

香焼公民館 春の講座一覧

講座名／講師	日 時	内容／材料費等
おうちも気持ちもスッキリ「お片づけ」 ～小さな成功体験が生む大きな変化～ 講師：金原 由納 先生	4/25、5/9 金曜日 10:00～12:00	片づけの基礎講座です。各自の現状と課題を把握して目標設定。楽しみながら解決策にアプローチします
香りのチカラで整う「アロマじかん」 NEW 講師：竹本 圭子 先生	5/10・31 土曜日 13:30～15:00 ※最少催行人数：4人	植物の精油の効能を知って、癒しや体調管理に活用しましょう 受講料：1,500円（2回分、材料費込）
知って楽しむ「春の園芸」 講師：福見 千松 先生	5/16、6/6 金曜日 13:30～15:30	夏野菜（ミニトマト）の植え付けや春の寄せ植えを楽しみます 材料費：1,000円（2回分）
心の栄養「手作りおやつ」 講師：高比良 依子 先生	5/27、6/24 火曜日 13:30～15:30	お茶のおともに“できたておやつ”。家事の合間、ほっこりしませんか 材料費：1,200円（2回分）
暮らしにうるおい 「クラフトバンド小物」 講師：平戸 都紀子 先生	6/11・18 水曜日 10:00～12:00	小物づくりを楽しみながら、編み方の基本を学ぶ「初心者向け」の講座 材料費：1,500円（2回分）
ドライフラワーの魅力 「花のある小さなしあわせ」 講師：小石 桂子 先生	6/28 土曜日 14:00～16:00	年間通して楽しめるドライフラワーでスワッグ（壁飾り）を作ります 材料費：2,000円
映画と時代を考える	4/15、5/20、6/17 7/15、8/19 火曜日 13:30～15:30	懐かしい名作映画（洋画）はいかですか。ホールで映画館気分を盛り上げます
子ども映画館	4/19、6/21 土曜日 10:30～11:30	日本の昔ばなしや世界の童話などのアニメを上映します。大人の方もお待ちしております
心のままに「パステルアート」 NEW 講師：平川 愛子 先生	6/10 火曜日 13:30～15:30	粉状にしたパステルを指につけて、無心で塗りつければ作品の完成 受講料：1,000円（材料費込）
誰でも楽しめる「ペタンク」 講師：香焼まちづくり協議会	4/23 水曜日 10:00～12:00	フランス発祥の球技です。ゲームを楽しみながら、参加者同士の交流も深まります。お気軽にどうぞ！
心と体がよるこぼ 「リラクゼーションストレッチ」 講師：野口 信貴 先生	5/1・22、6/5・26 木曜日 14:00～16:00	体の隅々まで気持ちよ～く伸ばして、無理なく筋力もアップ。 受講料：800円（4回分）
もれなく元気がもらえる「春のレク活」 講師：中島 るり子 先生	5/16 金曜日 10:00～12:00	レクリエーションを楽しみながら、頭と体、心を活性化して元気チャージ。思いっきり笑いたい方はぜひ！
女性のちよい漏れに <対象：女性> 「骨盤底筋トレーニング」 講師：井上 圭子 先生	7/1・8・22・29 火曜日 13:30～15:00	臓器を支える骨盤底筋を意識して、尿トラブルを予防・改善 受講料：1,600円（4回分）

申し込みは
必要ありません。
お誘い合わせで
どうぞ。