

# 公民館

◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みはいずれも午前8時30分からです。

※費用のかかる講座のキャンセルは、費用を負担していただく場合があります。

## 本庄公民館 ☎247383

◆ホットフラ教室 Part 2  
日時 9月26日から10月24日までの毎週月曜日(10月10日を除く) 全4回 午後1時30分～3時  
講師 逸見 真紀 先生  
定員 25人(先着順)  
用意 パレオ、飲み物  
申込 9月14日(水)から電話又は直接公民館へ

## 本庄東公民館 ☎23404

◆産後ママ プレティスエフ サイズ教室  
☎はにぼんチャレンジ対象事業  
日時 9月30日(金)・10月7日(金) 全2回 午前11時30分～午後0時30分  
講師 SOUKO 先生(産後姿勢認定アドバイザー)  
対象 産後3か月以上1年未満の人(お子さん同伴可)  
内容 育児中も健康で過ごせるようエクササイズを学ぶ

## 本庄南公民館 ☎218785

◆木目込み人形教室  
日時 10月5日から26日までの毎週水曜日 全4回 午前9時30分～正午  
講師 戸谷 節子 先生(久月人形学院正教授)  
内容 来年の干支(酉)を題材に作り方を学ぶ  
定員 12人(先着順)  
費用 3,500円  
用意 エプロン、小ばさみ、手拭き用タオル、筆記用具  
申込 9月12日(月)から電話又は直接公民館へ

## ◆初心者陶芸教室

日時 10月18日から11月15日までの毎週火曜日(11月1日を除く) 全4回 午前10時～正午  
講師 栗林 隆博 先生  
定員 15人(先着順)  
費用 1,000円  
用意 エプロン、手拭き用タオル  
申込 9月26日(月)から電話又は直接公民館へ

## 藤田公民館 ☎223332

◆初心者木目込み人形教室  
日時 10月13日(木)・27日(木)

るようエクササイズを学ぶ  
定員 5人(先着順)  
費用 無料  
用意 運動する服装、汗拭き用タオル、ヨガマット又は大判バスタオル  
申込 9月9日(金)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・金のみ連絡可)

## ◆本庄東公民館クラブ活動発表会(実演の部)

日時 9月25日(日) 午前9時30分～午後4時30分  
内容 民謡、大正琴、カラオケ、ハーモニカ、日本舞踊、詩吟、玉すだれ、太極拳、フラダンス、マリネラ等  
◆「ピーターラビット」を原文で読む会(シリーズその2)  
日時 10月4日から18日までの毎週火曜日 全3回 午前10時30分～11時30分  
講師 橋元 美慧 先生  
内容 原文をやさしく解説し、その英語表現を楽しみ学ぶ  
定員 10人(先着順)  
費用 無料  
用意 筆記用具、辞書  
申込 9月16日(金)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・金のみ連絡可)

## ◆秋のベネチアンガラスアート教室

日時 10月14日(金) 午前9時～11時30分  
講師 加藤 アサ子 先生  
内容 来年の干支を作る  
定員 10人(先着順)  
費用 3,500円  
用意 タオル、大和のり、エプロン、小ばさみ  
申込 9月12日(月)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・金のみ連絡可)

## ◆はにぼんチャレンジ対象事業

11月10日(木)・24日(木) 全4回 午前10時～正午  
講師 岩崎 禮子 先生(日本3B体操協会公認指導者)  
内容 三種類の器具を使いストレス発散  
定員 10人(先着順)  
費用 無料  
用意 運動する服装、室内用運動靴、バスタオル  
申込 9月12日(月)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・木のみ連絡可)

## ◆はにぼんチャレンジ対象事業

日時 10月6日から27日までの毎週木曜日 全4回 午後7時～8時30分  
講師 岩崎 禮子 先生(日本3B体操協会公認指導者)  
内容 三種類の器具を使いストレス発散  
定員 10人(先着順)  
費用 無料  
用意 運動する服装、室内用運動靴、バスタオル  
申込 9月12日(月)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・木のみ連絡可)

## 児玉中央公民館(セルデイ) ☎278851

◆ぬり絵からはじめる水彩の風景画教室  
日時 10月9日(日)から30日(日)

30分～正午  
講師 大類 敏美 先生(ガラスフュージングインストラクター)  
内容 ベネチアのミツレフィオーリ技法であなただけのペンダント作り  
※公民館に見本があります。  
定員 10人(先着順)  
費用 2,000円  
用意 カッター、ピンセット  
申込 9月20日(火)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・金のみ連絡可)



## 仁手公民館 ☎23538

◆楽しい手編み教室  
日時 10月20日から11月10日までの毎週木曜日 全4回 午後1時30分～3時30分  
講師 結城 みか子 先生(日本編物文化協会理事・埼玉県理事長)  
内容 カジュアルで素敵なベストを作製  
※公民館に見本があります。  
定員 12人(先着順)  
費用 5,000円(材料費)  
用意 カギ針(5号)、筆記用具、色鉛筆  
申込 9月19日(祝)から電話で

## ◆はにぼんチャレンジ対象事業

までの日曜日(23日を除く) 全3回 午後2時～4時  
講師 菅野 公夫 先生(本庄第一高校美術部元顧問)  
対象 小学生以上  
内容 ぬり絵で色塗りの技法を学び、水彩画のおもしろさに触れる  
定員 20人(先着順)  
費用 無料  
用意 水彩道具一式(絵の具、パレット、筆洗いバケツ、絵筆)、雑巾  
申込 9月15日(木)から電話又は直接公民館へ

## ◆月釜茶会

お茶会の雰囲気味わってみませんか。毎月第2日曜日に開催しています。(ただし、1月と8月はお休みです。)  
日時 9月11日(日) 午後1時～4時  
費用 500円(茶・菓子代)  
共和公民館 ☎270337

## ◆自分専用の手づくり酵素作り教室(秋の教室)

日時 9月26日(月) 午前9時30分～正午  
講師 中山 要 先生(中山ファーム(株)代表取締役)  
内容 自分の手でしか作れない酵素づくりの方法を学ぶ

公民館へ  
※1回の電話で1人受付。  
(月・火・木・金のみ連絡可)

## 本庄西公民館 ☎218786

◆本庄西公民館クラブ活動発表会  
日時 10月8日(土)・9日(日) 午前9時30分～午後4時(9日は3時まで)  
作品展示 パッチワーク、まゆ玉工芸、籐細工、和紙ちぎり絵、編み物、絵手紙、短歌等  
実演 フラダンス、ヒップホップダンス等  
※プレゼントもあります。

## 北泉公民館 ☎22484

◆ランタンキャンドル作り教室  
日時 9月28日(水)・10月5日(水) 全2回 午後1時30分～3時30分  
講師 根岸 初枝 先生  
内容 ローソクの材料で花柄の可愛いキャンドルを作る  
※公民館に見本があります。  
定員 10人(先着順)  
費用 800円



## ◆はにぼんチャレンジ対象事業

定員 20人(先着順)  
費用 1,100円  
用意 新品漬物樽(10～30L)、上白糖(1.1kg)、包丁、厚いまな板、フェイスタオル1枚、栗、林檎、梨、柿を各2個と人参・カボチャを適量  
申込 9月9日(金)から電話で公民館へ  
※1回の電話で1人受付。  
(火・水・金・土のみ連絡可)

## ◆リラックスヨガ教室

☎はにぼんチャレンジ対象事業  
日時 9月29日(木)・10月6日(木) 全2回 午後2時～3時30分  
内容 ゆったりした呼吸で健康を意識したヨガ教室  
講師 SOUKO 先生(全米ヨガアライアンス 200RY)  
定員 12人(先着順)  
費用 無料  
用意 ヨガマット又は大判タオル、運動する服装、飲み物  
申込 9月14日(水)から電話又は直接公民館へ(火・水・金・土のみ連絡可)

## 旭公民館 ☎25940

◆パッチワークキルト教室  
日時 9月21日から10月19日までの毎週水曜日 全5回 午前10時～正午

用意 エプロン、手拭き用タオル、筆記用具  
申込 9月12日(月)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・木のみ連絡可)

## ◆手作り饅頭教室

日時 10月7日(金) 午前9時30分～正午  
講師 山田 國子 先生  
内容 ふっくら美味しい味噌まんじゅうを作る  
定員 12人  
費用 400円  
用意 エプロン、三角巾、手拭き用タオル  
申込 9月12日(月)から電話又は直接公民館へ(月・火・水・木のみ連絡可)

## 児玉公民館(アスパアこだま内) ☎24789

◆旬の野菜で老化予防料理教室  
日時 9月21日(水) 午前9時30分～午後1時  
講師 森谷 典子 先生  
定員 15人(先着順)  
費用 400円  
用意 三角巾、エプロン、手拭き用タオル  
申込 9月9日(金)から電話又は直接公民館へ(火・水・金・土のみ連絡可)

## 講師 相田 晴美 先生(日本手芸普及協会パッチワークキルト講師)

内容 散歩にぴったりの軽くて小さめのポシェットを作る(ファスナーつきで安心)  
定員 14人(先着順)  
費用 3,200円  
用意 定規(40cmと20cm)、はさみ(紙用と布用)、裁縫用具、鉛筆  
申込 9月12日(月)から電話で公民館へ  
※1回の電話で1人受付。  
(月・火・木・金のみ連絡可)



## ◆イチジク料理教室

日時 9月27日(火) 午前9時30分～午後1時  
講師 公民館職員  
内容 お焼き風パンやジャムなどイチジクの種類に応じた調理法や食べ方の実習  
定員 12人(先着順)  
費用 1,000円(材料費)  
用意 エプロン、三角巾、手拭き用タオル、調理する服装  
申込 9月15日(木)から電話で公民館へ  
※1回の電話で1人受付。  
(月・火・木・金のみ連絡可)