

☎ 56 3510
FAX 56 7930

〒329-0611
上三川町大字上三川3970

中央公民館

※ 講座の申込み・お問い合わせは公民館へお問い合わせください。
※ 日時、内容については、変更になる場合があります。

受講生募集

はっぴいMaMa講座・女性学講座・男の生活工房・はつらつシニア講座合同開講式

「音声が創るイメージの世界」
～ラジオを聴くと若くなる！～

◆日時=4月24日(水)

午前10時～11時30分

◆講師=栃木放送アナウンサー

阿久津 隆一さん

◆申込み=4月23日(火)まで

男の生活工房

☆男性のための生きがいと仲間づくり。
いきいきと健康に過ごすために。

◆期間=4月から12月(全8回)

◆対象=成人男性

◆定員=30名

はつらつシニア講座

☆高齢者の心と体の健康、生きがい
づくりなどを楽しく学ぶ講座です。

◆期間=4月～12月(全6回)

◆対象=65才以上の男女

◆定員=30名

子育て講座

☆子育てを楽しむヒントや新しい
学びに出会える時間を一緒に！

◆期間=4月～12月

◆対象=子育て中の親や子育てに
興味のある方

◆定員=30名程度

はっぴいMaMa講座

☆お子さんの健やかな健康を願う
お母さんのための講座です。

◆期間=4月～7月(前期コース
全5回)

◆定員=25名(託児あり)

◆対象=未就学児を持つ親や、子
育てに関心のある方

子ども合唱教室(前期コース)

☆歌の好きな男の子、女の子。一
緒に歌いましょう。学校、学年を
こえた楽しい仲間が待っています。

◆期間=5月～9月(お盆休み等
あります)原則毎週土曜日

◆時間=午後1時30分～3時

◆対象=町内在住の小学1年生か
ら6年生

◆定員=20名

◆参加費=無料

女性学講座

☆女性として心のゆとりと潤いの
ある生き方を目指した講座です。

◆期間=4月～12月(全8回)

◆対象=成人女性

◆定員=50名

初めてのパッチワーク教室

☆新しい事、始めませんか。布を
つなぎ合わせて作りましょう。

【内容】針刺し・スクエアのポーチ
・四角つなぎのバッグ

◆日時=4月9・23日、5月7・21日、
6月4・18日、7月2日、8月27日、9月
3日、10月1・8・29日、11月5・19日
午前9時30分～11時30分(全14
回 火曜日)

◆材料代=3,000円程度(全回分)

◆募集対象=パッチワークの初心者
※初めて受講される方を優先します。

◆定員=10名

◆申込み=3月29日(金)まで

中年からの元気学講座

第6回 「健康長寿にむけた様々
な病気の話」

◆日程=3月14日(木)

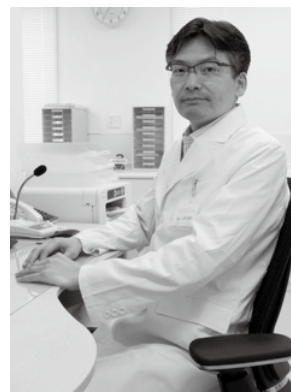
◆時間=午後2時～3時

◆講師=うえのクリニック院長

上野 修市 さん

※どなたでも受講可能。

当日参加OK。



キッズひろば

新学期に向けて

「ウォールポケットを作ろう」

☆布や空き箱を使い、メモやプリ
ントを上手に整理しましょう。

◆日程=4月4日(木)

◆時間=午前9時30分～11時30
分◆材料代=300円

◆定員=15名(小さいお子さんは
親子でご参加ください)

◆申込み=3月23日(土)まで

おしゃべりサロン

第10回 3月12日(火)

◆時間=午前10時～11時30分

「お楽しみ会」

～みんなの成長をお祝いしましよ
う～

◆参加費=100円

◆持ち物=カップ・手ふき(親子)

※参加の申込みの必要はありません。
時間までに公民館にお集まり
ください。



3月		
11	月	休館日
12	火	おしゃべりサロン
13	水	
14	木	スタイルアップ講座
15	金	
16	土	子ども合唱教室
17	日	休館日
18	月	休館日
19	火	
20	水	
21	木	休館日
22	金	
23	土	子ども合唱教室
24	日	
25	月	休館日
26	火	
27	水	
28	木	健康麻雀教室
29	金	
30	土	
31	日	
4月		
1	月	休館日
2	火	
3	水	
4	木	キッズひろば
5	金	
6	土	
7	日	
8	月	休館日
9	火	初めてのパッチワーク教室
10	水	

園芸教室

☆育てる、花を愛でる、食べる楽しみを生活の中に取り入れてみませんか？

「花と野菜とハーブのある暮らし」

◆日程= 5月16日(木)

6月 6日(木)

7月 4日(木)

9月 5日(木)

10月 3日(木)

◆時間=午後1時30分～ 3時30分

◆講師=スイートミモザ
高橋 洋子さん

◆内容=ハーブを育てて楽しむ基礎・計画と管理。寄せ植え、クラフト、クッキングなど。

◆教材代=6,000円(5回分)

◆定員=16名(先着順)

◆申込み=4月16日(火)

手芸教室「はじめての七宝焼き」

☆七宝焼きの技法を学び、素敵なアクセサリーなどを作ります。

◆日程=5月24日、6月7・21日、7月5・19日(金曜日・全5回)

◆時間=午後1時30分～ 3時30分

◆講師=猪瀬 幸子さん

◆教材代=4,000円(5回分)

※専用のはさみが必要です。申し込み時にお問い合わせください。

◆定員=8名(先着順)

◆申込み=5月10日(金)

健康麻雀教室

～集まって、楽しく、健康づくりのため～

☆はじめての方も学びながら。

◆日程=4月17日、5月15・29日、6月5・19日、7月3日(水曜日・全6回)

◆時間=午後1時30分～ 5時

◆講師=深谷 兼康 さん

◆対象=65才以上の男女

◆定員=30名(先着順)

◆申込み=4月12日(金)まで

公民館ではこんな講座を開催しました

中年からの元気学講座

中年からの元気学講座では、競技吹き矢を体験しました。一気に息を吐くことで、深い呼吸をする事ができます。普段できないような体験をして受講生も楽しく講座を受けていました。



スノーシューハイク (キッズひろば)

2月16日(土)キッズひろばにおいて、スノーシューハイクを行いました。塩原の銀世界を、スノーシューを履いて歩きました。参加者は普段見ることのできない景色を十分に満喫する事ができました。