

本庄市武術太極拳大会

日時 6月10日(日)
会場 シルクドーム
参加資格 市内在住者・連盟会員・愛好者
種目 集団演武・個人演武
その他 入門・初級・24式・32式剣ほか
参加費 2,000円
※連盟会員は500円。
申込 5月30日(水)までに
太極拳連盟・金子(☎②)
9467)へ

公民館

申込 5月9日(水)から電話
又は直接左記へ
★体育課 ☎1152
◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みは必ずしも午前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。
掲載の全公民館事業が
はにぼんチャレンジ対象事業

本庄公民館 ☎247383

◆小学生対象講座『キーホルダーを作って父の日にプレゼントしよう!』
日時 6月9日(土) 午後1時30分〜4時
講師 湯本 晴枝 先生
内容 布とレザールを縫い合わせたキーホルダー作り
対象 小学生全学年(3年生以下は付き添い同伴)
定員 10名(先着順)
費用 500円
用意 裁縫セット、筆記用具、飲み物
申込 5月17日(木)から電話



藤田公民館 ☎22332

◆歩いて発見健康づくり
ミステリーウォーキング
日程 5月15日(火)・22日(火)・6月5日(火) 全3回
午前9時〜午後4時30分
※少雨決行。一回のみの参加も可。
会場 藤田公民館集合・解散
講師 新井 光夫 先生
内容 コースは当日発表。史跡の再発見で脳も体も活性化する楽しいウォーキング

本庄西公民館 ☎218786

◆メディカルエアロビクス教室
日時 5月26日(土)・6月9日(土)・23日(土) 全3回
午後4時〜5時
講師 小林 一彦 先生
(福島接骨院柔道整復師)

内容 運動初心者や軽めの運動がしたい方向けの有酸素運動教室
定員 30名(先着順)
費用 無料
用意 運動する服装、汗拭き用タオル、飲み物
申込 5月15日(火)から電話
又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

◆筋力アップ教室

日時 6月8日(金)・15日(金) 全2回
午前10時〜11時30分
講師 込山 君代 先生
内容 高齢者も楽しく参加できる筋力アップ体操
定員 40名(先着順)
費用 無料
用意 運動する服装、飲み物
申込 5月17日(木)から電話
又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

◆アコースティックギター弾き語り初級教室

日時 6月17日から7月8日まで
毎週日曜日 全4回
午後1時30分〜3時
講師 関和 成昭 先生
内容 青春時代に弾いていたギターをもう一度手にとって、簡単なコードと

又は直接公民館へ(土・日は連絡不可)
◆ホットフラ教室〜楽しくシェイプアップ〜
日時 6月4日から25日まで
毎週月曜日 全4回
午後1時〜2時30分
講師 逸見 真紀 先生
内容 フラダンスとタヒチアンダンスを融合させたホットフラで心も体もリフレッシュ
※初心者でも楽しめます。
定員 25名(先着順)
費用 無料
用意 パレオ、汗拭き用タオル、飲み物
申込 5月22日(火)から電話
又は直接公民館へ(土・日は連絡不可)

◆オカリナ体験教室

日時 6月9日(土) 午前9時30分〜11時30分
講師 本庄公民館利用クラブジェノベーゼの皆さん
対象 小学3年生以上の初心者
※体験教室以降にオカリナを継続して行う方は講師と相談してください。
定員 30名(先着順)
費用 1,000円(プラスチックのオカリナ代)
※オカリナを持っている方

奏法で弾き語りに挑戦する
定員 10名(先着順)
費用 無料
用意 アコースティックギター(フォーク又はクラシック)
申込 5月18日(金)から電話
又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)



本庄南公民館 ☎218785

◆浴衣の着付け教室「夏祭り親子で浴衣を着ませんか」
日時 6月23日から7月7日まで
毎週土曜日 全3回
午前10時〜正午
講師 名畑 浩美 先生
内容 初めて着る人から上手に着こなしたい人まで丁寧に指導します
定員 20名(先着順)
費用 無料
用意 浴衣、半幅帯、腰ひも(3本)
申込 6月4日(月)から電話
又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

は無料。
オカリナ(アルトC)
申込 5月15日(火)から電話
又は直接公民館へ(土・日は連絡不可)

本庄東公民館 ☎23404

◆体の中から生き生き元気
日時 5月22日(火) 午前10時30分〜正午
講師 田邊 洋子 先生
内容 自分でできるリンパマッサージの講習と実習
定員 20名(先着順)
費用 無料
用意 運動する服装、上履シューズ、ヨガマット(又はバスタオル)、飲み物、筆記用具
申込 5月14日(月)から電話
又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)

◆フラワーアレンジメント教室

日時 5月29日(火) 午後2時〜3時30分
講師 眞田 明子 先生
内容 グリーンを基調に白クリーム色華材で爽やかなアレンジメントを学ぶ
定員 10名(先着順)
費用 1,800円
用意 筆記用具、花切りハ

◆パッチワークキルト教室

日時 5月24日から6月28日まで
毎週木曜日(6月7日を除く) 全5回
午前10時〜正午
講師 榎田 晴美 先生
内容 ハワイアンキルトで少し大きめで体にフィットするデザインのショルダerbaggを作る
定員 16名(先着順)
費用 4,300円(針を含む)
用意 定規、はさみ(布用・紙用)、裁縫道具
申込 5月11日(金)から電話
のみ1通話1人のみ受付(木・土・日は連絡不可)



仁手公民館 ☎223538

◆楽しく歌おうカラオケ教室
日時 5月24日(木)・31日(木) 全2回
午後1時30分〜3時30分
講師 斉藤 美穂 先生
内容 よく知っている歌や流行している歌を楽しく

サミ
申込 5月15日(火)から電話
又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)



◆バテントリース体験教室
日時 6月13日(水)・27日(水)・7月4日(水)・18日(水) 全4回
午前9時30分〜正午
講師 大類 敏美 先生
内容 欧州では「糸の宝石」と呼ぶレース、ベルギー製のブレードを使いレース作りを体験する(フレームは無し)
定員 10名(先着順)
費用 2,000円
用意 しつけ針、縫い針、ハサミ
申込 5月18日(金)から電話
又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)



歌う
定員 12名(先着順)
費用 無料
用意 筆記用具、飲み物
申込 5月7日(月)から電話
で公民館へ(水・土・日は連絡不可)



◆楽しいクラフトバンド教室
日時 6月2日(土)・9日(土) 全2回
午前10時〜正午
講師 竹内 小百合 先生
内容 初めてでも作れるクラフトバンドを使ったおしゃれなオリジナルバッグ作り
※バッグの色は赤と青の2色から選べます。見本は公民館に置いてあります。
定員 15名(先着順)
費用 1,700円
用意 ハサミ、鉛筆、消しゴム、洗濯バサミ10個以上、定規(30cmぐらいのもの)
申込 5月14日(月)から電話
で公民館へ(水・土・日は連絡不可)