

ジャガイモ



間々田の歴史

間々田の町を散歩すると、多くの神社や寺院をみかけます。それぞれに歴史があり、人々が大切に守ってきた文化や風習があります。それを知ることでもっと間々田の町が好きになり日々の散歩も楽しくなることでしょう。

期日 6月26日、7月31日、8月28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 野口 静男 先生 定員 30名
 費用 無料

3B体操

3B体操とは、ボールとベルおよびベルターを使用する健康体操です。レクリエーションの要素を取り入れ、気軽に体に無理なく行えます。是非、体験してみませんか？

期日 6月3日、10日、17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／多目的ホール
 講師 寺島 典子 先生
 定員 各25名
 費用 無料



クラフトバンドの小物づくり

クラフトバンドを使って素敵な籠を作ります。丁寧にご指導いただけますので、初心者の方でも気軽に体験できます。

期日 6月11日、25日、7月2日
 時間 午前10時～12時 (各火曜日)
 会場 間々田市民交流センター／研修室2
 講師 田村 淳一 先生
 定員 12名
 費用 材料費実費



太極拳

呼吸に集中してゆったりと動く太極拳。ゆっくりとした動作や体重移動は足腰を鍛えバランス感覚を養い、転倒防止につながります。

期日 7月1日、8日、22日、29日
 時間 午後1時半～3時 (各月曜日)
 会場 間々田市民交流センター／多目的ホール
 講師 岡崎 和代 先生
 定員 25名
 費用 無料

腸活・発酵

腸活、発酵・・・よく耳にする言葉です。今の自分に合った腸活や発酵について正しく知り、身体の中から美しくなる方法を実践していきましょう！

期日 6月19日、7月3日、17日(各水曜日)
 時間 午前 10時～12時
 会場 間々田市民交流センター／料理実習室
 講師 小野 真奈美 先生
 定員 16名
 費用 材料費実費

色えんぴつ画

色鉛筆の塗り方、コツなどのテクニックを教えてくださいます。とても表現豊かな作品に仕上がることでしょ。

色鉛筆の魅力にはまってしまいかもかもしれません。
 期日 7月4日、11日、18日、25日(各木曜日)
 時間 午後 2時～4時
 会場 間々田市民交流センター／研修室2
 定員 15名
 講師 金 将二 先生
 費用 無料



※お申し込み方法は裏面をご覧ください。

益子焼に挑戦

益子町の窯元で益子焼の手びねりを体験します。
美味しいランチも楽しみましょう。
往復、小山市のバスを利用します。

期日 6月 7日(金)
時間 午前8時半～午後3時半
定員 16名 (8時15分集合)
費用 2000円(益子焼+保険)、食事代別途

ピッツア作り教室

『みゆぜどばすてる』のレストランシェフに
本格的な窯焼きピッツア教えて頂きます。
2回開催します。2回申し込みもOKです。

期日 6月28日(金)、7月12日(金)
時間 午後3時～4時半
会場 みゆぜどばすてる 定員 各10名
講師 佐々木シェフ 費用 各回1800円



60代からの『はつらつクラブ』

60代以上の方の健康や生きがいづくり！気軽に社会学習に参加してみませんか？

期日 6月21日、7月19日、8月9日、9月20日、10月18日、11月15日(各金曜日)
時間 午前10時～11時30分 もしくは 11時40分
会場 間々田市民交流センター／多目的ホール、運動実習室、車屋美術館
定員 40名(間々田、乙女地区にお住いの60歳以上の方)
費用 無料 ※申込時に、詳しいご案内をお渡しいたします

◆お申し込み方法◆

5月13日(月)～15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。
- * 定員を超えた場合、抽選となります。抽選日は17日(金)実施予定です。
- * 当選した方には、当選通知を発送し、受講に関する詳細をお知らせします。
(通知が届かない場合は、残念ながら落選となりましたこととご理解ください)
- * 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			
フリガナ		男・女	才
氏名			
住所			
電話番号			

講座			
フリガナ		男・女	才
氏名			
住所			
電話番号			