

幹部候補育成研修

リーダーシップを発揮して組織をまとめ上げること、先の先を読んで問題解決にあたること、戦略的視点から個々の業務を考えることなどができる幹部候補を育成します。

日時 3月10日(火)・11日(水) 午前9時30分～午後4時45分
会場 早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター

講師 松岡 直人 氏
対象 主任クラス、中堅社員、幹部候補など

定員 30名(先着順)
費用 7500円(テキスト代、昼食代を含む)

申込 3月2日(月)までにファックス(会社名・所属・氏名・年齢・連絡先の電話番号又はメールアドレスを記入)又は電話で左記へ

★(公財)本庄早稲田国際リサーチパーク ☎24-7455-7455
5・☎24-7465(電話は平日午前9時30分～午後5時のみ連絡可)

ほんぼ食堂 脂質異常症を防ぐ!血液サラサラ生活

脂質異常症と食事との関係について知り、食品の選び方や調理の工夫、食べ方等食生活の改善に必要な知識を学びます。

日時 ①3月26日(木)、②3月27日(金) 午前9時30分～午後0時30分(受付 午前9時15分～)

※①②は同じ内容です。どちらかの日程をお選びください。
会場 保健センター

内容 管理栄養士による講話と調理実習
対象 20歳以上の市内在住者

定員 20名(先着順)
費用 無料

用意 エプロン、三角巾(バンドナなど)、手拭き用タオル、筆記用具

申込 2月20日(木)から電話又は直接左記へ
★健康推進課(保健センター内) ☎24-2003

火災予防ポスター展

本庄市、児玉郡内の各小学

校から出品された児童の作品を展示します。
開催期間 2月29日(土)～3月6日(金)

会場 イオンタウン上里2階
○開催期間中のイベント
一日消防署長としてこむぎ

つつが風船やポケットティッシュを配布します。また、協賛の児玉郡市防火安全協会より先着50名(小学生以下)に粗品をプレゼントします。

日時 2月29日(土)・3月1日(日) 午後1時～3時

★児玉郡市広域消防本部予防課 ☎24-8392

スポーツ

川淵三郎塾 少年期スポーツ指導者講習会

ジュニア選手の指導者に必要な知識を学びましょう。
日時 2月19日(水) 午後7時～8時30分(受付 午後6時30分)

会場 早稲田リサーチパーク・コミュニケーションセンター1階チャールーム2

講師 深見 英一郎 氏(早稲田大学スポーツ科学学術院准教授)

対象 少年期スポーツの指導者として活動している方、これから指導者を目指す方及び保護者

演題 グッドコーチになるために、ジュニア選手の指導者に求められること、

定員 80名(先着順)
費用 無料

用意 筆記用具
申込 2月6日(木)から18日(火)までに電話又は直接左記へ

★体育課 ☎25-1152

市民体力測定会

はにぼんチャレンジ対象事業

日時 2月23日(祝) 午前の部 午前9時30分、午後の部 午後1時30分

会場 シルクドーム
測定員 市スポーツ推進委員(体力測定アドバイザー)

対象 6歳から79歳までの市内在住・在勤・在学者

種目 握力、上体起こし、長座体前屈、反復横とび、立ち幅跳び、シャトルラン、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行

※年齢により一部異なる6種目を測定します。
※測定結果により、実年齢と対比できる体力年齢などが分かれます。

定員 各回100名(先着順)
費用 無料

用意 運動する服装、室内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物等

申込 2月12日(水)から電話又は直接左記へ
※参加者に記念品(はにぼんグッズ等)を差し上げます。

★体育課 ☎25-1152

市民スキー大会

日時 3月1日(日) 受付 午前8時

会場 八千穂高原スキー場
対象 市内在住・在勤・在学者、市スキー連盟会員

内容 大回転・回転競技
費用 一般 3000円、高校生 2000円、中学生 1000円

※詳細は左記へ。
★市スキー連盟事務局・武井(武井酒店内) ☎24-11238

市民太極拳教室

日時 3月10日から31日までの毎週火曜日 全4回 午前10時～正午

会場 シルクドーム
対象 市内在住・在勤・在学者

内容 入門・初級太極拳
定員 20名(先着順)

費用 500円
用意 運動する服装、室内用運動靴、飲み物、汗拭き用タオル

申込 2月12日(水)から電話又は左記へ
★体育課 ☎25-1152

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 ☎24-73883

◆本庄公民館クラブ活動発表会
展示発表
日時 2月22日(土)・23日(祝)

内容は午後3時まで
内容 七宝焼き、ちぎり絵、水彩画、ひょうたんアート、短歌、写真、木目込み人形、編み物

実演発表
日時 3月1日(日) 午前10時～午後2時30分

内容 オカリナ、箏演奏、太極拳演舞、吹奏楽、カラオケ、ダンス、歌声、茶道

◆歌声講座ハートフル音楽コミュニケーション 花歌だより
歌は心をつなぐ
歌にまつわる話と昔懐かしい童謡や唱歌を全員で歌います。また、北海道でのガーデニング奮闘記を写真で紹介いたします。

日時 3月16日(月) 午後1時30分～3時30分

講師 松村 正 先生
定員 50名(先着順)

費用 無料

本庄東公民館 ☎22-3404

◆キムチ漬教室
本場韓国直伝のキムチの素を手作りして、おいしいキムチを作ります。

日時 2月26日(水) 午後1時30分～3時30分

講師 松本 重子 先生
定員 20名(先着順)

費用 1100円
用意 薄いゴム手袋、エプロン、三角巾、手拭き用タオル

申込 2月7日(金)午後1時30分から電話又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)

本庄西公民館 ☎21-8786

◆今季最後の手前味噌づくり教室

国産原料を使い安心安全な我が家の味噌を手づくりしましょう。麹の種類を米、麦、大豆の中から選べます(申込時に確認します)。

※キャンセルは3日前までにお願いします。

日時 3月7日(土) 午後1時30分～3時

講師 中澤 弘子 先生
定員 20名(先着順)

費用 3800円
①米麹 3470円
②麦麹 3545円

③大豆麹
※大豆麹は上級者向けです(熟成期間一年半ぐらい)。

用意 エプロン、三角巾、筆記用具、味噌容器(5kg)

申込 2月13日(木)から電話又は直接公民館へ(水・土・日は連絡不可)

◆大人の折り紙教室
懐かしい折り紙で、和服色紙、桜の花、いちご等を作ります。

日時 3月19日(木) 午後1時30分～3時

講師 小高 一美 先生
定員 15名(先着順)

費用 300円
用意 のり、はさみ、筆記用具

申込 2月14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 ☎21-8785

◆エンディングノートと終活
大切な人や自分の未来のために、元気なうちに、今できることを考えてみませんか。

日時 2月24日(休)・3月2日(月) 全2回 午後1時30分～3時

講師 平林 健三 先生、高橋 友香 先生
定員 40名(先着順)

費用 500円
用意 筆記用具

申込 2月12日(水)から電話又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)

◆中村忍先生の唱歌教室
懐かしい唱歌や中村先生のオリジナル曲をみんなで歌いましょう。

日時 3月3日(火)・10日(火) 全2回 午後1時30分～2時30分

講師 中村 忍 先生
定員 30名(先着順)

費用 無料
申込 2月17日(月)から電話又は直接公民館へ(木・土・日は連絡不可)

