

本庄南公民館 ☎ 21・8785

◆3B体操体験教室

3種類の用具を使い、音楽に合わせて無理なく体操を楽しみましょう。

日時 2月24日(木)・3月10日(木) 全2回 午前10時～11時30分

講師 中島 てる美 先生

定員 10名(先着順)

※女性のみ申込可。

費用 無料

用意 運動する服装、ヨガマット(バスタオル)、汗拭き用タオル

申込 2月7日(月)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

藤田公民館 ☎ 22・2332

◆ハートフル音楽コミュニケーション

北海道での大自然奮闘記を映像と楽しいトークで紹介し、昔懐かしい童謡や唱歌を講師が歌います。参加者は心の中で歌ってください。

日時 ①3月3日(木)、②3月29日(火) 午後2時～4時

講師 新井 光夫 先生、町田 喜久雄 先生

定員 20名(先着順)

費用 300円(保険代込・拝観料は別)

用意 歩きやすい服装、運動靴、帽子、雨具

申込 2月9日(水)午後1時30分から電話(1通話1名受け)

※①②のいずれかを選択。

講師 松村 正 先生

定員 各15名(先着順)

費用 無料

申込 2月8日(火)午後1時30分から電話(1通話1名受け)で公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)

◆歩いて発見健康づくり〜ミステリーウォーキング〜

史跡の再発見で脳も体も活性化するウォーキングです。コースは当日発表します。

日時 2月24日(木)・3月10日(木) 全2回 午前9時～正午

※少雨決行。

集合場所 2月24日(木) 県立神川げんきプラザ駐車場(神川町池田756)

3月10日(木) シルクドーム駐車場

講師 新井 光夫 先生、町田 喜久雄 先生

定員 20名(先着順)

費用 300円(保険代込・拝観料は別)

用意 歩きやすい服装、運動靴、帽子、雨具

申込 2月9日(水)午後1時30分から電話(1通話1名受け)

付)で公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)

◆着物リフォーム教室

着物で素敵なバルーンパンツを作ってみませんか。

日時 3月9日(水)・16日(水) 全2回 午後1時30分～3時30分

講師 横倉 恵子 先生

定員 10名(先着順)

費用 無料

用意 着物をほどいてアイロンをかけたもの、裁縫道具、型紙(カレンダー・障子紙など)、50cm以上の物差し(お持ちの方)

申込 2月14日(月)から電話(1通話1名受け)で公民館へ(金・土・日・休日は連絡不可)

旭公民館 ☎ 22・5940

◆骨盤調整ストレッチ教室

体の要である骨盤を調整する運動で、肩凝り、腰痛を改善します。

日時 3月1日(火)・8日(火)・15日(火)

講師 橋元 美慧 先生

定員 8名(先着順)

費用 無料

用意 辞書、筆記用具

申込 2月15日(火)から電話または直接公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

共和公民館 ☎ 72・0337

◆桜の一本仕立て盆栽教室

桜の苗木を盆栽風に仕立て、家庭で開花させる管理方法を学びます。

日時 2月24日(木) 午前10時～11時30分

講師 岩崎 栄司 先生

定員 10名(先着順)

費用 1800円

用意 軍手(ゴム手袋)、持ち帰り用段ボール箱

申込 2月14日(月)から電話で公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

◆手づくり味噌教室②

国産大豆と手作りの麴を使い、添加物を一切使用しない安全安心でおいしい味噌を作ります(できあがり約5kg)。

日時 2月26日(土) 午前10時～正午

講師 「味噌作り友の会」の皆さん

定員 12名(先着順)

費用 2500円

用意 エプロン、三角巾(バングナ)、手拭き用タオル、筆記用具、味噌用容器(5kg用)

申込 2月15日(火)から電話で公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

◆美味しいティラミス教室

短時間で簡単にできるおいしいティラミスの作り方を教えます。

日時 3月19日(土) ①午前10時～11時30分、②午後1時30分～3時

講師 今村 悦子 先生

定員 各9名(先着順)

費用 800円

用意 三角巾(バングナ)、エプロン、手拭き用タオル

申込 2月21日(月)から電話で公民館へ(水・土・日・休日は連絡不可)

第15回 こだま芸術文化のつどい

日時 3月5日(土)・6日(日) 午前9時～午後4時 ※芸術部門は3月6日(日)午前9時～午後5時15分。

会場 セルディ

◎展示部門 ちぎり絵、水墨画、絵画、デッサン、編み物、パッチワーク、書道、俳句、盆栽、写真、パソコンで作った作品

◎芸能部門 フラダンス、日本舞踊、社交ダンス、だんべえ踊り、ストリートダンス、コーラス、二胡、琴、大正琴、尺八、オカリナ、ハンドベル、八木節、民謡、和太鼓、ハーモニカ ※感染症対策のため、お茶会はありません。また、会場内は飲食禁止です。

★第15回こだま芸術文化のつどい実行委員会事務局(セルディ内) ☎ 72-8851

◆春の作品展 絵画やクラフト、文芸など、北泉公民館で創作活動をするクラブ・団体の作品を展示発表します。多くの力作を鑑賞

◆手づくり味噌教室② 国産大豆と手作りの麴を使い、添加物を一切使用しない安全安心でおいしい味噌を作ります(できあがり約5kg)。

◆美味しいティラミス教室 短時間で簡単にできるおいしいティラミスの作り方を教えます。

