
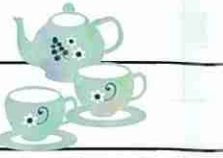
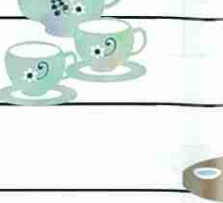
















※受付日順に掲載

No.	講座名	回数	講師名・参加費・内容	時間・定員	受付	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
1	軽スポーツ〈春・秋〉	各3	安倍 保男 軽スポーツやウォーキングを楽しむ	9:30~11:30 各20名	春 3/18(月) 秋 10/18(金)	〈春〉 3/31 日	17 24 水水	ウォーキングやポッチャ、スナッグゴルフなど室内外のスポーツを楽しむ					〈秋〉 6 13 水水		5 木			
2	有秋散歩	4	青木 三郎他 地域の歴史をひもとく、学ぶ	9:30~11:30 (11/2は13:30~15:30) 20名	3/18 (月)	薬王寺・大徳桜他 6 土	桜台団地周辺 1 土	武士の道 5 土	房総道中記 2 土									
3	雑学セミナー	8	JICA他4月1,500円 ★バス研修実費 暮らしに役立つ各種知識や教養を 深め、視野を広める(バス研修含) 60歳以上 30名	10:00~11:30 (6/14は8:30~17:00) 60歳以上 30名	3/18 (月)	防犯講話 26 金	ポッチャ体験 24 金	★伝統芸能 14 金			市原の観光 25 金	★市原の資源 29 金	歌 24 金	人権・国際理解 28 金	修了式 13金 (午後)			
4	フラワーアレンジ	2	川本 葉子 各2000円 ①テーブルフラワーアレンジ ②クリスマスリース作り	9:30~11:30 各10名	①3/18(月) ②10/18(金)	テーブルフラワー 27 土					クリスマスリース 30 土							
5	ベビーマッサージⅠ・Ⅱ	各3	嶋津 一恵 Ⅰ・Ⅱ各500円 マッサージを通して親子のふれあ い、育児相談	10:00~11:30 母子 各10組	春 3/18(月) 冬 8/18(日)	I 23 火	3ヶ月~3ヶ月 28 火	11 火	赤ちゃんもママも マッサージでこぎげんに	Ⅱ 24 火	9ヶ月~18ヶ月 22 火	12 火						
6	ストレッチ体操〈春・秋〉	各5	根本 壽美子 筋肉と関節の伸張運動を通して、 健康増進を図る	13:30~15:30 各35名	春 4/18(木) 秋 9/18(水)	〈春〉 8水 15水 22水 29水		5 水	簡単な筋力作りで いつまでも若々しく	〈秋〉 25 水		2水 16水 23水 30水						
7	やさしい英会話	5	アンバー・山崎 ネイティブの講師との会話を楽しみな がら、発音や外国文化を学ぶ	10:00~12:00 20名	4/18 (木)	13 20 27 月 月 月	3 10 月 月											
8	ガーデニング	2	柳池 繁 2000円 寄せ植えを体験し、草花の管理や 手入れ、バラの鑑賞・剪定を学ぶ	9:30~11:30 10名	4/18 (木)	バラの鑑賞 18土 (雨天時19日)	寄せ植え 15 土											
9	親子ホタル観察会	2	相川 譽夫 親子で自然環境について学ぶ	18:45~20:00 小学生と保護者 各日 30名		31 金	6 木 (雨天時7日)											
10	親子ラグビー教室	1	市原市ラグビーフットボール協会 スポレクパークでラグビー体験	9:00~12:00 小学生親子20人		9 日												
11	エニアグラム	3	神田 宏子 性格タイプ論を学び、子どもとの よりよい人間関係を築く	10:00~12:00 子育て中の保護者 20名	5/18 (土)	4 18 火 火	2 火	性格をタイプに分け、自分を知り、子どもを知ろう										
12	浮世絵とイタリア	2	武井 寿子 浮世絵の流行とヨーロッパへの影 響	①13:30~15:30 ②14:00~16:00 20名		① ② 25 26 火 水												
13	救急救命講座	1	姉崎消防署・有秋分署 心肺蘇生法とAEDの操作方法を学 ぶ普通救命講習修了証あり	9:30~12:30 20名		16 日												
14	災害に備えて	1	総務部危機管理課 災害時に対応できるよう、防災、 災害回避の方法を学ぶ	9:30~11:00 30名	直接 会場へ	23 日												
15	メンスクッキング〈夏・冬〉	各1	内山 正子 800円 簡単でおいしい基本的なおかず作 り	17:00~20:30 成人男性 各12名	夏 6/18(火) 冬 11/18(月)	〈夏〉 6 土	〈冬〉 7 土											
16	一日図書館員	1	有秋公民館職員 図書室の仕事を体験し、図書室へ の理解を深める	9:30~11:30 13:00~15:00 小学5・6年生 4名	一般募集 なし	17 水												
17	親子工場見学会	1	JAL機体整備工場 ★バス研修実費 親子で社会科見学 (※バス研修・幼児不可)	8:30~16:30 小学生と保護者 *抽選で40名		★バス研修 16 火												
18	こどもポーセラーツ	1	前田 知子 750円 白磁器に転写紙を貼って、オリジ ナルの作品をつくる。	9:30~11:30 小学生 20名	6/18 (火)	28 日												
19	よるの昆虫観察	1	柳池 繁 地域にすむ夜の昆虫を観察	18:45~20:30 小学生と保護者 15組		26 金 (雨天時8/2)	夜の昆虫の不思議を探る											
20	感想文を書こう	3	藤澤 忠男 読書感想文の書き方を知り、仕上 げる(課題図書に限る)	9:30~11:30 小学4年~6年 15名		26 30 金 火	1 木	3日間で、感想文を仕上げます										
21	親子スイーツテコ	1	中森 敏夫 1組1000円 発泡スチロールと樹脂を使った本 物そっくりのスイーツ作りに挑戦	9:30~11:30 小学生と保護者 12名	7/18 (木)	もの作りの楽しさを体験しよう!												
22	親子パン作り教室	1	本間 啓子 1組800円 パンが仕上がるまでの工程を学ぶ	9:00~13:00 小学生と保護者 8組		25 日												

主催事業に対してのご意見、ご要望をお寄せください。参考にさせていただき、より良い主催事業を考えてまいります。

講座名	回数	講師名・参加費・内容	時間・定員	受付日	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
23 パソコン教室	3	小林 愈 中学校のパソコン室でExcel、Wordの活用方法を学ぶ(初心者向)	13:30~15:30 16名	7/18 (木)					(有秋中) 26 27 28 月 火 水							
24 エアロビクス	4	野田 真由美 音楽に合わせて有酸素運動	18:00~19:30 成人女性 20名						アフター5はエアロビでハッスル!	3火 10火 17火 24火						
25 韓国の言葉と料理	5	齊藤 一江 1500円 韓国語を学び、その国の文化を理解すると共に、料理体験をする	18:00~20:00 *10/12は15:00~17:00 15名							6 13 20 金 金 金	4 12 金 土					
26 バッグ作りに挑戦	4	小澤 よし子 4000円 古文書、古布を使用した一閑張り手提げかご作り	13:30~15:30 *抽選で20名 (初めての方優先)	8/18 (日)						19 26 木 木	3 10 木 木					
27 ポーセラーツ	1	前田 知子 1400円 白磁器に転写紙を貼って、オリジナルの作品をつくる	9:30~11:30 各12名							9 20 月 金						
28 さき織り	2	堀 真澄 1000円 古布を使って作品を織る	①13:30~15:30 ② 9:30~15:30 *抽選で10名							① 30 月	② 1 火					
29 市原の郷土料理	1	相川 敏子 1500円 地域の食材を活かした伝統料理	13:00~16:00 12名	9/18 (水)								11 金				
30 親子でアウトドア	1	鈴木 幹夫(satoyamaよくし隊) 800円 親子で里山のアウトドア体験をする	9:00~14:00 小学生と保護者 30名	10/18 (木)					親子で楽しくアウトドア			竹・いろりの里 17日 (雨天時24日)				
31 タブレット教室	1	KDDI モバイルタブレットの使用方法	10:00~12:00 20名									19 火				
32 ミニ門松作り	1	鈴木 幹夫(satoyamaよくし隊) 1500円 お正月を祝う「門松」を、部屋の中に飾れるサイズで作る	9:30~12:00 10名	11/18 (月)								13 金				
33 古布でつるし飾り	2	小澤 よし子 1000円 古布を使ってつるし飾りを作る	9:30~11:30 *抽選で20名 (初めての方優先)										31 金	7 金		
34 ニッポンを学ぼう	5	近藤文子他 ★バス研修実費 日本の暮らし、文化、文学などを学ぶ	9:30~11:30 30名	12/18 (水)					ニッポン人の心のルーツを探る				15 29 水 水	5 19 水 水	3 火	
35 ピラティス	3	黒澤 奈緒子 骨盤、背骨を正しい位置に戻す体操	10:00~11:30 *抽選で 成人女性11名						背骨・骨盤を正しい位置に				20 27 月 月	3 月		
36 親子ピラティス	3	黒澤 奈緒子 親子でピラティスを体験	10:00~11:30 10~18歳女子と母 11名	1/18 (土)					親子で健康な体型に					8 22 土 土	7 土	
37 みそ造り	1	加藤 多恵子 1200円 日本の食文化を学ぶ	13:30~15:30 24名											15 土		
38 ヘルシークッキング	1	食生活改善協議会有秋支部 700円 生活習慣病予防のための料理	10:00~13:30 12名	2/18 (月)												6 金
39 子育て会	10	有秋地区社会福祉協議会との共催 健やかな子育てをするための支援と、親同士の交流の場	10:30~12:00 乳幼児と保護者 (0歳~3歳)		18 木	★有秋公園 16 木	七夕祭り 20 木	18 木		保健師 19 木	ミニ運動会 17 木	21 木	クリスマス会 19 木	栄養士 16 木	ひな祭り 20 木	歯科衛生士 19 木
40 ちびっこひろば (親子で楽しく遊ぼう)	3	子育て家庭支援員との共催 健やかな子育てをするための支援と、親同士の交流の場	10:30~12:00 未就学児と保護者	直接会場へ			親子で遊ぼう 24 月			親子で遊ぼう 30 月						親子で遊ぼう 1 日
41 茶話会	10	有秋地区社会福祉協議会との共催 心豊かに充実した日々を送るための仲間作りの場(お出かけ含)	13:30~15:00 65歳以上		★おでかけ 11 木	落語 14 火	コーラス 11 火	大正琴 9 火		折り紙 10 火	保健師 8 火	健康増進講座 12 火	クリスマス会 10 火	舞踊 14 火		民話 10 火
42 ふれあい会食会	12	有秋地区社会福祉協議会との共催 心豊かに充実した日々を送るための仲間作りの場	11:30~12:30 65歳以上、独居の方	要予約	★永藤公園 24 水	保健師 22 水	舞踊 26 水	フラダンス 24 水	防犯 28 水	リコーダー 25 水	ハーモニカ 23 水	オカリナ 20 水	クリスマス会 11 水	ピンゴゲーム 22 水	歯科衛生士 26 水	アコーディオン 25 水
43 おはなし会	9	読み聞かせ たんぽぽ 絵本の読み聞かせや紙芝居など	10:00~10:30 1歳以上 20名	直接会場へ		11 土	8 土	13 土		14 土		16 土	14 土	18 土	15 土	14 土
44 ホールコンサート	各1	★七夕 吉田 桐子 ★クリスマス ハートキャッチ ★朗読会 近藤 文子	18:30~19:30 14:00~15:00 14:15~15:15	直接会場へ				七夕 19 金		音楽や朗読を通して異世代、地域住民と交流			クリスマス 1 日			朗読 13 金
46 こども朗読会	1	読み聞かせ たんぽぽ 小学生向け物語の朗読	11:00~11:30 小学生以上									2 土				

※ 募集については、毎月15日号の広報いちばらに掲載し、18日朝8:30より電話および窓口で受付を開始します。(一部抽選あり)

※ 募集方法、内容、日程等変更が生じる場合もありますのでご了承ください。応募に当たっては、ご自分の予定を確認のうえ、出席可能な講座にご応募ください。 問合せ先 有秋公民館 電話66-0121