



知立市は、Pitch FMと
災害時の放送に関する
協定を結んでいます。

Pitch FM83.8

暮らしの情報

催し物、講座・教室のご案内など生涯学習情報がいっぱい!

催し

図書館 絵本の時間

- ▼とき 11月6日(木)・13日(木) 午後2時30分から
- ▼ところ 図書館 おはなしコーナー
- ▼行う人 図書館職員・ボランティア
- ▼内容 絵本の読み聞かせ・ミニブックトーク・紙芝居など
- ▼問合せ 図書館 (☎83-1131)

図書館 紙芝居の会

- ▼とき 11月15日(土) 午後2時から
- ▼ところ 図書館 おはなしコーナー
- ▼行う人 あおみの会 朗読グループ
- ▼内容 「みみをすませて」「サンボじいさんのいし」
- ▼問合せ 図書館 (☎83-1131)



第24回 西丘文化センターまつり

- 教室・同好会の日頃の練習成果と作品の発表を中心に「西丘文化センターまつり」を開催します。
- 和太鼓や民謡などの芸能発表をはじめ、各種展示やバザー、呈茶や料理試食なども行います。
- どなたでも参加できますので、皆さんのお越しをお待ちしています。
- ▼とき 11月15日(土) 午前10時～午後3時
 - 16日(日) 午前9時～午後3時
 - ▼ところ 西丘文化センターおよび西丘コミュニティセンター
 - ▼内容 【両日】作品展示、バザー
 - 【15日のみ】体験コーナー(編み物、手書き友禅、パッチワーク)
 - 【16日のみ】芸能発表、料理試食、呈茶

問合せ 西丘文化センター (☎1200・月曜休館)

猿渡公民館 文化発表会

- 猿渡公民館を利用していらっしゃる皆さんの成果発表です。作品展示・体験もありますのでぜひご来場ください。
- ▼とき 11月15日(土)・16日(日) 午前9時～午後5時(16日(日)は午後4時まで)
 - ▼ところ 猿渡公民館
 - ▼展示物 墨絵、華道、書道、絵画、手編み、俳句、盆栽、絵てがみ、造形、洋裁、パッチワーク、写真
 - 呈茶
 - ▼とき 15日(土) 午前9時～午後5時
 - 16日(日) 午前10時～午後3時30分
 - ▼呈茶券 一席300円
 - 体験コーナー(講座室)
 - 【手編みで作るブローチ】

毛糸でお花の形のブローチを作ります。洋服やバッグなどにつけて、おしゃれを楽しみませんか。誰でも簡単につくることが出来ます。親子での参加もお待ちしております。

- ▼とき 15日(土) 午前10時～正午、午後1時30分～3時
- 16日(日) 午前10時～正午
- ▼参加費 1作品200円
- ※各日先着10人

- ▼問合せ 生涯学習スポーツ課(中央公民館内) ☎(83)1165・月曜休館

広告

弁護士法人 白濱法律事務所

(愛知県弁護士会所属)

- 不動産、建築トラブル
- 相続、遺留分、離婚
- 交通事故、労災事故
- 企業法務
- 債権回収
- 破産、債務整理
- 刑事

相談料無料
(初回30分)

- 弁護士 白濱 重人
- 弁護士 香川 広志
- 弁護士 加藤 千冬
- 弁護士 武林 寛明
- 弁護士 西尾 祐一郎
- 弁護士 三島 侑子
- 弁護士 川本 英典

刈谷事務所 ☎0566-91-0210

刈谷駅南口よりすぐ
刈谷市若松町2丁目2番地

岡崎事務所 ☎0564-54-3777

JR岡崎駅東口よりすぐ
岡崎市羽根町字北ノ郷45

▶ <http://si-law-office.com>

TEL 0566-83-1111 (代表)
 ※問合せは知立市役所 FAX 0566-83-1141
 E-mail : info@city.chiryu.lg.jp



第2回 ノルディックウォーキング体験会

9月に開催して大変好評だった体験会の第2回を開催します。初心者の方も経験者の方もぜひご参加ください。

▼とき 11月15日(土) 午前8時30分集合
 ▼集合場所 知立文化広場 井戸尻駐車場
 ▼対象者 小学生以上

▼その他
 ・事前の申込みが必要です。
 ・ポールのない人も参加できます。
 ・(申込み時に確認してください。)

・両手が自由になるような運動ができる服装・くつ、飲み物等持参ください。
 ・雨天の場合は中止とします。

▼申込み・問合せ 生涯学習スポーツ課(福祉体育館内) ☎(82)5151へ。

第1回 みんなのソフトミニバレーボール大会

ふれあいと体力の維持増進を目的に、さわやかにリフレッシュしましょう。

▼とき 平成27年2月14日(土) 午前

8時30分受付、9時開会
 ▼ところ 福祉体育館 主競技場
 ▼対象 18歳以上の市内在住・在勤・在学の人(初心者も大歓迎)
 ▼部門 女性の部、混成の部(男性1人)
 ※1チーム5人以上。キャプテンを1人決めてください。

▼参加費 1チーム1千500円
 ▼競技規則 「ソフトミニバレーボールCHIRYUルール」による。
 ▼組合せ抽選会 平成27年1月24日(土)午後1時30分から(猿渡小体育館)

▼申込み 11月30日(日)までに申込書に記入のうえ、生涯学習スポーツ課(福祉体育館内)へ。
 ▼問合せ 猿渡小学校 林俊典(☎81)372 午前9時〜午後4時(平日のみ)

知立市近隣卓球大会

▼とき 12月21日(日) 午前9時受付、9時30分開始
 ▼ところ 福祉体育館 主競技場

▼対象 市内・近隣市に在住・在勤・在学の高校生以上の人
 ▼種目 男子ダブルス・女子ダブルス

▼試合方法 予選リーグ後、上位は決勝トーナメント、下位はお楽しみトーナメントを行います。

▼定員 男女各40組(先着)
 ▼参加費 1組2千円
 ▼申込み 11月21日(金)必着で、申込書に必要事項を記入のうえ、現金書留で【〒472-0007 牛田町西裏71 富楽弘】へ。

※選手は実力上位の順に記入してください。
 ▼問合せ 市卓球協会 富楽(☎090-1239-4768)、荒木(☎090-3950-1398)

硬式テニス インドア教室

▼とき 12月2日〜平成27年2月10日の火曜日(全10回) 午後7時〜8時30分
 ▼ところ 福祉体育館 主競技場

▼対象 市内在住・在勤・在学の中学生以上の人
 ▼定員 25人(多数の場合は代理抽選)

▼受講料 大人8千500円 中学生7千450円
 ▼持ち物 ラケット(貸出あり)、テニスシューズ、運動のできる服装

▼申込み 往復はがきに「①住所②氏名(ふりがな)③電話番号④性別⑤年齢」を明記し、11月14日(金)必着で【〒472-0023 知立市西町草刈10-5福祉体育館内 硬式テニスインドア教室係】へ。返信用はがき持参のうえ、福祉体育館での申込みもできます。

▼問合せ 生涯学習スポーツ課(福祉体育館内) ☎(82)5151 午前9時〜午後5時(月曜休館)、市テニス協会 加藤(☎090-3386-2525)

ご遺族にきちんと寄添い丁寧なサポート!!
 フランチャイズ店に負けない 高いサービス 低価格を実現

フューナリアル前嶋

かきつばた会館
 TEL 0566-85-1194

真宗大谷派(東本願寺)・浄土真宗本願寺派(西本願寺)
 曹洞宗・浄土宗・日蓮正宗・日蓮宗・真言宗・天理教
 創価学会・友人葬・お別れ会・音楽葬 など
 宗旨・宗派・お寺をとわず『どなたでも』ご利用が出来ます。

詳しくはホームページ又は問い合わせを
<http://www.sogiya.jp/>

三國屋葬具本舗 前嶋商店
 知立市内幸町平田104 ☎(0566) 81-3619

年中無休 24時間営業 広告

サンヘルズ さとの湯

●フリーコース(タオル・バスタオル・館内着つき) ●3時間コース
 ※毎月26日はフロアの日、毎月末日はみそか風呂他、家族デー、サンキューデーがいっぱい!!

お風呂でゆっくり、レストルームや仮眠室でのんびり、マンガルーム(約1万冊)でマンガ読み放題。
 各種イベントで楽しく、くつろぎ方はあなた次第!

〒448-0005 刈谷市今川町阿野前 11-1
 3 6 5 日 フ ロ サ
 ☎0566-36-5268
 ●ホームページを新設しました!
<http://www.satonoyu.co.jp/kariya.html>



メタボ脱出のための
栄養・運動講座

メタボリックシンドロームとは、過剰な内臓脂肪を原因として、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病にかかりやすくなっている状態のことです。脳梗塞や心筋梗塞などへ進行する可能性も高く、放っておくと危険です。しかし、原因となる内臓脂肪は、運動や食事内容の見直しにより改善することができます。栄養講座では、カロリークイズやバランスのとれた食事のポイントを分かりやすくお伝えします。運動講座では、効果的なウォーキングのコツや、テレビを見ながら簡単にできる運動を実際に行います。

夜空の世界へ
～一生に一度のお月見会～

11月5日(水)は171年ぶりの「後の十三夜」です。今年は十三夜が2回ある特別な年。今世紀最後のこの機会に素敵な思い出をつくりませんか。

- ▶とき 11月5日(水) 午後5時から ※2時間程度
- ▶ところ 図書館2階 視聴覚室
- ▶内容

- ・たちばな氏読み聞かせ『星のものがたり』
 - ・後の十三夜をはじめとする月のお話
 - ・望遠鏡で月を見てみよう(新地公園)
- ※雨天時は室内でのお話のみ。

- ▶行う人 浅田英夫氏(天文研究家)、たちばなれいこ氏(市在住絵本作家)

- ▶対象 どなたでも(子どもは大人と一緒に)

- ▶定員 50人
- ▶問合せ 図書館(☎83-1131)



目標を決めて生活改善を始め、内臓脂肪を減らしましょう。脱メタボを目指す人、ぜひご参加ください。

- ▼とき 12月11日(木) 午前10時～11時30分、午後1時30分～3時
- ▼ところ 保健センター2階 講座室
- ▼内容 講義

- 【午前】栄養講座【午後】運動講座
- ※午前・午後のみのご参加、両方のご参加、どちらでも構いません。
- ▼講師 管理栄養士・運動指導士・保健師
- ▼定員 50人
- ▼費用 無料
- ▼申込み・問合せ 電話または直接、保健センター(☎8211)へ。

刈谷豊田総合病院
市民公開講座

- ▼とき 11月15日(土) 午後2時30分

～4時

- ▼ところ 刈谷豊田総合病院診療棟5階 第1・2会議室
- ▼内容 知ってトクするピロリ菌(除菌で胃がん予防!)
- ▼講師 坂巻慶一氏(医師) 他
- ▼費用 無料(申込み不要)
- ▼問合せ 刈谷豊田総合病院総務グループ(☎259215)

チエアールヨガ体験会

チエアールヨガは椅子を使って行うヨガです。ヨガ初心者から経験者、どの年代の人にも無理なく楽しんでいただけます。

- ノルウェー出身の講師が、やさしい英語と日本語を織り交ぜながら行います。心身の健康のため、お気軽にご参加ください。
- ▼とき 11月19日(水) 午後1時30分～3時
- ▼ところ 福祉の里八ツ田2階和室
- ▼講師 グレーテ・アナイ氏
- ▼募集人数 15人(申込み順)
- ※未就学児同伴の受講はご遠慮ください。

- ▼参加費 無料
- ▼持ち物 タオル、飲物、あればヨガマット
- ▼申込み 11月14日(金)の午後5時までに電話で国際交流協会事務局(協働推進課内)☎(95)0144へ。

筋萎縮性側索硬化症患者
家族教室

- ▼とき 11月19日(水) 午後2時～4時
- ▼ところ 衣浦東部保健所3階大会議室
- ▼対象 筋萎縮性側索硬化症患者とその家族
- ▼内容
- ①講話「吸引器使用の必要性と実際」(講師 刈谷豊田総合病院看護師)
- ②生活に役立つ福祉用具の紹介
- ③交流会
- ▼申込み・問合せ 11月14日(金)までに衣浦東部保健所健康支援課 難病担当(☎214778)へ。

相続遺言贈与

刈谷駅前・相続相談室へ 無料相談会開催中!

- 運営: 司法書士あいち司法&相続
- ・気になるあの事を電話でちょっと聞くだけでも大丈夫です。相談費用はかかりません。
- ・刈谷駅北口徒歩3分 刈谷市相生町2-29-2 K-front ビル3階



司法書士今井裕司 業歴12年

得意分野: 相続/遺言/贈与

☎0120-130-914

<http://www.aichi-souzoku.com/> (あいち相続)検索

TEL 0566-83-1111 (代表)
 ※問合せは知立市役所 FAX 0566-83-1141
 E-mail : info@city.chiryu.lg.jp

西三河イベントだより

「豊田市」香嵐溪もみじまつり

▼とき 11月1日(土)～30日(日)
 ▼ところ 香嵐溪広場(豊田市足助町)ほか

▼内容 日没から午後9時まで飯盛山の紅葉をライトアップ。星に願いをin足助(11月9日(日)まで。巴川に無数の「いのり星®」を放流し幻想的な川面を演出)、中国料理人による食の実演、三河の陶器展、茶会、和太鼓演奏など
 ▼問合せ 足助観光協会(☎0565(62)1272)



「みよし市」市指定文化財「石川家住宅」を一般公開します

みよし市内に現存する明治時代の建物としては旧態を良好に維持しており、当時の生活文化を伝えるのみよし市指定文化財「石川家住宅」。11月3日(祝)の開所式、テープカット終了後から一般公開します。
 ▼開館時間 午前9時～午後4時30分(3日は午前11時30分から)
 ※長屋門から入館し、受付簿に必要事項を記入してください。
 ▼休館日 月・火・金曜日、年末年始(12月28日～1月4日)

▼公開部分 長屋門(一部非公開の場所あり)、主屋(一部非公開の場所あり)、東蔵、庭園
 ※西蔵、南門は非公開です。

▼展示内容 石川家住宅所蔵の調度品をはじめ、石川家住宅のたずまひに合わせて歴史民俗資料館の収蔵品を展示します。また、季節に応じて年中行事を再現したり、懐かしい時代の資料を展示したりする予定です。

▼入館料 無料
 ▼その他 11月・12月の土・日曜日を中心に昔の遊びや生活を体験する講座を開催予定です。
 ▼問合せ みよし市歴史民俗資料館(☎0561(34)5000)



寄付

ご寄付ありがとうございました。(敬称略)

■市へ
 (福祉のため)
 名鉄東部交通(株)知立営業所
 名鉄東部交通知立営業所労働組合
 金5万円
 車イス2台

■社会福祉協議会へ
 (現金の寄付)
 ・ふるさとパート3 3千193円
 ・伊藤克 1万円

かっきー健康応援コーナー

知立を元気に!

健康づくり応援キャラクター「かっきー」



シリーズ9. 糖尿病

11/14 (金) は世界糖尿病デーです。
 11/10 (月) ～11/16 (日) は糖尿病週間です。

食べすぎや運動不足などにより血液中のブドウ糖が慢性的に高い状態になる糖尿病。長い間放置していると、からだの中の細い血管に障害が起こり、失明や、腎臓病、神経障害などを引き起こします。

糖尿病を予防する為にこんなことに注意してみましょう!

糖尿病はかなり進行してからでないと自覚症状が現れません。早期に気づき、血糖コントロールに取り組む事で、合併症に歯止めをかけられます。早期発見の為に検査を受けて自分の体の状態を知ることが大切です。また、糖尿病は肥満と深い関わりがあるため、自分自身の生活習慣を見直してみましょう。

軽い仕事の人 25～30kcal
 中程度の仕事の人 30～35kcal
 重労働の人 35～kcal

食生活

標準体重

- ①適正なエネルギー量の食事を摂りましょう。
 あなたの1日の適正エネルギー量 (kcal) = 身長 (m) × 身長 (m) × 22 × 身体活動量 (kcal)
- ②栄養バランスの良い食事を。食卓には「主食・主菜・副菜」をそろえましょう。
- ③食物繊維の摂取を。また、砂糖が多い食品は控え、塩分、脂肪は摂り過ぎないようにしましょう。
- ④お酒はほどほどにし、週2回は休肝日をつくりましょう。

日常生活

- ①肥満・太り気味を改善しましょう。有酸素運動(速歩(6km/時間)・水泳・スロージョギングなど)は肥満を解消し、血糖値を下げる効果があります。
- ②疲労・ストレスを上手に解消しましょう。
- ③1年に1回は健康診断を受けましょう。

▶問合せ 保健センター(☎82-8211)

運動の目安
 ・1日に15～30分×2回
 ・週3日以上、できれば毎日
 ・食事の1～2時間後が理想的



町内会は、同じ地域に住む人たちが地域清掃、ごみの集積・分別、防犯・防災活動、健康推進活動、文化活動等の様々な活動を通じ、さらに住み良い地域を作ることを主な目的として組織されています。各町内会では、下表のとおり催しを開催しますので、町内会に積極的に参加し、地域の人たちとコミュニケーションづくりをしましょう。なお、内容・時間などの詳細については、各町内会区長さんまでお問合せください。

▶問合せ 協働推進課 協働人権係 (☎95-0144)

町内会作品展示・芸能発表会等のご案内

地区名	行事名	とき		ところ
長篠町	区民文化展	11月1日(土)	9:30~17:00	長篠公民館
		11月2日(日)	9:30~15:00	
	区民芸能大会	12月7日(日)	12:00~17:00	
山町	文化展	平成27年2月21日(土)	10:00~16:00	山町公民館
		平成27年2月22日(日)	10:00~15:00	
新地町	文化祭	11月15日(土)	9:00~17:00	新地公民館
		11月16日(日)	9:00~15:00	
	芸能祭	平成27年3月1日(日)	9:30~15:00	
宝町	文化祭	平成27年2月13日(金)	10:00~16:00	宝町公民館
		平成27年2月14日(土)	10:00~15:00	
	芸能祭	平成27年2月15日(日)	10:00~16:00	
逢妻町	福祉文化展	11月23日(祝)	9:00~15:30	逢妻保育園
		11月24日(休)		
西丘町	西丘文化センターまつり	11月15日(土)	10:00~15:00	西丘文化センター 西丘コミュニティセンター
		11月16日(日)	9:00~15:00	
上重原町	文化展	11月8日(土)	9:00~16:00	上重原町公民館
		11月9日(日)	9:00~15:00	
	芸能祭	平成27年2月8日(日)	12:30~17:00	パティオ池鯉鮒 (花しょうぶホール)
弘法町	文化展	11月8日(土)	10:00~16:00	弘法公民館
		11月9日(日)	10:00~15:00	
西中町	文化展	11月15日(土)	9:00~17:00	西中町第1公民館
		11月16日(日)	9:00~16:00	
新林町	文化展	11月8日(土)	13:00~17:00	新林町公民館
		11月9日(日)	9:00~16:00	
谷田町	文化展	11月15日(土)	9:00~16:00	谷田町第2公民館
		11月16日(日)	9:00~15:00	
	芸能祭	11月16日(日)	9:00~12:00	谷田町コミュニティー センター
八ツ田町	文化展	11月8日(土)	10:00~17:00	八ツ田町公民館
		11月9日(日)	10:00~16:00	
牛田町	文化展	11月8日(土)	9:00~16:00	牛田町公民館
		11月9日(日)	9:00~15:00	
南陽区	文化展	平成27年1月31日(土)	10:00~17:00	南陽区公民館
		平成27年2月1日(日)	10:00~16:00	
八橋町	文化祭	平成27年1月18日(日)	9:00~16:00	八橋町公民館
来迎寺町	文化展	平成27年1月24日(土)	9:00~16:00	来迎寺町公民館
		平成27年1月25日(日)	9:00~15:00	

文化協会からのお知らせ

▶申込み・問合せ 文化会館事務局（文化会館内 火～金曜日の午前10時～午後4時 ☎83-0151）へ。

第15回しみん芸術祭 文化賞・文化奨励賞表彰式 文化講演会 花田景子氏

- ▶と き 11月16日(日)
午後1時30分開演
- ▶ところ 文化会館 かきつばたホール
- ▶文化賞・文化奨励賞表彰式
- ▶文化講演会 『母として、妻として、女将として』
- ▶講師 花田景子氏



- ▶入場料 無料（入場整理券は中央公民館・図書館・猿渡公民館・文化広場・文化会館・文化協会事務局で配布中です。）
- ※満席の場合は入場をご遠慮いただきますのでお早めにお越しください。

しみん芸術祭 「創作部門」展示

文化協会創作部門による作品展示会とともに大好評スタンプラリーも開催します。

- ▶と き 11月8日(土)、9日(日)
午前10時～午後5時
(9日は午後4時まで)
- ▶ところ 文化会館

しみん芸術祭 「民踊」のつどい

出演者の熱演による、お楽しみいっぱい華やかな舞台です。ぜひご来場ください。

- ▶と き 11月9日(日)
午前10時30分から
- ▶ところ 文化会館 かきつばたホール

しみん芸術祭 文化協会美術部門展(選抜展)

文化協会美術部門による作品展示会が開催されます。

- ▶と き 11月14日(金)～16日(日)
午前10時～午後5時
(最終日午後4時まで)
- ▶ところ 文化会館

文化協会 市民茶会

秋を華やかに彩る市民茶会が開催されます。ぜひお楽しみください。

- ▶と き 11月16日(日)
午前10時～午後4時
- ▶ところ 文化会館
- ▶茶券 一席400円
- ▶席主 宗偏流 保田宗雄、表千家 細井宗香、売茶流 松井洋仙窟、知立東高校茶道部、竜北中学校茶道部、南中学校茶道部

文化協会市民教室 はじめてのジャズダンス 楽しく踊ってみよう

- ▶と き 11月19日(水)・26日(水) 午後7時～9時
- ▶ところ 文化会館 リハーサル室1
- ▶内容 基本のダンスステップと簡単な手の動きを練習します。その組み合わせによる簡単な振り付けで1曲踊っちゃいましょう。初心者向けですが、経験者も楽しめるプログラムです。
- ▶対象 市内在住の中学生以上
- ▶講師 鈴木真理子氏（三代真史ジャズ舞踊団）
- ▶定員 15人（申込み順）
- ▶持ち物 運動のできる服装・室内シューズ・汗拭きタオル・飲み物
- ▶教材費 無料
- ▶申込み 11月5日(水)～14日(金)までに文化協会事務局へ。



文化協会市民教室 華やかなおもてなし飾りの几帳を作りましょう

- ▶と き 11月25日(火)、12月2日(火) 午後1時30分～4時
- ▶ところ 中央公民館 第2講座室
- ▶内容 お正月に向けて直線縫いのみのできる華やかなおもてなし飾りの几帳です。
(サイズ30cm×30cm)
置物は季節に合わせてアレンジしてレイアウトしてみましょう。
- ▶対象 市内在住の人
- ▶講師 梶山桂依子氏
- ▶定員 5人（申込み順）
- ▶持ち物 裁縫道具（縫い針、はさみ、ものさし）
- ▶教材費 8,000円（飾り専用スタンド付、当日徴収）
- ▶同時募集 5分の1サイズに縮小したミニ着物作り（2人募集、教材費3,000円）
- ▶申込み 11月5日(水)～14日(金)までに文化協会事務局へ。



第6回中央公民館芸能発表会

中央公民館を利用している自主講座受講生による成果発表会が開催されます。作品展示と同時に体験教室も設けていますので、お気軽にご来場ください。▶問合せ 生涯学習スポーツ課（中央公民館内 ☎83-1165 月曜休館）

部門	参加団体	とき・ところ（中央公民館）	備考
学習成果発表会	あすなろ知立フォークダンスサークル・豊優会・美翔会・明峰岳風会・ひまわりクラブ・知立中央ブアケパロ・リーダークライス・知立フォークダンスクラブ・3Bジュニアちりゅうプレイキッズ&プレイリトルキッズ・キッズM	11/29(日) 12:00~15:05 講堂	入場無料
作品展示	陶芸クラブ・陶遊会・レザンの会・つーゆー・知立友絵会	11/29(土) 9:00~17:00 11/30(日) 9:00~16:00 第1・2講座室、第2実習室、大会議室	入場無料
体験教室	絵手紙（つーゆー）	11/29(土) 9:00~12:00 13:30~16:50 11/30(日) 9:00~12:00 13:30~15:30 大会議室	参加費 無料 対象 市内在住・在勤者

中央公民館講座成果発表・体験コーナー

中央公民館講座受講生による成果発表会が開催されます。作品展示と同時に体験教室を設けています。事前申込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。▶問合せ 生涯学習スポーツ課（中央公民館内 ☎83-1165 月曜休館）

部門	講座名・内容	とき・ところ（中央公民館）	備考
作品展示	篆刻、子ども絵画教室 簡単おしゃれな生け花（日本華道松月） 手作りアルバムで写真整理（スクラップブックング） 大人のおしゃれ入門 やさしくできるパッチワーク トールペイント	11/22(土) 9:00~17:00 11/23(祝) 9:00~16:00 大会議室、第2実習室、 第1講座室	入場無料
体験教室	トールペイント ※クリスマスツリーのプランタースティックを作ります。 やさしくできるパッチワーク ※はぎれで昔懐かしいお手玉を作ります。	11/22(土)・23(祝) 両日ともに 10:00~12:00 13:00~15:00 第2実習室	参加費：1作品200円 定員：1日先着20人 参加費：1作品200円
呈茶	茶道（裏千家） ※呈茶を行います。	11/29(日) 10:00~15:00 1階ホール	呈茶券：1席300円 席主：茶道講座受講生一同

生涯学習フェスティバル 1Day 講座 参加者募集

▶申込み 11月8日(土)~14日(金)の午前8時30分~午後9時まで、中央公民館で申込書を記入のうえ教材費を添えて申込みください。申込み順に受付を行い、定員になり次第締切ります。（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。）

▶受講資格 市内に在住在勤の人 ▶問合せ 生涯学習スポーツ課(中央公民館内 ☎83-1165 月曜休館)
(敬称略)

講座名	とき・ところ（中央公民館）	定員	教材費	内容	講師
ラテアートを 楽しもう	11/22(土) 10:00~12:00 料理実習室	20人	1,000円	今人気のラテアート。家庭用エスプレッソマシーンを使って、コーヒーにミルクでかわいい模様を描きます。	城殿トシ子
ハンギング バスケット	11/23(祝) 14:00~15:30 第1実習室	10人	3,000円	広い庭や花壇がなくても花を楽しむことができるのがハンギングバスケットの魅力です。ハンギングバスケットで家の周りを彩ってみませんか。	山本ナホ

第14回
生涯学習フェスティバル
第13回
ジュニア囲碁将棋大会

常日頃から囲碁・将棋に親しんでいる子どもたちに、その成果を試す機会と親睦を深める目的として大会を開催します。

▼とき 11月30日(日)

▼ところ 中央公民館

▼参加資格 市内の小学生・中学生

【囲碁の部】

初級の部(18級以下)

中級の部(17~8級)

上級の部(7級以上)

【将棋の部】

小学生低学年の部(1~4年生)

小学生高学年の部(5~6年生)

および中学生の部

おおよび中学生の部

▼定員 各部門20人

▼対局

囲碁の部はリーグ戦およびトーナメント戦方式

将棋の部はリーグ戦方式で決勝は上位者によるトーナメント戦方式

ト戦方式

▼参加費 無料

▼申込み 11月1日(土)~22日(土)の午前9時~午後9時に中央公民館窓口へ。(月曜休館)

▼問合せ 生涯学習スポーツ課(☎83-1165)

生涯学習係(☎83-1165)

生涯学習係(☎83-1165)

生涯学習係(☎83-1165)

生涯学習係(☎83-1165)