

中央公民館

☎ 56-3510

FAX 56-7930

〒329-0611
上三川町大字
上三川3970

受講生募集

※申し込み・お問い合わせは、公民館へ。電話・FAXでも可。

※日時、内容については、変更になる場合があります。

おしゃべりサロン

第8回 1月19日(火)

午前10時～11時30分
「心と身体ほっこり」
～親子で楽しく体を動かしましょ～

参加費＝100円

持ち物＝カップ(親子)・手ふき

第9回 2月9日(火)

午前10時～11時30分
「おやつ作り」
～何ができるかな?～

参加費＝100円

持ち物＝カップ(親子)・手ふき

※※第8・9回ともに自由参加。時間までに公民館にお集まりください。

キッズひろば

骨はなくてもよくあがる!!

「つくってあげよう 凧」

日時＝1月16日(土)

午後1時30分～3時

講師＝子どもの体験活動支援

ボランティア「みちくや」

定員＝30名(先着順)

※小さいお子さんは、親子で

ご参加下さい。

※大人の方もどうぞ!

参加費＝300円

申込み＝1月14日(木)まで

「冬の日光で雪と遊ぼう」

～日光湯元 スノーシューハイク～

雪遊びコース&歩け歩けコース

日時＝2月20日(土)

午前8時～午後5時

講師＝日光自然博物館自然観

察インタープリター

定員＝40名(先着順)

対象＝年長さんから大人

※小学4年生以下は保護者と参加してください。

参加費＝300円

申込み＝2月16日(火)まで

企画＝栃木県知事登録旅行業

207

(株)栃木交通ツアー

中年からの元氣学講座

☆これからもますます輝きたい方におすすめの、ココロ

とカラダの健康講座です。

第1回 1月20日(水)

午前10時～11時30分

「上三川町の健康寿命をのぼせ」

～健康マイレージとかみたん体操～

講師＝上三川町健康課保健師

体操

第2回 1月27日(水)

午前10時～11時30分

「余暇の充実法」

講師＝桜美林大学名誉教授

瀬沼 克彰さん

第3回 2月5日(金)

午前10時～11時30分

1 / 11 / 2 / 10までの予定表

学習・行事予定

自主グループ

25月	24日	23土	22金	21木	20水	19火	18月	17日	16土	15金	14木	13水	12火	11月
休館日		文化講演会 少年少女合唱教室			中年からの元氣学講座① ピラティス①	おしゃべりサロン⑧	休館日	休館日	少年少女合唱教室 キッズひろば	手芸	手芸 美文字⑨		休館日	休館日
	絵画	こども美術 二胡 コーラス 囲碁	健体すみれ	リトミック 社交ダンス 七宝焼 俳句 押し花	お箏 藤工芸 短歌	3B 体操 太極拳弓歩 花美月 ステンドグラス 健体カトリア		布楽の会 こども美術 コーラス 囲碁	3B 体操 健体すみれ 生け花 和紙人形 絵手紙(金)	リトミック 社交ダンス しらさぎ音楽会	絵手紙(水) お箏 藤工芸			

公民館講座の様子

※開催された講座の内容をご紹介します。

はっぴいMaMa講座・子育て講座・女性学講座・男の生活工房合同閉講式

4つの講座の合同閉講式にあたり、倉沢大樹さんのエレクトーンと島田絵里さんのフルートによる「クリスマスコンサート」が開催されました。エレクトーンの表現豊かな演奏とフルートの透き通る音のハーモニーで、歌謡曲からジャズ、クラシックまで幅広い音楽を楽しみました。



「音楽を心と体で楽しもう」

講師 健康心理士・音楽療法

士

落合 美子さん

第4回 2月17日(水)

午前10時～11時30分

「栃木の小さな旅」

～本物との出会いを楽しむとち旅のすすめ～

講師 栃木県観光交流課職員

第5回 2月24日(水)

午前10時～11時30分

「健康のためなら死んでもいい」

☆切り抜いた牛乳パックを花

い!」

講師 宇都宮大学農学部教授

吉澤 史昭さん

定員 60名(先着順)

申込み 1月16日(土)まで

※当講座は健康マイレージの対象になっていません。

午後1時30分～3時30分

講師 社会教育指導員

教材費 500円

持ち物 牛乳パック・裁縫道具他

定員 20名(先着順)

申込み 2月2日(火)まで

柄の布でくるんで作ります。小物入れに、お菓子入れに素敵です。

日時 2月12日・26日

3月11日(金曜)全3回

回

10水	9火	8月	7日	6土	5金	4木	3水	2火	1月	2月	31日	30土	29金	28木	27水	26火
ピラティス④	おしゃべりサロン⑨	休館日		少年少女合唱教室	中年からの元気学講座②		家庭の料理教室 ピラティス③		休館日			少年少女合唱教室	手芸 美文字⑩	手芸 ピラティス②	ピラティス②	
絵手紙(水)	3B体操 太極拳弓歩 大正琴 健体カトレア 花美月		絵画	こども美術 コーラス 囲碁	和紙人形 絵手紙 健体すみれ 絵手紙(金)	リトミック 七宝焼 社交ダンス 押し花 しらさぎ音楽会	お箏 藤工芸	3B体操 太極拳弓歩 健体カトレア スタンダードクラス ハイキング 花美月				コーラス 囲碁	健体すみれ	リトミック 社交ダンス	絵手紙(水)	3B体操 太極拳弓歩 花美月 パステル 大正琴 健体カトレア