



講座名（講師）定員＜回数＞	日時	紹介文	受講料等	対象・持参物等
ゼロから学ぶ韓国語 (崔 ソヒョン)30名＜全18回＞	4/4～12/19 第1・3(土) 9:30～11:00	読めない、書けない、しゃべれない。だけど、韓国語に興味のある方！一緒にゼロから学びましょう！	受講料／2,700円 教材費／初受講者のみ2,530円	5月と10月は第1・3・5(土) 8月は休み
英語 de 楽しくコミュニケーション (ジェニー花田)15名＜全6回＞	4/7～7/7 第1・3(火) 9:30～11:30	英語がしゃべれなくても大丈夫！みんなでわいわい気楽に楽しくコミュニケーションしましょう！	受講料／900円 教材費／初受講者のみ1,210円	5月は第3(火)のみ
グラスアート ～時々シルエットアート～ (戸川 由美子)8名＜全8回＞	4/10～11/6 第1(金) 9:30～11:30	ステンドグラスのようなグラスアート小物を作ります。シルエットアートにも挑戦できますよ。	受講料／1,200円 教材費／初回1,500円 2回目以降実費	初回到道具注文(支払い)は2回目、詳細は公民館へ) 4月は第2(金)
焙煎士直伝！おいしい珈琲 de 至福のカフェタイム (牧 浩市)12名＜全4回＞	4/11～5/23 第2・4(土) 9:30～11:30	コーヒーの雑学やおいしく淹れる秘訣を学んだり、産地や焙煎の違うコーヒーを飲み比べたりします。	受講料／600円 教材費／3,000円	
中国健康体操「練功」 (藤原 照恵)30名＜全7回＞	4/11～7/11 第2・4(土) 13:30～15:30	音楽に合わせて、腹式呼吸をしながら、ストレッチや筋力強化、ツボ刺激などを行います。	受講料／1,050円 著作権料／10円	6月は第1・4(土)
元気力 UP！ 笑いヨガ&認知症予防 (万代 京央子)15名＜全14回＞	4/12～11/22 第2・4(日) 13:30～15:00	笑いの健康体操です。正しい呼吸法で心と体を元気に！笑いたいあなた、笑えないあなたも一緒に！	受講料／2,100円	8月は休み
ゆるゆる楽々 はじめてのゆる体操 (加賀田 和則)25名＜全7回＞	4/14～7/14 第2・4(火) 10:00～11:30	簡単で安全にできる運動効果の高い運動です。楽しく体をゆるめるため、腰痛、肩こり、冷えにおさらば！！	受講料／1,050円	ヨガマット
市「わからない」を解決！ 初心者のためのスマホ講座 (小松 典子)12名＜全6回＞	4/14～6/23 第2・4(火) 13:30～15:00	スマホを操作してもわからないことだらけ！使い方を基礎からやさしく学べます。	受講料／無料 教材費／500円	LINE アプリを取得していただける方対象 連携先: デジタルガバメント推進室
解いてスッキリ！ナンプレ de 脳トレ (大屋 徳敬)12名＜全6回＞	4/18～6/27 第3・4(土) 13:30～15:00	集中力や記憶力の向上、ストレス解消にも！解き方のコツを学んで、楽しく脳を鍛えましょう。	受講料／900円	小学4年生以上対象
心も体もゆるむ 指で描く 脳活パステルアート (難波 生弥子)15名＜全4回＞	4/23～7/23 第4(木) 9:30～11:30	指でパステルの粉を広げて色づけていきます。脳が活性化され、優しい色合いに心スッキリ、リラックス。	受講料／600円 教材費／2,500円	
パソコン de スマホ写真をスライドに！ (高橋 功)10名＜全5回＞	4/25～6/27 第2・4(土) 9:30～11:30	スマホで撮った写真をパワーポイントを使いスライド動画にします。思い出の詰まった作品を作りませんか。	受講料／750円	スマートフォン・PowerPoint 搭載のパソコン 詳細は公民館へ
はじめてのギター弾き語り (片山 浩太郎)10名＜全10回＞	6/27～11/7 第2・4(土) 9:30～11:30	ギター演奏の基礎から実践的なテクニックまで学べます。弾き語りの楽しさを体験しましょう。	受講料／1,500円 著作権料／10円 教材費／初受講者のみ1,870円	中学生以上対象 ギター 8月は第2・5(土) 11月は第1(土)