

令和8年度

# 中央公民館成人講座 受講生募集!

中央公民館成人講座を開催致します。仲間づくり、生きがいづくのきっかけとして是非ご参加ください!

昼 講 座		
講座名・講師名・定員	日付・曜日・時間	持ち物・【概ねの材料費】
<b>NEW</b> 編み物(棒針) 小向詩子先生(定員5名)	9月1日・15日、10月6日(火曜日) 10時~12時 * ネットウォーマーを作ります。	 編み針(輪針、5本針)等の持参可、眼鏡 【1,500円程度】
<b>NEW</b> 編み物(かぎ針) 小向詩子先生(定員5名)	6月30日、7月7日(火曜日) 10時~12時 * 基本のアクリルたわしを作ります。	 あみ針持参可、眼鏡 【500円程度】
<b>NEW</b> 防災ブッシュクラフト 林田修一先生(定員10名)	7月18日、8月1・22日、9月12日(土曜日)10時~12時 * 4回通して参加できる方優先です。 ブッシュクラフトはサバイバル術で楽しむキャンプ災害時にも使える術を学びます。	 【2,000円(4回分)】 ※9月12日は大石のキャンプ場にて9時30分~13時の開催
<b>NEW</b> モールドール 小山内友里恵先生(定員10名)	7月13日、8月17日(月曜日)10時~12時 * モールを使って簡単、オリジナルぬいぐるみを作ります。	【1,000円程度】
<b>NEW</b> アルコールインクアート 長塚佳子先生(定員8名)	8月20日、9月17日、10月8日(木曜日)10時~12時 * アルコールインクの滲みや、混ざり、広がりを楽しむアートです。	 【2,000円程度】
<b>NEW</b> デコページ 山口敬子先生(定員10名)	7月15日、9月16日(水曜日) 10時~12時 * 身近なグッズに自分好みの柄をつけて生活に色どりを!	ペーパーナプキン持参可、汚れてもよい恰好 【500円程度】
スクラップブック 淡路明美先生(定員8名)	7月21日、8月18日、10月20日、11月17日(火曜日) 10時~12時 * スマホに入ったままの写真など整理のきっかけにしませんか?	筆記用具、写真、はさみ、テープのり 【~1,500円程度】
メルトクレヨン 保田沙織先生(定員10名)	7月28日、8月25日(火曜日)10時~12時 * 溶けるクレヨンを利用してアート作品を作ります。	 汚れてもよい服装 【800円程度】
オイルパステル 保田沙織先生(定員10名)	9月29日、10月27日(火曜日)10時~12時 * 柔らかいクレヨンの様な画材を利用して鮮やかな作品を描きます。	【600円程度】
カルトナージュ 相澤貴子先生(定員6名)	8月5日、9月2日、10月7日、11月4日(水曜日)10時~13時 * 厚紙に紙や布を貼り作成します。今年度は身近に利用できるアイテムの手鏡等をテーマに制作します。	筆記用具、眼鏡 【~1,500円程度】
こぎん刺し 工藤百合香先生(定員10名)	8月28日、9月25日、10月23日(金曜日)10時~12時 * こぎん刺しは津軽地方に伝わる刺し子の技法のひとつです。	 裁縫道具、眼鏡、糸切はさみ、裁ちばさみ 【1,000円程度】
夜 講 座		
プリフラアレンジ 神幸代先生(定員8名)	8月26日、9月30日、10月28日(水曜日)18時~20時 * プリザーブドフラワーを使った雑貨や小物等の作品を作ります。	【~3,000円程度】
<b>★</b> 健康ストレッチ 山本直子先生(定員15名)	6月4・25日、7月9・30日、8月20・27日、9月10・17・24日(木曜日)18時15分~19時45分 * 基礎体力をつけながら、気持ちのいい汗をかいてみませんか。	タオル、ヨガマット、運動に適した格好 <b>★健康づくりポイント事業の対象講座</b>
<b>★</b> タヒチアンダンス 天野佳子先生(定員10名)	7月16・23日、8月6日、9月3日、10月1・15日(木曜日)18時15分~19時45分 * 初心者大歓迎。運動不足解消、汗をかきたい方にオススメです!	タオル、ヨガマット、運動に適した格好 <b>★健康づくりポイント事業の対象講座</b> ※服装:Tシャツ、レギンス(パレオは貸出可能)

受講について	
場 所	六ヶ所村立中央公民館
対 象 者	学生以外の成人者
受 講 料	無料 ※材料費は講座ごとに異なります。
注 意	申込み後のキャンセル、講座をお休みする場合は、必ず連絡をして下さい。 講座の内容によっては材料費を徴収する場合があります。

申込みについて	
締 切 り	6月22日(月) ※空きがある講座は、随時募集しておりますのでお気軽にお問い合わせ下さい。
方 法	村立中央公民館(社会教育課) 電話(0175-72-8173) 公民館窓口、メールにて受け付けます。 メールはQRコードをご利用下さい。 

