

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(すべて初心者向け)

申 11月1日(水)～20日(月)に、生涯学習課窓口(本人に限る)で申込。郵送の場合は11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36、41は10人、38は8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、文化の家、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。

\*お子様連れでの参加が可能な講座は36、38、39(条件つき、詳細は以下の内容をご確認ください)、42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
36	「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	1月10、17、24、31日(水) 10:30～12:00	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					
37	和布飾り 「蓮の美に、お雛様を飾る」	脇田 恵理子	1月10、24日、2月7、21日(水) 10:00～11:30	10人	3,000円	学習室2
	和布で小さなお雛様や小物を手縫いして作り、蓮の美の中に詰めて飾ります。 持 裁縫道具及び縫い糸					
38	子育てママと子どもの ためのアロマセラピー	ナドジャパンアロマセラピスト 西浦 ひろ子	1月11、18、25、2月1日(木) 10:30～12:00	20人	3,500円	学習室1・2
	スキンケアや感染症予防、心のケアなど、子育てに取り入れたい安全で確かなアロマセラピーを学びます。 持 ハンドタオル、筆記用具					
39	はじめての アクセサリ作り	矢野 絢子	1月13日、2月3、24日(土) 9:30～11:00	10人	3,400円	講義室
	コットンパール、スワロフスキーなどを使いアクセサリを作ります。初心者でも上手にできます。(4歳以上で1人遊びができればお子様連れでの参加が可能です) 持 平やっこ、丸やっこ、ニッパー、ビーズトレイまたはハンドタオル(大)					
40	英語ABCからもう一度	神谷 太郎	1月22、29日、2月5、12日(月) 9:30～11:00	20人	1,240円	講義室
	アルファベットから学びます。何度も繰り返し練習します。決してあきらめません。 持 特になし					
41	ヨガ ～からだと心の本音を見つめよう～	marico	1月12、26日、2月2、23日(金) 10:00～11:30	30人	1,400円	研修室
	リラックス中心のハタヨガです。ラフターヨガやピラティス、アドラー心理学も触れ体と心の訓練もします。 持 ヨガマットかバスタオル、筆記用具、ノート1冊					
42	ママとベビーの癒しの ベビーマッサージ	大島 聡子	1月29日、2月5、19、26日(月) 10:00～11:30	10人	3,200円	和風会議室
	大好きなママの手でマッサージを受ける事により赤ちゃんはニコニコ笑顔に。親子で幸せ時間を過ごしましょう。 持 バスタオル、赤ちゃんの水分補給ができるもの(母乳、ミルク、お茶等)、赤ちゃんの普段のおでかけセット(おむつ、お気に入りのおもちゃ等)					

↑↑まちな話題↑↑

市民記者:ファーストサーブさんの記事

問 情報課 ☎56-0601 記事ID 3936

市民記者の記事を  
ぜひご覧ください!

HPを見る

スイフヨウ(酔芙蓉)が見頃

酔芙蓉は、朝のうちは純白、午後には淡い紅色、夕方から夜にかけては紅色になります。酒を飲むと顔色がだんだんと赤みを帯びるのに似ていることからこの名がついたといわれています。(花期は9～10月頃)



市民記者ホームページ

<http://nagakute0.seesaa.net>

長久手市 市民記者 検索 で検索