

薄根 編み物講座 (模様編みの帽子) 1012351

初心者大歓迎! かぎ針編みの基本を学ぼう

とき 11月8日・22日、12月6日の火曜日(全3回)

午後1時30分~3時30分

講師 林トク子さん

定員 15人

持ち物 かぎ針4~5号、お好みの毛糸2玉

申込期限 10月25日(火)



川田 「新しい」地域・まちづくりウォーキング講座 1012319

歩いて健康寿命向上・生活習慣病予防

とき 11月17日(木)午後1時30分~3時30分

講師 平井浩幸さん

定員 10人

持ち物 屋内用運動靴

申込期限 10月21日(金)

川田 「新しい」地域・まちづくり絵手紙講座 1012365

気持ちのこもった絵手紙を描きましょう

とき 11月10日・24日、12月8日・22日、1月12日・26日の木曜日(全6回)午前9時30分~11時30分

講師 霜垣ユミ子さん

定員 13人

費用 教材費のみ実費負担

申込期限 10月21日(金)



右)リンゴ(作品例)

白沢 ヨガ体験講座 1011220

心と体のバランスを整えてストレス解消

とき 11月9日・16日・30日、12月7日・14日の水曜日(全5回)午前10時~11時30分

講師 尾崎奈巳恵さん

定員 10人

申込期限 10月28日(金)

利根 手芸講座~刺し子コースター~ 1011322

伝統手芸の刺し子でコースターを作ろう

とき 11月7日・14日・28日の月曜日(全3回)午後2時~4時

講師 高橋智春さん

定員 10人

費用 600円程度

申込期限 10月20日(木)



薄根 クリスマスリースづくり講座 1012352

天然素材のリースで華やかなクリスマスを迎えましょう

とき 11月24日(木)午後1時30分~3時30分

講師 星野学さん(朧月)

定員 15人

費用 2,000円

持ち物 薄手の手袋、ハサミ

申込期限 11月10日(木)

その他 汚れてもよい服装



川田 「新しい」地域・まちづくり宝石石鹸づくり講座 1012346

好きな色や香りでキラキラ輝く石けんづくり

とき 10月20日(木)午後1時30分~3時30分

講師 倉品美穂さん(Kuu & kukka)

定員 8人

費用 教材費2,000円

申込期限 10月14日(金)



白沢 切り絵講座 1011221

切り絵の基礎を学びイロハを体験

とき 11月24日、12月1日・8日・15日の木曜日(全4回)午後1時30分~3時30分

講師 佐山秀子さん

定員 8人

費用 実費1,000円程度

申込期限 10月28日(金)

利根 糸かけアート講座 1012497

見て楽しい糸かけアートを作しましょう

とき 11月24日(木)午後1時30分~3時30分

講師 田端昌美さん

定員 10人

費用 1,200円

申込期限 10月31日(月)



# コミセンで生きがいづくり 地域で学ぼう楽しもう

利南☎22-2066 池田☎23-9851 薄根☎22-3160 川田☎22-2009 白沢☎53-2291 利根☎56-2111

対象 市内在住・在勤の人 申込み(先着順)・会場 各地区コミュニティセンター 費用 記載なしは無料

利南 大人のスイーツ講座 1012369

安心安全おいしい手作りスイーツを作ります

とき 11月21日(キャロットケーキ)、12月19日(シフォンケーキ)、1月16日(クッキーシュー)、2月20日(フルーツ大福)、3月20日(茶通)の月曜日(全5回)午後1時30分~4時

講師 石垣恵美さん

定員 8人

費用 1回1,300円程度

申込期限 10月28日(金)

その他 キャンセルは開催日の1週間前まで

申込みフォーム



利南 奈良古墳群歴史学旅 1012499

県指定史跡奈良古墳群を説明付きで巡る旅

とき 10月24日(月)午後1時30分~3時30分

ところ 奈良古墳群に現地集合

講師 永井三郎(文化財保護課)

定員 10人

申込期限 10月17日(月)



池田 「睡眠」と「健康」の知恵袋講座 1012502

良質な睡眠方法を学んで健康に役立てよう

とき 10月28日(金)午後1時30分~3時

講師 杉内由紀子さん(明治安田生命(株))

定員 20人

申込期限 10月21日(金)



池田 ブッダナッツアレンジ講座 1012504

幸せを運ぶナチュラルインテリア

とき 11月24日(木)午後1時30分~3時30分

講師 kozueさん

定員 10人

費用 1,500円

申込期限 11月18日(金)



利南 ハンギングバスケット講座 1012370

庭の広さに関わらず楽しめるハンギングバスケットです

とき 11月17日(木)午後1時30分~3時30分

講師 篠原小百合さん(グリーンアドバイザー、ハンギングバスケットマスター(日本ハンギングバスケット協会))

定員 8人

費用 3,500円

申込期限 10月24日(月)



利南 似合う服の見極めかた 1012400

パーソナルカラーアナリスト、骨格ファッションアドバイザーがアドバイスします

とき 10月27日(骨格診断とは)、11月17日(骨格診断でお悩み解決)・24日(パーソナルカラーとは)、12月8日(パーソナルカラーでお悩み解決)の木曜日(全4回)午後7時~8時30分

講師 湯沢嘉代子さん(Kibae Labo 代表)

定員 8人

申込期限 10月20日(木)

その他 11月17日(木)、12月8日(木)は、合わせ方に悩む服やアクセサリなどを持参。個別診断は行いません

申込みフォーム



池田 リースハンギング講座 1012503

季節の花の寄せ植えをリースにアレンジ

とき 11月17日(木)午後1時30分~3時

講師 星野学さん(朧月)

定員 10人

費用 3,000円

申込期限 11月10日(木)

