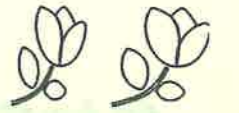


主催講座のご案内と受講生募集



【学びたいときが 始めたいとき】生涯学習のキッカケづくりにお気軽にご体験ください!!

令和5年6月1日

講座名	講師名	講座日 週 曜 時間	講座内容	受講料 (円/月)	募集 内容	受講 期間
-----	-----	---------------	------	--------------	----------	----------

◆ 外 国 語 入 門 コ ー ス

英会話	二工ミ博美	第1・3・4 火 13:00~14:30	簡単な日常会話までを学習します。2年を目標にした講座です。	3,000	○	2年
フランス語入門	近森千絵	第2・3・4 木 10:30~12:00	フランスで長期勉強された先生です。フランス語の基礎から始めます。	4,500	○	



◆ ピ ア ノ コ ー ス

シルバーエイジピアノ	荒木由美	第1・2・3・4 水 9:30~11:00 11:00~12:15	60才以上のシルバーの方が対象です。初めての方が取り組みやすい2年を卒業目標にしたグループレッスンです。	4,000	-	2年
------------	------	--------------------------------------	--	-------	---	----

◆ パ ン 教 室 コ ー ス

パン教室	田久保慶子 鈴木 通子	第2 金 9:30~12:30	「手ごねパン作りの基礎から学ぶ!」パン作りの楽しさや自分で焼いたパンの美味しさを味わっていただきます。	1,000 (材料費800)	○	2年
------	----------------	-----------------	---	-------------------	---	----

◆ 健 康 体 操 コ ー ス

自力整体	岡本ユウコ	第1・2・4 月 13:30~15:00	予防医学・自力整体予防医学指導士の講師です。全身の不調を改善する骨盤調整法、骨盤のゆがみをとります。スッキリスリムに、自然治癒力を高め健康で若々しい心身に。	1,800	○	3年
太極拳	下西晴男	第1・2・3 火 9:30~10:45	日本武術太極拳連盟公認講師です。転倒防止のために太極拳でバランス感覚を整えませんか? シニアからでも始められます。	1,800	-	
リズム体操	合田睦枝	第1・2・3 水 14:00~15:15	NPO法人リズム体操研究会公認指導員です。心地よい音楽に合わせてからだを動かす楽しさと喜びをはたつとした心とからだづくりを目指す健康づくり体操です。	1,800	○	
健康ヨガ①	稲垣比砂子	第1・2・3 水 10:00~11:30	体幹を使うことにより柔軟性・バランス感覚・心肺機能の向上・血圧の低下・肥満の改善・骨の強化で怪我・生活習慣病の予防に効果があります。精神力が鍛えられストレス・悩みの解消につながります。	1,800	○	
健康ヨガ②		第1・2・3 木 13:00~14:30	今までヨガをやった事のない方や出来るかどうか心配な方が多いと思います。誰でも出来る呼吸法から、そして少しずつポーズを入れながら体幹作りを始めましょう。	1,800	○	

◆ 生 け 花 ・ 茶 道 コ ー ス

茶 道	佐口宗光	第1・2・3 金 18:00~20:00	日常生活にお茶の心を取り入れて気持ちを豊かにしましょう。	3,000	○	3年
華道(嵯峨御流)	辰巳順甫	第1・3 火 9:30~11:00	「インテリアフラワー&嵯峨」いまある花器を使って家を飾りましょう。	2,000	○	
フラワーアレンジメント	久恒和子	第1 土 10:00~12:00	花にふれてみたい! そんな方の為の豊富なカリキュラムです。楽しいレッスンで新しいライフスタイルを...	1,000	○	
プリザーブドフラワー	久恒和子	第2 土 10:00~12:00	プリザーブドフラワー・ドライフラワー・アーティフィシャルフラワーを使って季節を感じる作品を作ります。スワッグ、壁掛け、リースなど...	1,000	○	



◆ 書 道 ・ 水 彩 画 コ ー ス

書道(実用の書)	徳弘 彰	第2・4 月 13:00~15:00	祝袋・お見舞い・手紙文などの実用の書を中心に皆さんの習いたいものを幅広く学びます。毛筆(小筆)・ボールペン	2,000	○	3年
書 道	森賀嘉子	第1・3 金 10:00~12:00	かな・漢字・実用書などの基本的な書く力を、皆さん自身のペースで楽しく学びます。	2,000	○	
ペン習字	森賀嘉子	第1・3 木 14:00~16:00	ひらがな・漢字・仮名まじり文などの文字の基礎を季節感を取り入れ、皆さん自身のペースに合わせ学びます。	2,000	○	
水彩画教室	金澤千鶴	第1・3 水 13:00~15:00	高槻市美術家協会会員 初心者を対象にした水彩画の入門コースです。静物や風景を描き水彩画の楽しさを味わってください。	2,000	○	



◆ 親 子 ・ 子 ど も 教 室 コ ー ス

親子リトミック	1	坂本加奈子	第2・3 月 9:30~10:45	保育士の資格保有で幼稚園の教諭経験の講師です。手遊び・わらべ歌・音楽遊びなどを通して、保護者の方とお子さんのふれあい教室です。	【対象】 1才7ヶ月~3歳の未就園児と保護者	1,200 入会金なし	R5 10月 開講	6ヶ月
	2		第2・3 月 11:00~12:15		【対象】 6ヶ月~1才6ヶ月の幼児と保護者	1,200 入会金なし	R5 10月 開講	
こども書道教室		森賀嘉子	第1・3 土 10:00~11:45	楽しみながら、基本を身につけましょう。1年を卒業目標にした教室です。	【対象】 小学2~3年生	1,200 入会金なし 教材費500	○	1年



◇ 【○】印の講座は、途中入会の募集です。一度ご見学の上で講座内容をご体験ください。
◇ 【-】印の講座は、現在定員に達していますので、ご登録いただき順番が来た時点で連絡させていただきます。

◇ 入会金は各講座とも1,000円です。受講料の他に材料費、テキスト代が別途実費となります

ご入会及び講座内容などのお問い合わせはお気軽にセンター受付までお申し出ください (TEL 0726-96-0921)