



連島公民館

〒712-8001 倉敷市連島町西之浦497-1

☎ 448-0655

抽選

受付 はがき 窓口

講座名	開講日	曜日	対象	回数	受講料(円)	講師	内容	備考 (保険料、持ち物等)
	閉講日	時間		定員	教材費(円)			
NEW 卓球にトライ! ①	4/2	第1・3(土)	中学生 ~ 一般	3	450	桐野 博史 丸山 公男	卓球を基本から学び、体を動かす楽しさを味わいましょう。	ラケット 卓球①②重複申込不可
	5/7	9:30~ 11:30		15名	—			
NEW 卓球にトライ! ②	4/6	第1・3(水)	中学生 ~ 一般	3	450	桐野 博史 丸山 公男	卓球を基本から学び、体を動かす楽しさを味わいましょう。	5月は第3(水)のみ ラケット 卓球①②重複申込不可
	5/18	9:30~ 11:30		15名	—			
手打ちそば①	4/8	第2・4(金)	一般	2	300	倉敷手打ち そばの会	水回し、延し、切り等、そば打ちのコツを学んで美味しいそばを打ちましょう!	そば①②重複申込不可
	4/22	9:30~ 12:30		10名	1,500			
はつらつゴルフ	4/12	第2・4(火)	一般	5	750	藤川 泉	ゴルフの基本を楽しく学んでみませんか。運動不足の解消にもなります。大平山ゴルフクラブで開催します。	保険料120円 道具各自持参
	6/14	10:00~ 12:00		25名	—			
NEW 筋膜ストレッチで 心も身体も解放 ~おうちでできるセルフケア~	4/19	第3・4(火)	一般	2	300	曳野 美華	骨盤を整えてお肌も心も美しく!自分の姿勢を見直し、レッスンで改善していきましょう。	ヨガマット
	4/26	10:00~ 11:30		15名	—			
NEW 大平山でハイキングを 安全に楽しもう	4/23	第4(土)	中学生 ~ 一般	1	150	能瀬 雅国 川口 勇	連島の大平山を登りながら、ハイキングを楽しむポイントを学びましょう!	保険料24円
		9:00~ 12:00		10名	—			
春を彩る 苺のケーキ作り	4/28	第4(木)	一般	1	150	西山 洋子	旬の苺を使っておしゃれなケーキを作ります♪	
		9:30~ 12:30		8名	850			
手打ちそば②	5/13	第2・4(金)	一般	2	300	倉敷手打ち そばの会	水回し、延し、切り等、そば打ちのコツを学んで美味しいそばを打ちましょう!	そば①②重複申込不可
	5/27	9:30~ 12:30		10名	1,500			
NEW 似合う色で 印象が変わる! パーソナルカラーを 学ぼう	5/17	第3(火)	一般	1	150	正宗 幸子	ファッション、ヘアメイク、アクセサリだけでなく、身の周りのカラーの全てがわかります。似合う色を知って魅力アップを目指しましょう!	
		10:00~ 11:30		8名	550			

卓球にトライ!



卓球のルールや基本フォーム、フットワークやスマッシュ、攻撃などを学びます。最終回は団体戦・個人戦を予定しています!

似合う色で印象が変わる! パーソナルカラーを学ぼう



講師 正宗 幸子先生
with FASHION co.代表
ファッションコンサルタント

人生100年時代を生き活きと暮らす自分を輝かせるファッション講座です。似合うカラーや柄、着こなし等を学んでおしゃれを楽しみましょう♪



ハイキングを安全に楽しむポイントを教えていただきながら、大平山の山歩きをみんなで楽しみましょう!



大平山でハイキングを安全に楽しもう