

## 有明公民館

### 「癒しと Happy を引き寄せるアロマづくり」

10月24日(火) 19時30分～

精油の優しい香りに包まれながら、メディカルアロマについて学んで、化粧水やハンドクリーム作りを楽しみませんか。

- 募集人数 20人(先着順)
- 受講料 無料(材料代として500円が必要)
- 講師 鬼塚 里加子 先生



公民館では各種講座を行っています  
あなたも参加してみませんか

- ◆有明公民館 (☎68-1101)
- ◆三会公民館 (☎62-4505)
- ◆杉谷公民館 (☎63-2231)
- ◆森岳公民館 (☎63-2242)
- ◆霊丘公民館 (☎64-2023)
- ◆白山公民館 (☎63-2221)
- ◆安中公民館 (☎63-2253)

## 白山公民館

### 「歌って健康、声出して健康！」

10月24日(火) 10時30分～

声を出すこと、歌うことは、脳や体の働きを活性化させます。

正しい発声法を学び、音楽療法を取り入れて、生のピアノ演奏に合わせて、誰もが聞いたことがある「あんな歌」「こんな歌」を皆さんで楽しく歌います。

- 募集人数 20人(先着順)
- 受講料 無料
- 講師 小林 美恵 先生

いきいき健康ポイント対象事業

5  
ポイント



### 「紅茶の世界」

- ① 10月26日(木) 10時30分～
- ② 10月30日(月) 19時30分～

普段何気なく飲んでいる紅茶。紅茶の効能のほか、原産地や国柄、茶葉の等級、美味しい淹れ方を学びます。また、ティーテイスティングも楽しんで、茶葉の種類や製法による味の違いを比べてみましょう。

- 募集人数 16人(先着順)
- 受講料 無料(材料代として500円が必要)
- 講師 日本紅茶協会認定ティーインストラクター 太田 友美 先生



各講座の申し込みは、  
**10月2日(月)**  
から受け付けます



## 草野 仁 氏 講演会

「いつもチャレンジ精神で」

11月26日(日) 島原文化会館

開場 13:30 / 開演 14:00

全席自由 500円

▶チケット取り扱い 島原文化会館、有明総合文化会館

▶問い合わせ先 社会教育課 (☎68-5473)