生きがい　ふれあい　発見　知立の生涯学習

中央公民館講座【後期】

9月12日㈯ 8時30分 受付開始！

《申 込 み》9月12日㈯～18日㈮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。

《受付時間》午前8時30分～午後9時

《受付場所》中央公民館（知立市広見3丁目1番地　☎83－1165　月曜休館）

《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

知立市マスコットキャラクター ちりゅっぴ

（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 10/6・13・20・27 11/3・10・17・24 12/1・8・15・22	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・後期）	土曜日　13：30～15：30 10/10・17・24・31 11/7・14	一般	10人	2,000円 （6回分）	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：Windows Vista 使用ソフト：マイクロソフト・ワード2007）	梛野　節子
	【パソコン講座】はじめてのエクセル（基礎・後期）	金曜日　19：00～21：00 10/9・16・23・30 11/6・13	文字入力とマウス操作の出来る人	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：Windows Vista 使用ソフト：マイクロソフト・エクセル2007）	梛野　節子
	ギターをひこう	土曜日　10：00～12：00 10/10・24、11/14 12/5・19、1/16・30 2/13	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
	懐かしの童謡、唱歌を歌おう	金曜日　10：00～11：30 10/9、11/13、12/18 1/8、2/12、3/11	一般	25人	500円 （6回分）	懐かしい歌を口ずさむと、心の思い出がよみがえります。合唱経験が無くても大丈夫。童心にかえって楽しみましょう。	池本　友紀
料理	楽しい飾り巻き寿司	木曜日　10：00～12：00 10/22、11/26、12/24 1/28、2/25、3/24	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 10/21・28、11/4・11・18・25、12/2・9・16・23、1/6・13	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 10/30、11/6・13・20・27、12/4・11・18・25 1/8・15	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、いつでも、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 10/1・15・29 11/5・19、12/3・17 1/7・21、2/4	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
親子	ベビーとお母さんの体操（後期）Ⅰ	金曜日　10：00～11：00 10/2・16・30、11/13 12/4・18、1/15・29	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 10/2・16・30、11/13 12/4・18、1/15・29	5か月～12か月の乳児とその親	12組	1,500円 （8回分）		坂東　きく与

文化広場講座【後期】

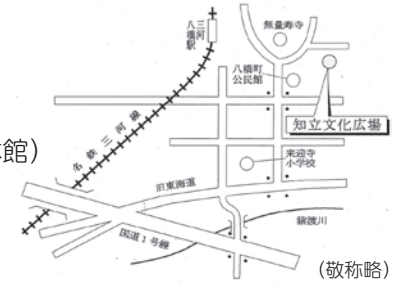
9月12日㈯
13時受付開始！

《申 込 み》9月12日㈯～18日㈮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、申込み順に受付けを行い、定員になり次第締切ります。

《受付時間》9月12日㈯　午後1時～5時、9月13日㈰以降　午前9時～午後5時

《受付場所》知立文化広場（知立市八橋町井戸尻28番地1　☎83－2673　月曜休館）

《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



（敬称略）

	講座名	とき・対象		定員	教材費	内容	講師
くらし・文化	手で編む布ぞうり	木曜日　10：00～12：00 10/15、11/19 12/17、1/21 2/18、3/17	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	水曜日　10：30～12：00 10/14、11/11・25 12/9、1/13・27	一般	10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 10/1、11/5、12/3 1/7、2/4、3/3	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 10/18 11/1・8・15・22・29 12/6・13 1/10・17・24・31	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	心からだヨガ	金曜日　13：00～14：30 10/9・23 11/6・20 12/4	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 10/13・27 11/10・24 12/8	2歳～未就園の幼児とその親	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、元気が出てきます。	久野　未耶子
	ベビーマッサージと体操	金曜日　10：15～11：30 10/9・23、11/13・27 12/11、1/8・22、 2/5	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) (オイル代を含む)	肌が触れ合うことで赤ちゃんとママ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

申し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（定員が10人の講座は7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。

受付開始日時　中央公民館……9月12日㈯　午前8時30分から
　　知立文化広場……9月12日㈯　午後1時から

知立市
マスコットキャラクター
ちりゅっぴ