

短期講座

■受講料:5回以上講座は、1000円

■材料費:別

No	講座名	開講日	定員	曜日	時間	場所	講師	持ち物	内容(備考)
1	NEW フラワーアレンジメント	11月1日	20人	11月1日(金)	13:30~15:30	工芸室	浦田 香菜	花材費2,000円、新聞紙、フラワーアレンジメントを持ち帰る袋、花切バサミ(持っている人)、筆記用具、タオル	初めての人でも、すてきなフラワーアレンジメントが作れる講座です。色とりどりの季節のお花で楽しくレッスンをしてみませんか？
2	NEW おためし中国語会話	11月3日	15人	11月3日(祝)、10日(日)、17日(日)、24日(日)(全4回)	9:30~11:00	学習室2	ファン チュンイエン	筆記用具	みんなでおしゃべりをしながら、楽しく簡単な中国語から学んでみませんか。あいさつ、自己紹介などを覚えましょう。
3	オンリーワン珈琲	11月13日	16人	11月13日(水)、20日(水)、27日(水)(全3回)	13:30~15:30	調理室	中村 雅則	材料費1,500円(3回分)、筆記用具、手拭きタオル、布巾1枚、台布巾1枚	おいしいコーヒーの入れ方を学び、「世界の珈琲めぐり」を楽しみましょう。 ※6月、9月受講の人は申し込みできません。
4	NEW 冬のキレイを作る薬膳	11月17日	10人	11月17日(日)	10:00~13:30	調理室	かなえ	材料費1,800円、エプロン、三角巾、手拭きタオル、布巾2枚、台布巾1枚、筆記用具、手鏡(体質診断用)、密閉容器(残した場合用)	スーパーで買える身近な食材で、薬膳料理を作ります。黒米ご飯でアンチエイジング、鍋料理で美肌を目指しましょう。薬膳茶を飲みながら簡単な体質診断。自分の体と向き合ってみませんか？
5	NEW ストレッチ&ベリィエクササイズ	11月11日	15人	第2・4月曜日(全5回)※令和2年1月は第2月曜日のみ	14:00~15:00	リハーサル室	清水 明美	運動のできる服装、飲み物 ※ヒップスカーフ貸し出します	ストレッチとベリィダンスの動きを使ったエクササイズです。体幹を鍛え、肩周り・骨盤周りをほぐし、女性らしいボディラインを目指しましょう。 ※応募は女性のみ

子ども向け講座

■受講料:5回以上講座は、1000円

■材料費:別

No	講座名	開講日	定員	曜日	時間	場所	講師	持ち物	内容(備考)
6	NEW 親子でキャラクターパン・かわいい動物ばんを作ろう	11月16日	10組	11月16日(土)	10:00~12:30	調理室	太田 奈美子	材料費1,100円、エプロン、三角巾(パンダナ可)、布巾2枚、台布巾1枚、手拭きタオル、持ち帰り用の籠またはお菓子の空箱などの平たいタイプの入れ物	さまざまなキャラクターの形や、かわいい動物パンを作りましょう。焼きたてのパンでティータイムもお楽しみに。 ※対象:市内在住の小中学生とその保護者
7	NEW 親子でサイエンス	11月24日	10組	11月24日(日)	9:30~11:30	工芸室	楠木 宏	材料費100円、1Lの紙パック(洗った後、開いていないもの)、500mLのペットボトル(炭酸飲料用でくびれがないもの)のり、はさみ	ゴムで遊ぼう 1.びっくりヘビ(牛乳パックと輪ゴムでヘビが飛び出す) 2.ペットボトルで空気砲(当たっても痛くない) 3.さそりのたまご(なんだろう?) ※対象:市内在住の小中学生とその保護者