



ジャガマイタ



①いちから学ぶ 日本の歴史

～古代編～

日本各地の歴史遺産を紹介しながら、日本の歴史をわかりやすく説明する入門編です。

期日 10月12日、26日、11月 9日
 時間 午前10時～11時半 (各水曜日)
 会場 間々田市民交流センター／研修室2
 講師 福富 靖 先生
 定員 20名
 費用 無料

②手織りコースター体験

フラミンゴ手織り機を使用し、初心者の方でも気軽に手織りを体験できます。
 あなただけの素敵なコースターを作りませんか？

期日 10月6日(木曜日)
 時間 ①午前10時～11時半
 ②午後 1時～ 2時半(どちらかを選択)
 会場 手織り工房 Sakura
 ※現地集合・解散となります
 定員 各15名
 費用 1,000円(コースター2枚分)

③筋力アップ体操

いつまでも若々しい身体のために、筋力アップの体操をわかりやすく教えていただきます

期日 10月28日、11月11日、11月25日
 12月 2日 (各金曜日)
 時間 午前10時～11時半
 会場 間々田市民交流センター／運動実習室
 講師 大野 久子 先生
 定員 20名
 費用 無料



④睡眠と健康講座

睡眠についての正しい知識を知り、良い睡眠をとるための方法を学びます
 ちょっとした工夫であなたの睡眠満足度もアップ！

期日 10月17日、10月31日(各月曜日)
 時間 午前10時～11時半
 会場 間々田市民交流センター／研修室2
 講師 明治安田生命 出張講座
 定員 20名
 費用 無料



⑤お菓子作り

簡単に出来て美味しいお菓子作りに挑戦
 今回は、お饅頭、米粉ロールケーキと和・洋菓子の両方を教えて頂きます

期日 10月 7日、11月 4日(各金曜日)
 時間 午前 9時～12時
 会場 間々田市民交流センター／料理実習室
 講師 武井康子 先生
 定員 8名
 費用 材料費実費



⑥季節の飾り作り

Xmasリースやお正月の干支の飾りを作ります

期日 10月21日、11月18日
 12月 9日 (各金曜日)
 時間 午前10時～12時
 会場 間々田市民交流センター／研修室2
 定員 12名
 講師 川島 妙 先生
 費用 3,000円



※お申し込み方法は裏面をご覧ください。

⑦絵手紙と消しゴムはんこ作り



初めての方でも優しく教えていただけますのでお気軽にご参加ください。

- 期日 11月17日、24日、12月 1日（各木曜日） ●講師 福地喜美子先生、福地富雄先生
- 時間 午後 1時～3時 ●定員 16名
- 会場 間々田市民交流センター／研修室2 ●費用 材料費実費

◆お申し込み方法◆

9月12日(月)～14日(水) 午前9時から午後4時まで

下記申し込み用紙に必要事項を記入の上、間々田市民交流センター窓口前受付へお持ちください。

(電話申し込み不可)

- * 講座の開催、内容につきましては変更または中止となる場合があります。
- * 新型コロナウイルスの感染状況により講座が中止となる場合があります。
- * 定員を超えた場合、抽選となります。抽選日は16日(金)実施予定です。
- * 当選は発送をもってかえさせていただきます。受講に関する詳細は当選通知にてお知らせします。
- * ご不明な点がございましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。

問い合わせ NPO法人コミュニティままだ TEL38-6606
(間々田市民交流センター内)

●講座申し込み用紙●

下記用紙に希望講座名、氏名、年齢、住所、電話番号を記入してください。

※誤記、記載もれのないようお願いいたします。

✂ 切り取り

講座			
氏名		年齢	才
住所			
電話番号			

講座			
氏名		年齢	才
住所			
電話番号			

✂ 切り取り

講座			
氏名		年齢	才
住所			
電話番号			

講座			
氏名		年齢	才
住所			
電話番号			