


# 公民館

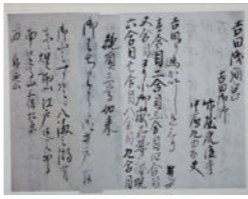
◎開催場所の記載がないものは、主催公民館が会場です。申し込みは、原則として午前8時30分からです。  
※費用のかかる講座のキャンセルは、費用を負担していた場合があります。

 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 ☎24-7383

◆楽しい歴史講座「道中日記を読む」金峯・富嶽・雨降山(大山)・江ノ島・鎌倉の旅」天保年間、霊山を巡って信仰登山と神社仏閣を訪ねる旅を地元の古文書を読み、昔の旅に思いを馳せましょう。

日時 11月22日(金)・29日(金)・12月6日(金) 全3回 午後1時30分～3時  
講師 新井 弘之 先生



## 本庄西公民館 ☎21-8786

### ◆いけばな入門教室

お花のある暮らし「いけばな」をはじめてみませんか。  
日時 10月25日(金)・11月8日(金) 全2回 午前10時～11時30分  
講師 小林 和代 先生(華道家元池坊)

定員 10名(先着順)  
費用 1800円  
用意 花バサミ  
申込 10月10日(木)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)



### ◆珈琲入門教室

プロのバリスタから美味しい珈琲の落とし方を学びましょう。  
日時 10月26日(土) 午後1時30分～3時30分  
講師 齊藤 幸雄 先生  
定員 15名(先着順)  
費用 500円

定員 20名(先着順)  
費用 無料  
用意 筆記用具  
申込 10月16日(水)から電話又は直接公民館へ(土・日は連絡不可)

## 藤田公民館 ☎22-2332

◆藍染教室  
絹のストール(1350mm×280mm)をステキな藍染に染めます。  
日時 10月23日(水)・30日(水) 全2回 午後1時30分～3時30分  
講師 加納 仁 先生  
定員 10名(先着順)  
費用 2000円

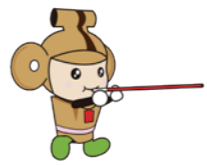
◆スポーツ吹矢 体験教室  
腹式呼吸で健康効果・精神力&集中力を高めます。性別・年齢問わず楽しめます。  
日時 11月15日(金)・22日(金)・29日(金) 全3回 午後1時30分～3時30分  
講師 吉岡 利夫 先生(日本スポーツ吹矢協会上級公)

用意 筆記用具  
申込 10月11日(金)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)  
◆健康作り教室  
第7弾「人生会議」考えてみませんか?あなたらしい最期の迎え方を学びます。  
日時 10月28日(月) 午前10時～正午  
講師 川口 千明 先生(看護師)

定員 40名(先着順)  
費用 無料  
用意 筆記用具、飲み物  
申込 10月17日(木)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

◆囲碁入門教室  
囲碁をこれから始めたい方向けの入門教室です。  
日時 11月9日(土)・16日(土)・30日(土) 全3回 午前10時～正午  
講師 福島 巖 先生  
定員 10名(先着順)  
費用 無料  
用意 筆記用具、飲み物  
申込 10月24日(木)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

認指導員)  
定員 15名(先着順)  
費用 100円(マウスピース代)  
用意 上履き、タオル、飲み物  
申込 10月8日(火)午後1時30分から電話又は直接公民館へ(金・土・日は連絡不可)



## 本庄東公民館 ☎22-3404

◆ミルフィオリでミクロモザイク教室  
金太郎飴のようなベネチアンガラスのミルフィオリを使ってミクロモザイクをデザインしブローチ又はペンダントトップ(金具付)を作ります。木の葉型又は楕円型を選べます。  
日時 10月23日(水) 午前9時30分～11時30分  
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)  
定員 10名(先着順)

◆「教えない英語教室」～ハロウィン編～  
アイシングクッキーと紙コップのクラフト(ジャックオランタン)を作ったら、英語の歌と絵本でハロウィンを満喫しよう!  
日時 10月29日(火) 午後1時30分～3時  
講師 工廣 由紀 先生、小笠原 葉子 先生  
定員 親子8組(先着順)  
費用 600円  
申込 10月15日(火)から電話又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)

## 本庄南公民館 ☎21-8785

◆朗読教室  
詩や名作などを大きな声で気持ちを入れて、みんなで朗

◆歌声教室  
懐かしのメロディを元気に楽しく歌いましょう。  
日時 10月23日(水) 午後1時30分～3時  
講師 飯島 法子 先生  
定員 30名(先着順)  
費用 無料  
申込 10月10日(木)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)



## 仁手公民館 ☎22-3538

◆いきいきリズム&ストレッチ体操教室  
中高年者のためのゆるやかなストレッチ・筋トレ・リズム体操を行います。



◆飾り巻き寿司教室  
季節の飾り巻き寿司の作り方を学びます。  
日時 11月8日(金) 午前9時30分～午後0時30分  
講師 市食生活改善推進員  
定員 12名(先着順)  
費用 600円(教材費)  
用意 エプロン、三角巾、手拭き用タオル、持ち帰り容器  
申込 10月18日(金)から電話又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)

◆麹教室「塩麹キノコを作る」  
塩麹と複数のキノコを調理し、腸内環境を改善しましょう。ダイエットにも最強と言われています。持ち帰りができます。  
日時 11月14日(木)・21日(木)・28日(木) 全3回 午後1時30分～3時  
講師 関根 葉子 先生(JAFFA公認インストラクター)  
定員 15名(先着順)  
費用 無料  
用意 運動する服装、バスタオル(お持ちの方はヨガマット)、運動靴、飲み物、汗拭き用タオル  
申込 10月14日(木)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

◆クリスマスリース教室  
12月が待ちきれない方々と一緒に、アレンジしクリスマスリースを飾りましょう。  
日時 11月12日(火) 午後2時～3時30分  
講師 眞田 明子 先生  
定員 12名(先着順)  
費用 2000円  
用意 筆記用具、ワイヤークット用ハサミ  
申込 10月21日(月)から電話又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)



読します。  
日時 10月24日(木)・31日(木)・11月7日(木) 全3回 午前10時～11時30分  
講師 宮崎 富美子 先生  
定員 15名(先着順)  
費用 無料  
用意 筆記用具  
申込 10月15日(火)から電話(1通話1名受付)で公民館へ(水・土・日は連絡不可)

◆筆ペン書道教室  
筆ペンの使い方や手紙の書き方を学びながら、年賀状を書き上げます。初心者歓迎です。  
日時 10月30日から11月20日までの毎週水曜日 全4回 午後1時30分～3時  
講師 岩上 郁子 先生  
定員 14名(先着順)  
費用 1000円  
申込 10月11日(金)から電話(1通話1名受付)で公民館へ(水・土・日は連絡不可)  
※道具は講師が用意します。

