

プリザーブドフラワー教室

みずみずしい質感と柔らかさがあるプリザーブドフラワー使って、楽しみながらアレンジメントしてみませんか。

- と き 12月18日(木) 19時30分～
- ところ 三会公民館
- 募集人数 24人
- 受講料 無料(材料費1500円が必要)
- 問い合わせ先 三会公民館



ベリーダンスで美しく体づくり

今、女性に人気のベリーダンス！年齢やダンス経験に関係なく踊れます。神秘的な音楽にあわせて楽しく体を動かしてみませんか。



- と き
- 昼の部(計3回) 12月9日(火)・16日(火)、1月6日(火) 14時～
- 夜の部(計3回) 12月9日(火)、1月6日(火)・20日(火) 19時30分～
- ところ 三会公民館
- 募集人数 昼の部20人・夜の部20人
- 受講料 無料
- 持参品 動きやすい服装(Tシャツやスパッツなど)
- 問い合わせ先 三会公民館

「心を写すレントゲン」絵をとおして自分の心をのぞいてみよう

お気軽描画心理教室

数種のお題をもとに簡単な絵を描き(簡単なスケッチ程度)認定心理士のアドバイスにより自分を見つめます。

- と き ①12月18日(木) 13時30分～
②12月22日(月) 19時30分～
- ところ 白山公民館
- 募集人数 ①、②それぞれ12人
- 受講料 無料 ●問い合わせ先 白山公民館



スパイスたっぷり、外国の伝統スイーツをつくりましょう

魅惑のウィーン菓子づくり

ドイツ・オーストリアでよく食されるウィーンの伝統菓子「リンツァートルテ」を、スイーツコンシェルジュと一緒に楽しく作ります。

- と き 12月17日(水) 19時30分～
- ところ 白山公民館
- 募集人数 12人
- 受講料 無料(ただし材料費500円が必要)
- 持参品 エプロン、三角巾など
- 問い合わせ先 白山公民館



公民館 こうざ じょうほう

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)

美腸教室

体が冷える冬に備え、腸の健康について気軽に学び、自分でできる美腸マッサージを実践します。

- と き
- ①12月18日(木) 19時30分～
- ②12月22日(月) 13時30分～
- ところ 白山公民館
- 参加料 無料
- 募集人数 ①、②それぞれ16人
- 持参品 バスタオル、ハンドタオル
- 問い合わせ先 白山公民館

有明女子会キララ☆第四弾！ フラワーアレンジメント

新年のスタートを華やかに彩ってみませんか。



- と き 12月22日(月) 19時30分～
- ところ 有明公民館
- 参加料 500円
- 募集人数 20人
- 申込期限 12月15日(月)まで
- 問い合わせ先 有明公民館