

☎ 56 3510
FAX 56 7930

〒329-0611
上三川町大字上三川3970

中央公民館

※原則として、町民を対象とした講座になります。※講座の申込みは、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

はじめてのウクレレ教室

☆南国の雰囲気につつまれながら、ウクレレ♪はじめてみませんか。初心者対象の講座です。

◆日時=1月31日・2月7・21日
(金曜 全3回)

午前10時~11時30分

◆講師=ウクレレスタジオMAHANA
校長 谷中 敦さん

◆参加費=無料
(ウクレレをお持ちでない方は、お申し込み時にご相談ください。)

◆定員=15名程度

◆申込み=1月24日(金)まで

男性のための健康教室

☆春に向けてからだ活き活き、若返りをめざしましょう!

第1回1月31日(金)

第2回2月7日(金)

「気功・楊名時八段錦太極拳」

◆講師=太極拳師範
美藤アイ子さん

第3回2月21日(金)

第4回3月6日(金)

第5回3月13日(金)

「寒さでこり固まった身体をゆっくりほぐしましょう。」

◆講師=フィットネスインストラクター
中村 泰子さん

第6回3月25日(水)

「早春の焼森山 ミツマタの花ハイキング」

◆講師=上三川ハイキングクラブ
井川 義之さん

◆時間=午後1時30分~3時

(第6回は午前8時30分~午後4時)

◆対象=成人男性

◆参加費=無料

◆定員=25名(先着受付順)

◆申込み=1月28日(火)まで

音楽講座

「ジャズとスティールパン~ニューヨークとカリブの風~」

☆真冬の熱い音楽を体験!!

スタンダードジャズナンバーからディズニー、ジブリメドレーまで、ジャズバンドとスティールパングループが演奏します。

子どもから大人まで楽しめるプログラムです。

◆日時=2月2日(日)

午後1時30分~4時

◆講師=ピアノ 星野由美子
ドラム 山下一樹
ベース 清水堯斗
サクソフォーン 大川修広

スティールパングループ

「トリニスタ」

◆参加費=無料

◆定員=60名程度

◆申込み=2月1日(土)まで

中年からの元気学講座

第1回 1月10日(金)

午前10時~11時30分

「お笑い 大笑い 健康高座
~落語漫談をとおして~」

第2回 1月24日(金)

午前10時~11時30分

「中高年のためのヴォイストレーニング
~歌が上手い!と言われるコツ」

第3回 2月6日(木)

午前10時~11時30分

「パラスポーツ『ポッチャ』に挑戦
~パラリンピック公式種目を体験」

第4回 2月20日(木)

午前10時~11時30分

「ひげおやじのピンコロ人生養生訓
~健康長寿をめざして~」

第5回 2月25日(火)

午前9時30分~11時30分

「館外研修 健康 ボーリング
~町バスでボーリング場まで
Let's go」

教育講演会

「子どもに自信をつけさせるために大切なたったひとつのこと」

☆大人だけでなく子どもにも「うつ」があります。

講師自身の経験から語られる心の声、多数のカウンセリング経験による言葉の大切さ…

心が楽になる方法や自分との対話の方法をお話いたします。

◆日時=2月22日(土)

午後1時30分~3時

◆講師=カウンセラー
澤登和夫さん

◆対象=子育てに、興味のある方

◆定員=60名程度

◆参加費=無料

◆申込み=2月21日(金)まで

◆託児あり(定員5名)

おしゃべりサロン

第8回 1月21日(火)

「クッキング」

第9回 2月18日(火)

「季節の行事(おひなさま)」

◆時間=午前10時~11時30分

◆対象=乳幼児親子

◆参加費=100円

◆持ち物=カップ(親子)、
手ふき、タオル

※事前申し込みは不要です。時間までに公民館にお集まりください。

第6回 3月19日(木)

午後2時~3時

「肥満症とメタボリックシンドロームについて」

◆参加費=無料

(但し、第5回のみ実費がかかります)

◆定員=50名程度

◆申込み=1月9日(木)まで

1月		
11	土	ヴォーカルアンサンブル・こども合唱
12	日	歴史講座
13	月	休館日
14	火	休館日
15	水	スタイルアップ・うたごえサロン
16	木	
17	金	大人英検
18	土	こども合唱・キッズひろば
19	日	休館日
20	月	休館日
21	火	手芸教室・おしゃべりサロン
22	水	スタイルアップ
23	木	美文字講座
24	金	中年からの元気学講座・大人英検
25	土	おやこで英会話・こども合唱・ヴォーカルアンサンブル
26	日	
27	月	休館日
28	火	
29	水	うたごえサロン
30	木	スタイルアップ
31	金	はじめてのウクレレ教室・男性のための健康教室
2月		
1	土	こども合唱・みんなのパン工房
2	日	音楽教室
3	月	休館日
4	火	手芸教室
5	水	
6	木	中年からの元気学講座・スタイルアップ
7	金	はじめてのウクレレ教室・男性のための健康教室・大人英検
8	土	こども合唱・ヴォーカルアンサンブル・みんなのパン工房
9	日	歴史講座
10	月	休館日

受講生募集

キッズひろば「スノーシューハイク」

☆冬の塩原、雪におおわれた大地を歩こう！おもいっきり雪遊びをしよう！

「スノーシューハイク in 塩原」

雪遊びコースと歩け歩けコース

◆講師＝塩原温泉ビジターセンター
パークコンダクター

◆日時＝2月15日(土)

午前8時～午後4時30分

◆参加費＝ひとり500円

(スノーシュー賃貸料)

◆定員＝年長～小中学生と
その保護者40名(先着受付順)

◆申込み＝2月8日(土)まで

★バスで行きます。



こんな講座を開催しました

合同閉講式記念 弦楽四重奏コンサート

12月4日、公民館主催講座の閉講式記念として、栃木県出身のヴァイオリニスト渡邊弘子先生^{わたなべひろこ}と他3名の弦楽器演奏者を、中央公民館大ホールにお迎えして、弦楽四重奏コンサートを開催しました。

講座受講者と当日参加者を合わせて110余名の方が、弦楽四重奏の名曲とビートルズ、坂本九などの聞きなれた名曲を1時間に亘り鑑賞されました。

また、アンコール曲として渡邊先生が得意とする情熱大陸が演奏され、弦楽器が奏でる美しく繊細な音色に感動の拍手が大ホールに鳴り響きました。



演奏曲を説明する渡邊弘子先生

みんなのパン工房(土曜コース)

☆生地をこねる楽しさと、焼きたてパンのおいしさを味わいましょう。

◆日程＝2月1日・2月8日(土)

◆時間＝午前9時30分～午後1時

【メニュー】

①プチパン・ハムロール、フルーツ杏仁

②食パン、シフォンケーキ

◆講師＝ジャパンホームベーキング
スクール講師 ^{かさくら さちこ}笠倉幸子さん

◆定員＝12名(成人男女)

※2回とも参加できる方に限ります。

◆材料費＝1,500円(2回分)

◆申込み＝1月25日(土)まで

文芸教室

☆短歌の入門講座です。
万葉の古から現代に至るまで、思いを放ってきた57577のリズム。秀歌をまなびながら、短歌に親しみましょう。

◆講師＝元高校長 ^{わた きたお}和田貞夫さん

第1回 2月13日(木)

新元号「新元号 令和」と「万葉集」

第2回 2月27日(木)

日本の和歌の歴史

第3回 3月12日(木)

短歌をつくる心得

◆時間＝午前10時から11時30分

◆参加費＝無料

◆定員＝30名

◆申込み＝2月9日(日)まで