤ちゃんとお母さんの心や身体を元気にしてくれます。赤ちゃんは大好きな人に触れられる事で情緒が安定し赤ちゃんもママもパパも癒されます。(上のお子さんの参加はできません。)	吉田恵子

申込みに当たっての注意事項（全講座共通）

- ※申込書の持ち帰りはできません。その場で必ず教材費を添えてお申込みください。
- ※再受講はご遠慮ください。
- ※参加申込みが10人に満たない講座は中止します。
- ※日程等は講師の都合により変更する場合があります。
- ※中央公民館講座と知立文化広場講座の申込み開始時間が異なりますので、ご注意ください。

