

受付期間 4月6日(火)～23日(金) 8:30～17:00 4月の休館日：4月4・11・18・25・29日

- ・本人が申し込みください。
- ・運動系講座の申し込みは1つまでです。
- ・マスクの着用をお願いします。
- ・平日午前の講座は、無料で託児を行います(2歳以上、事前申し込み必要)。
- ・個別に案内のはがきは出しません。

教養・趣味の講座  
(4講座)

①郷土の詩人 鈴木梅子を学ぶ

- 定員 20人
- 開催日 4/27、5/18、6/15 (火曜日・全3回) 13:30～15:00
- 内容 温麺発祥の「大味」に嫁ぎ、堀口大學の愛弟子として3冊の詩集を世に送った「鈴木梅子の詩と生涯」を学びます。2回目は市内のゆかりの地を散策します。
- 講師 西田朋先生
- 持ち物 本代2,200円、筆記用具
- 参加費 1,000円(全回分)



②初めての飾り巻き寿司

- 定員 12人(2才以上託児有)
- 開催日 5/20、6/17、9/16、10/21、12/16、2/17 (木曜日・全6回) 10:00～11:15
- 内容 お花やクリスマス、ひな祭りなど、季節を目で見て、おいしく味わいましょう！  
会食はしません
- 講師 鈴木美和子先生
- 持ち物 材料代2,200円(2回分ずつ集金します)、筆記用具、タッパー、エプロン、三角巾
- 参加費 1,500円(全回分)



③布小物 チャックの付け方

- 定員 8人
- 開催日 5/22、6/5、6/19 (土曜日・全3回) 9:30～11:30
- 内容 ファスナーの付け方をやった事のない方、忘れてしまった方が対象です。  
1回目 直線ファスナーのポーチ、2回目 曲線ファスナーのポーチ
- 講師 平間あけみ先生
- 持ち物 材料代1,400円(2作品分)、裁縫セット、定規、筆記用具
- 参加費 1,000円(全回分)



④色えんぴつで遊ぼう！ 臨床美術体験

- 定員 6人
- 開催日 5/25、6/22、7/27 (火曜日・全3回) 13:30～15:00
- 内容 「臨床美術」とは、認知症予防、ストレス緩和、情操教育等に効果が期待できるアートセラピーです。脳が喜ぶ、心が笑う！
- 講師 日下美貴子先生
- 持ち物 材料代700円(3作品分) 鉛筆、消しゴム
- 参加費 1,000円(全回分)



【あしたば展示コーナー】

- 「臨床美術の紹介と参考作品」展
- 期間 4月1日(木)～28日(水)



運動系講座  
(2講座)

⑤モビパンでらくらく体操

- 定員 12人(2歳以上託児有)
- 開催日 4/30、5/7、5/21、6/4、6/18、7/2(金曜日・全6回) 10:00～11:00
- 内容 穴の開いたモビパンを使い、椅子に座って肩回りや全身をほぐしましょう。男性大歓迎！
- 講師 村上マキ先生
- 持ち物 飲み物、動きやすい服装
- 参加費 1,500円(全回分)



⑥太極拳体験講座

- 定員 10人
- 開催日 5/8・22、6/12・26、7/10・24(土曜日・全6回) 14:00～15:30
- 内容 呼吸に合わせたゆっくりと柔らかい動きで、気血の流れや心身のバランスに効果があります。老若男女大募集！
- 講師 上西則子先生(楊名時氣功太極拳)
- 持ち物 飲み物、動きやすい服装
- 参加費 1,500円(全回分)



令和3年度 講座受講生募集！

～人・仲間・地域づくりで元気な白石市を創出～

【各施設共通】①電話または来館のうえ申し込みください。②定員になりしだい募集を締め切ります。③申込人数が少ない時は、開講を見送ることがあります。④都合により日程などが変更になることがあります。⑤持ち物など、詳しくはお問い合わせください。

生涯学習課・中央公民館 ☎22-1343・☎26-2453

受付期間 4月6日(火)～9日(金) 8:30～17:00

①初級英会話

- 定員 10人
- 開催日 5～3月 第2・4火曜日 10:00～ 初回5/11
- 内容 中学校学習レベルの英会話を身につけます。
- 講師 白石市国際交流員
- 持ち物 筆記用具
- 参加費 月1,000円



②童謡講座

本年度は当面の間、活動を休止します。再び開講できる時期がきましたら、あらためてお知らせします。

③健康いきいきEnjoy教室

- 定員 70人
- 開催日 5～3月 月2回 水曜日 10:00～ 初回5/12
- 内容 グラウンドゴルフなどのニュースポーツで楽しく体を動かしましょう。
- 講師 白石市スポーツ推進委員
- 持ち物 運動できる服装、飲み物
- 参加費 月1,000円



④わんぱく教室

- 定員 市内小学5・6年生30人
- 開催日 6～12月 月1回程度 土曜日
- 内容 キャンプをはじめとした各種体験学習を行います。5月に小学校へ配布するチラシで申し込みください。
- 講師 地域の方、ジュニア・リーダー、中央公民館職員など
- 持ち物 毎回事前に連絡します。
- 参加費 3,000円(キャンプは別途必要)



⑤囲碁・将棋学習会

- 定員 なし(申込不要)
- 開催日 囲碁 第3土曜日 13:00～17:00 将棋 第4日曜日 12:00～16:00 ※開催できない日もあります。
- 内容 囲碁と将棋を通して交流を深めませんか？ 子どもの参加も大歓迎です。
- 講師 白石市囲碁同好会・日本将棋連盟白石支部会員
- 参加費 無料

⑥「親子リトミックとハッピータイム」

- 定員 15組
- 開催日 5～7月 第2・4月曜日 計6回 初回5/10 10:00～(内容により変更の場合あり)
- 内容 音楽で体を動かす「親子リトミック」、楽しい子育てを応援する「ハッピータイム」を月に1度ずつ行います。
- 講師 岡崎純子先生、大沼亜希先生ほか
- 持ち物 動きやすい服装、飲み物
- 参加費 4,500円(全6回)



⑦白石市民大学

- 定員 なし
- ※前年度受講生は申し込み不要
- 開催日 6～12月 第3火曜日(変更の場合あり) 14:00～ 初回6/15
- 内容 講義ごとに専門の講師をお呼びし、幅広い分野について学び合い、教養を高めます。
- 持ち物 筆記用具
- 参加費 無料



「碧水園」講座の募集は、45ページをご覧ください。