

場 西庁舎 3階 公民館

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上の人

申 7月3日(月)～20日(木)に、生涯学習課窓口(本人に限る)で申込。郵送の場合は7月20日消印有効。1人で2つ以上の講座に申込可能ですが、はがき1枚につき1講座のみ有効です。お申し込み後のキャンセルはできません。

【あて先】 ☎480-1196 (住所不要) 生涯学習課「ながくて・学び・アイ講座」

【裏面】 ①講座番号と講座名 ②氏名、年齢 ③郵便番号、住所 ④電話番号 ⑤FAX番号 ⑥在勤・在学者はその旨 ⑦子ども連れの場合は子どもの年齢

他 講座番号15・17は10人、その他の講座は7人の受講生がいないと開講しません。詳しくは市HPや市役所、福祉の家、中央図書館、Nピアなどに設置してあるチラシをご覧ください。

※本講座は、講師も受講生もお互いに学びあうという趣旨のもとに企画・運営しています。当日の受付や教室のセッティング、後片付けなど円滑な運営がされるように受講生のみなさんのご協力をお願いします。

すべて初心者向け

※14、15、16、17番の講座は、お子様連れでの参加が可能です。※費用は、受講料+資料・材料費の合計です。

番号	講座名	講師	日時	定員	費用	場所
12	コミュニケーション スキルアップ講座	インストラクター 石田 京子	9月6、20日、10月4、18日(水) 10:00～11:30	15人	2,200円	学習室2
	自分らしさは他人が決める。パフォーマンス学・交流分析の理論とワークで心の伝え方と読み取り方を学ぶ講座 持 顔の映る鏡					
13	イキイキ健康ヨガ	ジョティヨガスタジオ主宰 ミエ	9月6、13、27日、10月4日(水) 13:30～15:00	15人	1,600円	和風会議室
	『ふう〜っと』 ゆっくり息を吐こう！深い呼吸が心と体をゆるめます。イキイキ健康な日々を過ごしましょう。 持 ヨガマットまたはバスタオル、動きやすい服装					
14	ポーセラーツ体験教室	日本キルンアート協会講師 田頭 千晶	9月7日、10月5日、11月9、30日(木) 10:00～11:30	10人	9,200円	学習室2
	白磁を自分好みにデザインして、世界にたった一つしかない作品を作ってみましょう。 持 特になし					
15	「腸活」でハッピーライフ ～腸は第二の脳～	食育インストラクター 樋口 圭子	9月7、14、21、28日(木) 13:30～15:00	30人	1,400円	研修室
	腸が汚れていると、心と体のあちこちに悪影響が…。食べ物と生活習慣の改善で、腸内美人・腸内イケメンに！ 持 筆記用具					
16	お産のふりかえりから学ぶ、 いのちのお話会	助産師 鈴木 知佳	9月8、22日、10月6、20日(金) 10:00～11:30	12人	2,820円	和風会議室
	お産に寄り添う助産師を交えて、お産やいのちについて考え、感じるお話会です。 (いのちの絵本を持ち帰りいただけます) 持 筆記用具					
17	フラダンス アロハの風を感じませんか	田中 裕美	9月9日、10月7日、11月4日(土) 13:30～15:00(全3回)	50人	900円	研修室
	基本のステップとハンドモーションが丁寧に学べます。年齢を問わずアロハの風を感じ癒されましょう。 持 タオル、飲み物、Tシャツ(パウスカートは貸し出します。)					
18	実用書道・ボールペンの 基礎練習	寺島 雅鳳	9月13、27日、10月11、25日(水) 10:00～11:30	10人	1,400円	学習室2
	ペン字の基礎(楷書・行書・草書の書き方)を練習しましょう。宛名書きの基本まで。 持 ボールペン					

ながくて学びアイ講座 講師募集

HPを見る 問 生涯学習課 ☎56-0627 (記事ID 10192)

みなさんの得意な分野を生かし、講師として参加してみませんか。詳しくは、市HPや生涯学習課窓口で配布する募集要項をご覧ください。

対 教える意欲のある18歳以上の人。募集15人(15講座)程度。

申 7月3日(月)～21日(金)までに窓口で申込書を提出。郵送の場合7月19日(水)消印有効。

他 開講期間は12月1日(金)～平成30年2月28日(水)。講座は1回90分、4回までとし、開講期間内の同じ曜日、同じ時間とします。毎週でなくても構いません。