

● 益城町働く婦人の家 (輝^きらめき館)

平成22年度 主催(定期)講座 受講生募集
平成22年5月～23年3月

| 区分 | 講座名 | 講師 | 曜日・時間 | 内容 【別途教材費(予定額)】 | 定員 |
|--------------|------------------|------------------|------------------------|---|----|
| A (料理) | しあわせごはん | 陳 好美ほか | 第1土曜日 10:00～13:00 | 中華の陳好美先生と複数の料理研究家楽しいレシピをご紹介します。 男女で楽しく学びましょう。【教材費1回800～1,000円】 | 30 |
| | はじめてのパン | 井上 満代 | 第2土曜日 9:00～12:00 | 初心者のためのパン教室です。家庭で出来る安全安心なパンをつくりましょう。【材料費1回1,300円】 | 12 |
| B (文化・教養) | 茶・ちゃ・チャ | 田 淑貞ほか | 第1月曜日 13:30～15:30 | 中国茶やコーヒーなど色々なお茶を愉しみながら至福のひとときをすごしませんか。【教材費500～1,500円】 | 15 |
| | 暮らしの中の 日本画 | 戸田 純一 | 第1・3金曜日 10:00～12:00 | 便箋やトレーなど身近なものに日本画の技法で絵をあしらってみませんか。描き方、筆の運び方など基礎から指導します。 【筆、絵の具等5,000円程度 月1,000円】 | 15 |
| | ビーズジュエリー | 岩崎 良子 | 第1・3月曜日 19:00～21:00 | ビーズが好きで、アクセサリも好きな方にお勧めです。ステッチ、ワイヤー、クロッシェなどバラエティー豊かな講座です。 【編み棒等2,000円 1回1,000～2,000円】 | 15 |
| | はじめての 手描き友禅 | 山本ミドリ | 第1月曜日 13:30～15:30 | 友禅染めの染料で、あなたの好きなエプロン・Tシャツ・傘などに好きな絵を描いてみませんか。【筆、染料等17,000円 教材費2回1,500円】 | 15 |
| | 煎茶道 (東阿部流) | 江 翠栄 | 第1・3水曜日 19:00～21:00 | 身近にある「煎茶」の美味しさが実感できる講座です。月に2回煎茶で心と身体をリフレッシュしませんか。【扇、ふくさ等2,000円 月300円】 | 15 |
| | 華道(草月流) | 末武 瑠葉 | 第2土曜日 13:30～15:30 | 生け花とフラワーアレンジメントの講座です。生け花の基本をマスターし、個性豊かに生けてみませんか。【教材費1回1,500～2,500円】 | 15 |
| | 楽しい 着物着付けと帯結び | 古賀ツタエ | 第2・4土曜日 13:30～15:30 | タンスの肥やしになっている着物を自分で着付けてみませんか。 【着物・帯等は各自持参ください】 | 15 |
| | 季節の園芸 | 倉本園芸 | 第3土曜日 10:00～12:00 | よせ植えや、ガーデニング、フラワーアレンジ等バラエティーに富んでいます。花でリフレッシュしましょう。【教材費1回1,500～2,500円】 | 24 |
| C (健康・運動) | すてきなママ | 熊本県、 婦人の家講師ほか | 第2・4水曜日 10:00～12:00 | 月1回の「楽しいエアロ」でエクササイズ。もう1回は「料理」「手芸」など楽しく学びませんか。【料理・手芸時教材費1回1,000円】 | 20 |
| | 骨盤エクササイズ | 山内玲緒奈 | 第1・3火曜日 19:00～21:00 | ゆっくりとした動きで楽しくリフレッシュ。ピラティスや骨盤エクササイズで体のコアを鍛えます。 【セラバンド2,000円】 | 25 |
| | ゴルフ | 井手 友一 | 第1・3土曜日 10:30～12:30 | これからゴルフをはじめたい方のための講座です。まずはルールから学びましょう。 【打ち直し1回1,000円 コース代は別途(ゴルフ道具は各自持参)】 | 20 |

申込期間 4月17日(土)～23日(金)※18日は休館

- 月・水・木曜日…午前8時30分～午後9時
- 火・金・土曜日…午前8時30分～午後5時

受講料 1講座につき1,000円(年間)

申し込み時に徴収します。
※受講料とは別に、1人につき1,000円を婦人の家
使用者連絡協議会費として後日徴収します。
※教材費等は個人負担となります。金額は講座ご
とに異なります。

申し込み

- 婦人の家窓口で申込書に記入してください。
(電話での受け付けは、いたしません)
- 表左の区分の同じものを複数申し込むこと
はできません。

- 申し込み受け付け順とし、定員になり次第
締め切ります。(定員に満たない講座は開講
しないこともあります)
- 過去に、同一講座(定期)、自主クラブ等で受
講された経験のある方は申し込みをご遠慮
ください。

開講式 平成22年5月8日(土)午前10時からの予定
です。皆さまの出席をお願いします。

※講師や会場の都合で、日時内容を変更することがあります。

無料託児(1歳6か月から就学前まで)あり!!

問い合わせ先 益城町働く婦人の家『輝(き)らめき館』
☎ 286-6665 ☎ 286-6927