

⑦佐々木シェフのフランス家庭料理

簡単なフランス家庭料理（メインディッシュ・デザート）を作ります。



- 日時 初回5月11日（5月～2月）第2または第3月曜日 18:30～20:30
- 定員 20人
- 講師 アトリエデリス 佐々木文彦先生
- 参加費 月2,000円（材料費含む）

⑧童謡講座

みんなで童謡を楽しく歌います。前年受講生は申し込み不要です。

- 日時 初回5月13日（5月～3月）第2・4水曜日 13:30～15:00
- 定員 80人
- 講師 元白石市教育委員 米澤時子先生
- 参加費 2カ月で1,000円

⑨囲碁講座

囲碁の基礎・対局を学びます。対象は、子どもや初心者などから有段者まで。気軽にお越しください。見学のみも可能です。前年受講生は申し込み不要です。

- 日時 毎週土曜日（通年）13:00～17:00
- 定員 なし
- 講師 囲碁同好会会員
- 参加費 無料

⑩将棋学習会

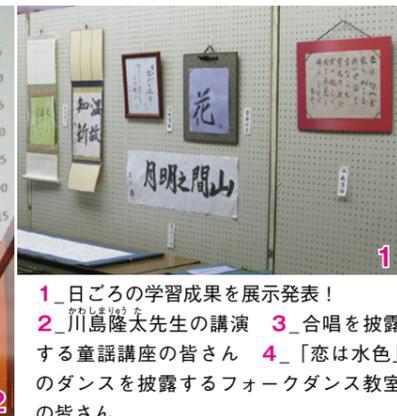
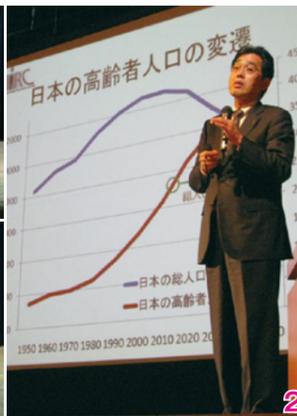
将棋の基礎・対局を学びます。対象は、子どもや初心者から有段者まで。見学のみもできますので、気軽にお越しください。前年受講生は申し込み不要です。



- 日時 毎月第4日曜日（通年）9:00～17:00
- 定員 なし
- 講師 日本将棋連盟白石支部会員
- 参加費 無料

- ・今回お知らせしたほか、短期講座として「寄せ植え教室」、「ビデオ編集講座」なども計画しています。詳しくは広報しろいしの5月号以降でお知らせします
- ・申し込み人数が定員に満たないときは、開講を見送る場合があります。
- ・都合により日程等が変更になる場合がありますので、ご了承願います。

一年間の学習成果を発表！  
「第34回公民館まつり」を開催しました



1\_日ごろの学習成果を展示発表！  
2\_川島隆太先生の講演 3\_合唱を披露する童謡講座の皆さん 4\_「恋は水色」のダンスを披露するフォークダンス教室の皆さん

3月7～8日の2日間、「第34回公民館まつり」を中央公民館で開催しました。今回のまつりには、発表の部に23団体、展示の部に27団体が参加。歌や踊り、楽器演奏などのステージ発表、書道や絵画、手芸品などの展示など、生涯学習に取り組む人たちが、1年間の練習の成果を発表しました。7日には、

劇団青い鳥による演劇「アラビアンナイト」を上演。その後行われた文化講演会「脳を鍛えて健康長寿を実現する」では、脳トレでおなじみの東北大学加齢医学研究所所長の川島隆太先生が、自宅でも簡単に実践できる脳トレ法を紹介。実践も交えての講演は大盛況でした。

中央公民館 ☎26-2453・☎22-1343

受付期間 4月6日(月)～15日(水) 8:30～17:00

スポーツ・健康の教室(3教室)

①健康いきいき Enjoy 教室

ニュースポーツ（シャフルボード、グラウンドゴルフ、囲碁ボールなど）に取り組んで、体を動かす楽しさを見つけます。

- 日時 初回5月13日（5月～3月）毎月第1・3水曜日 10:00～12:00
- 定員 60人
- 講師 白石市スポーツ推進委員
- 参加費 月1,000円

②気軽にバドミントン教室

経験者・初心者関係なくバドミントンを楽しみ、若者の親ほくを深める場とします。ラケットは持参してください。

- 日時 初回5月14日（5月～9月）毎月第2・4木曜日 19:00～20:30
- 定員 20人（20・30代の方）
- 講師 白石市バドミントン協会会員
- 参加費 月1,000円

③フォークダンス教室

フォークダンスを通して健康づくり、仲間づくり、日ごろの運動不足を解消しましょう。

- 日時 初回5月18日（5月～3月）毎月第1・3月曜日 13:30～15:00
- 定員 30人
- 講師 日本フォークダンス連盟 公認指導員 藤原三恵子先生
- 参加費 月1,000円

教養・情操の講座(10講座)

①白石市民大学

「郷土史」「健康」「環境」など文化性・教養性の高い講義を行います。市民の方ならどなたでも入学することができます。前年受講生は申込不要です。

- 日時 初回6月16日（6月～11月）毎月第3火曜日 14:00～16:00
- 定員 なし
- 講師 講義ごとに専門の講師
- 参加費 移動研修などの実費

③あしたも笑顔で

ハッピー子育て講座

ママの笑顔は、子どもも家庭もハッピーの秘訣です。明日からすぐに役立つ楽しい子育ての知恵を身に付けた後はティータイム。ママの元気をチャージする講座です。

- 日時 5月22日、6月5・19・26日、7月10日（すべて金曜日・全5回）10:00～11:30
- 対象 未就学児を持つ保護者
- 定員 16人
- 講師 各回、講師が異なります（詳細は公民館などにあるチラシをご覧ください）。
- 参加費 3,000円（全回分）

②オーストラリアのセーラと Let's 国際交流！（中級者向け）



フォニックス（音声法）を取り入れた語学学習や文化紹介、英会話レッスンをを行います。ネイティブならではのレッスン内容です。3カ国語を習得した講師が語学習得について学んできたことをお伝えします。

- 日時 4月23日、5月14・28日、6月11・25日（すべて木曜日・全5回）19:30～21:00
- 定員 15人
- 講師 白石市英語指導助手（ALT）Sarah Lam 先生（オーストラリア出身）
- 参加費 2,500円（全回分）

④英会話講座（初級者向け）

「英語で語る日本」をテーマに、やさしい話し言葉スタイルで外国人に日本の事を説明できるようになります。

- 日時 初回5月12日（5月～3月）毎月第2・4火曜日（7・8月は休講）10:00～11:30
- 定員 10人
- 講師 白石市国際交流員 Masako Ann Takahashi 先生
- 参加費 無料

⑤親子リトミック講座

歌とピアノに合わせて楽しく歌ったり踊ったりしながら、自主性を尊重し、子どもたちの個性を伸ばす講座です。親子で参加となります。



- 日時 5月14日（5月～2月）第2・4木曜日 ①10:00～10:30、②10:45～11:15
- 対象 8カ月～3歳児と保護者
- 定員 ①②各15組（年齢別に2グループ開催）
- 講師 岡崎音楽教室 岡崎純子先生、大沼亜希先生
- 参加費 月1,000円

⑥お習字、初歩の初歩（初級書道講座）

お習字の基本的な筆使いを学ぶとともに、「脳トレ」などで楽しく交流します。

- 日時 5月26日（5月～2月）第2・4火曜日 10:00～11:30
- 定員 20人
- 講師 毎日書道会 現代詩文書部会員 佐久間玉流先生
- 参加費 月1,000円