地域ジーン 学びのカフェ2月講座

①「孫育て」からはじめる
「地域デビュー」
②温泉と旅で結ぶ
地域再生

玖波公民館 ☎077084
少子高齢化の今、「孫育て」の必要性和地域活性を学びましょう。後半は温泉講座です。湯治は地域の最高のコミュニケーションの場、温泉の上手な楽しみ方、温泉健康法を学びましょう。ラフなカフェ形式で行います。

とき 2月14日(土)
13時30分～15時30分

ところ 玖波公民館

講師 山崎勇三さん(広島県余暇プランナー・孫育て検定協会代表幹事)・広島県プランナ世代支援協議会・広島県余暇プランナー協会(県プランナ世代社会参画促進キャンペーン)

定員 25人(申込順)
申し込み 2月2日(月)から玖波公民館へ。(電話可)

大正琴体験教室

栄公民館 ☎06688

一度、大正琴にふれてみませんか。気軽に始めることが

でき、美しい音色を楽しめます。「春が来た」を一緒に弾きましょう。初心者大歓迎。

とき 2月16日(月)
13時30分～15時

ところ 栄公民館

対象 市内在住または勤務の方

講師 高橋徹さん(大正琴講師)

定員 10人(申込順)

申し込み 2月2日(月)から栄公民館へ。

男の料理教室 (メンズキッチン)

小方公民館 ☎06249

簡単でおいしい家庭料理を、料理好きな女性たちに教えてもらって、みんなで楽しみながら料理を作ります。

とき 2月17日(火)
9時30分～13時

ところ 小方公民館

対象 成人男性(小方地区在住の方優先)

講師 市食生活推進委員

定員 20人

受講料 300円

持参品

エプロン・三角巾・布巾

申し込み 2月10日(火)までに小方公民館へ。

共催 小方地区社協

ながしびな作り教室

小方公民館 ☎06249

さんだわらで、1対のおひなさまを作り、子どもたちの成長を祈って小瀬川に流す、大竹の伝統行事です。真心こめておひなさまを作ってみませんか。3月8日(日)は木野川でひな流しが行われなす。

とき 2月21日(土)
10時～12時

ところ 小方公民館

対象

一般の方から中学生・小学生・幼児までどなたでも(小学3年生以下は保護者同伴)

講師

泉 須美子さん他(青少年市民育成会議の皆さん)

定員 30人(申込順)

持参品

持ち帰り用袋

申し込み

当日までに小方公民館へ。

血流改善&元気アップ ヨガレッスン教室

大竹会館 ☎02226

血液・リンパの流れを良くして元気になるヨガです。

とき 2月23日(月)
10時～12時

申し込み

ところ 大竹会館老人集會室

対象 市内在住または勤務の方

講師

原田茂美さん(ヨガ講師)

定員 10人

持参品 バスタオル2枚、タオル2枚

申し込み

前日までに大竹会館へ。

花のアレンジメント 教室

小方公民館 ☎06249

きれいな色の花で、部屋に春の色どりを飾ってみませんか。

とき 2月24日(火)
11時～12時

ところ 小方公民館

対象

18歳以上の方

講師

花見秀子さん(三村生花店)

定員

10人(申込順)

参加料

1,500円(材料費)

持参品 はさみ

申し込み

2月20日(金)までに材料費を添えて小方公民館へ。

受講者募集
毎月1回定期講座

講座名・内容	とき	ところ	対象
『いきいき健康講座』 なつかしい歌を歌ったり、脳トレゲームをしたりして心と体を鍛えましょう。	第3木曜日(2月19日) 13時30分～15時30分		
『エクササイズ教室』 体の中のインナーマッスルを鍛え、きれいな姿勢で歩けるようにしましょう。	第4土曜日(2月28日) 13時30分～14時30分	小方公民館 ☎06249	18歳以上の方
『クラフトテープ教室』 クラフトテープを使って素敵なバックや小物を作ります。	第2土曜日(2月14日) 13時～16時		

※ 詳しくは小方公民館へ。