

子育て

赤ちゃんママの元氣講座

大竹会館 ☎③2226

育児で疲れた身体と心をヨガとおしゃべりでリラックスさせましょう。

とき 4月21日(月)
10時～12時

ところ 大竹会館

対象

1歳未満の子どもとそのお母さん

講師

原田 茂美さん(ヨガ講師)

定員 8組

持参品

バスタオル2枚、タオル2枚、飲み物

申し込み

前日までに大竹会館へ。

親子で楽しくリトミック

栄公民館 ☎③6688

音楽に合わせて、親子でリトミックを楽しみませんか。

とき

4月8日(火)

10時30分～11時30分

ところ

栄公民館

対象

乳幼児と保護者

講師

落合 由美さん(ピアノ・リトミック講師)

定員

12組程度(申込順)

申し込み

直接または電話で栄公民館へ。

健康

ヤクルト健康講座 免疫力アップは 体力アップ

小方公民館 ☎⑤76249

免疫力は加齢と共に急激に低下します。そのため細菌やウイルスが体内に入り込みやすくなり、病気になるやすくなります。免疫力をアップさせておくための秘訣や食生活のお話と質問にお答えします。

とき

4月15日(火)

10時～11時

ところ

小方公民館

対象

20歳以上の方

講師

ヤクルト管理栄養士 大矢 聖子さん

定員

30人(申込順)

申し込み

前日までに小方公民館へ。

いきいき健康講座

小方公民館 ☎⑤76249



懐かしい童謡をマンドリンに合わせて歌ったり、脳トレーニングのゲームなどをして心と体を鍛えましょう。

とき

4月17日(木)

13時30分～15時30分

ところ

小方公民館

対象

20歳以上の方

講師

村中 弘幸さん(ららんサポーター)

定員

20人(申込順)

参加料

100円

申し込み

前日までに小方公民館へ。

エクササイズ教室

小方公民館 ☎⑤76249

新しい講師と一緒に始めませんか。

とき

4月26日(土)

13時30分～14時30分

ところ

小方公民館

対象

20歳以上の方

講師

小松 美保さん(PH・ピラティスインストラクター・整体師)

定員

30人(申込順)

持参品

体育館用シューズ、タオル、飲み物

申し込み

前日までに小方公民館へ。

講座

硬式テニス教室

小方公民館 ☎⑤76249

青空の下、テニスを通してストレス解消や仲間作りなどを楽しみませんか。

とき

4月12日(土)

10時～12時

ところ

晴海臨海公園テニスコート

対象

18歳以上(高校生を除く)

講師

大竹市テニス協会コーチ

定員

20人

持参品

運動のできる服装、ラケット(貸し出しあり)

申し込み

前日までに小方公民館へ。

手芸講座(初心者向け) かご作り教室

小方公民館 ☎⑤76249



クラフトテープを使って、かごや小物など作ってみませんか。初めての人も、素敵なかごを作れます。

とき

4月12日(土)

13時～16時

ところ

小方公民館

対象

手芸が好きな方なら誰でも

講師

清水 文子さん他(ららんサポーターの皆さん)

定員

20人(申込順)

参加料

1,500円(材料費)

持参品

はさみ、洗濯ばさみ20個以上、鉛筆1本、メジャー、速乾性接着剤

申し込み

直接または電話で小方公民館へ。

手芸講座(上級者向け) クラフトテープ教室

小方公民館 ☎⑤76249

クラフトテープを使って素敵なかごを作ります。

とき

4月19日(土)

13時～15時

ところ

小方公民館

対象

市内在住または勤務の方

講師

清水 文子さん他(ららんサポーターの皆さん)

定員

25人(申込順)

参加料

1,500円(材料費)

持参品

はさみ、洗濯ばさみ20個以上、鉛筆1本、メジャー、速乾性接着剤

申し込み

直接または電話で小方公民館へ。

大竹伝統文化「手すき和紙」 「手描き鯉のぼり」展示会を開催

大竹伝統文化の手すき和紙ができるまでの製造工程や材料の紹介コーナーを設けます。その大竹手すき和紙を使った手描き鯉のぼりの展示も行います。この鯉のぼりは大石雅子さん(元町在住。現在唯一の描き手)が作成したもので、5メートルの迫力ある大型鯉のぼりや、さまざまな大きさの鯉のぼりを展示します。また、市役所2階にも5メートルの鯉のぼりを展示します。



展示期間 4月5日(土)～5月11日(日) ところ 図書館ロビー

手描き鯉のぼり作り教室

中学生以上の方は、1.5メートルまたは1.2メートルの鯉のぼりを作成します。小学生以下の方は、手軽に作成できるよう60センチメートルのミニ鯉のぼりを用意しました。

とき・対象・参加料

4月12日(土)

小学生以下 9時30分～12時

※ 3年生以下は保護者同伴

○60センチメートルの鯉 600円

中学生以上 13時30分～16時

○1.2メートルの鯉 2,500円

○1.5メートルの鯉 2,800円

ところ ギャラリーおおたけ

定員 20人ずつ(申込順)

講師 大石 雅子さん

持参品 エプロンなど汚れても良い服装

※ 小学生以下は色をつけるために必要なもの(絵の具やクレヨンやマジックなど)

申し込み 4月10日(木)までに直接または電話で生涯学習課(☎③5800)へ。



自分だけの
「手描き鯉のぼり」
に挑戦!!

