

令和6年度前期 生涯学習講座

# 受講生大募集

- 受講資格 市内在住 又は 在勤、在学の方
- 申込方法 石下庁舎 生涯学習課窓口 又は ハガキ、FAX  
(電話でのお申し込み不可)

※ 直接お申し込みの場合、水海道公民館でも受付できます

☆下記事項(①～⑥)をご記入のうえ、お申し込みください

- |            |              |
|------------|--------------|
| ① 受講希望講座名  | ④ 年齢         |
| ② 氏名(ふりがな) | ⑤ 電話番号       |
| ③ 申込者の住所   | ⑥ 講座内容の経験の有無 |

ハガキ・FAXの際は、こちらへ↓

〒300-2793

常総市新石下4310-1 石下庁舎 生涯学習課

☎FAX 0297-44-7646

複数講座の  
お申し込みも  
大歓迎!



**募集締め切り: 令和6年6月10日(月) 必着**

(募集期間締め切り後、封書にて通知します)

○ その他

- ・定員を超えた場合は、抽選となります。
- ・定員の半数に満たない場合、開講しないことがあります。
- ・材料調達等を考慮し、開講日10日前からのキャンセルは原則不可となります。  
キャンセルされる場合、材料費等を徴収することがありますのでご了承ください。
- ・「暮らしに役立つボールペン字講座」は、個人専用のお手本を用意するため、6月30日以降のキャンセルは受講料を徴収いたします。

お問い合わせ 生涯学習課(石下庁舎内) ☎0297-30-8880





## 【女性限定】ゆかた着付け講座

定員8名

日程 7/4, 7/11, 7/18, 7/25  
全4回 木曜日

時間 午後1時30分～3時30分

会場 坂手公民館  
(坂手町6219-1)

講師 篠崎 里子 先生  
(ハクビ京都きもの学院 講師)

受講料 無料

持参物 浴衣, 半幅帯, 腰ひも(ユナベルト), ひも3本, 伊達締め, 帯板(あれば浴衣用スリッパ, 肌襦袢)

※ お持ちでない方はご相談ください。

内容 初心者の方も楽に着られます。基本の帯結びからアレンジまで, 楽しく浴衣着付けを学びませんか。



## 初心者さんのマクラメ講座

定員8名

日程 7/3, 7/17, 7/31, 8/7, 8/21, 8/28  
全6回 水曜日

時間 午前9時30分～11時30分

会場 水海道公民館  
(水海道栄町2680-1)

講師 薮島 信子 先生  
(マクラメジュエリー専任講師)

受講料 4,000円

持参物 メジャー, はさみ, 筆記用具

内容 「マクラメ」とは, 紐を手で結ぶことで装飾や模様を作る素朴な技法です。紐さえあれば手軽に作れる, 紐を結んで作る手芸です。基本の結びでハンギング, プレスレット, ミニポーチを一緒に作ってみませんか♪



## コンディショニングストレッチ講座

定員12名

日程 7/19  
全1回 金曜日

時間 午前10時～11時30分

会場 生涯学習センター  
(水海道天満町4684)

講師 安田 美香 先生  
(健康運動指導士)

受講料 500円

持参物 ヨガマット(お持ちの方), フェイスタオル, バスタオル2枚(ヨガマットをお持ちの方は1枚)

内容 肩凝りのある方, 運動が苦手な方も, ストレッチで身体をほぐして軽やかな1日にしましょう。



## 脳トレ音楽レクリエーション講座

定員15名

日程 7/12, 7/26, 8/9, 8/30, 9/13  
全5回 金曜日

時間 午後1時30分～3時

会場 豊田文化センター  
(豊田1081-1)

講師 やまゆう 先生  
(高齢者福祉音楽支援専門士)

受講料 3,500円

持参物 フェイスタオル, 上履き, 飲み物

内容 ピアノの伴奏と楽器のリズムで懐かしい曲を歌う楽しさあり, 脳トレで笑う楽しさありのレッスンを体験してみませんか?



## 暮らしに役立つボールペン字講座

定員10名

日程 7/28 全1回 日曜日

時間 午前9時～10時30分

会場 中三坂集会所  
(三坂町684-1)

講師 倉持 裕加里 先生

受講料 1,500円(教材費, お手本代)

持参物 ボールペン, 大学ノート, 筆記用具

内容 クセ字でお悩みのあなたも! 手書きの文字は意外と見られているもの。実用的な宛名やお礼状の書き方を学習します。



## 小麦まんじゅうづくり講座

定員12名

日程 7/29, 7/30  
全2回 月, 火曜日

時間 午前9時30分～正午

会場 豊岡公民館  
(豊岡町丙1587)

講師 菊地先生, 長塚先生(生活改善グループ)

受講料 3,000円(お土産含む)

持参物 エプロン, 三角巾

内容 1日目: 餡子づくり  
2日目: 生地をつくり蒸す

