

公民館

* 受講生募集 *

中年からの元気学講座開講

☆心身共に健康で、生きがいのある人生づくり

第1回

平成18年1月14日(土)

午後1時30分～3時

「元気の出る話・栃木の方言よもやま話」

講師 〓 よかんべ村

嶋 均三さん

第2回

平成18年1月19日(木)

午後1時30分～3時

「上手に利用しよう健康食品」
「サプリメントの基礎知識」

講師 〓 宇都宮大学教授

上田 伸夫さん

第3回

平成18年1月24日(火)

午後1時30分～3時

「からだ元気でですか?」
「ながら体操」

講師 〓 渡辺 敏子さん

第4回

平成18年1月29日(日)

午後1時30分～3時

「メンタルヘルスを考える」
講師 〓 栃木カウンセリングセンター 日野 直干さん

第5回

平成18年2月3日(金)

午後1時30分～3時

「メンタルヘルスを考えるⅡ」
講師 〓 栃木カウンセリングセンター 日野 直干さん

第6回

平成18年2月7日(火)

午後1時30分～3時

「温泉豆知識・温泉の効能と正しい入り方」
講師 〓 栃木県保健衛生事業団 瀬尾 弘司さん

第7回

平成18年2月14日(火)

午後1時30分～3時

「高血圧について」
講師 〓 自治医科大学循環器内科学教授 島田 和幸さん

☎ 56 3510
FAX 56 7930
.....
〒329-0611
上三川町大字
上三川3970

手芸教室

「折り紙でつくるおひなさま」

〓 すわりびなと壁飾り

講師 〓 角田 久子さん

1日目

平成18年1月27日(金)

2日目

平成18年2月10日(金)

もちもの〓 はさみ

材料費 〓 800円

定員 〓 20人

申込み 〓 平成18年1月20日(金)まで



12/11～1/10の予定表

学習・行事予定

(自主グループ)

25日	24土	23金	22木	21水	20火	19月	18日	17土	16金	15木	14水	13火	12月	11日	
キッズひろば映画会		休				休	休	少年少女合唱教室	パソコン基礎講座⑤	乳幼児学級閉講式 パソコン基礎講座④ ペン習字講座⑥			休	地域福祉講演会	
絵画 書道 水墨画	生け花	館 日	七宝焼 茶房倶楽部 ダンス	童謡唱歌 短歌 メロンの会	ストールペイント(初級)	ストールペイント(中級Ⅰ、Ⅱ)	藤工芸 お琴 青年団	こども美術 パッチワーク	絵手紙 和紙人形	押花アート(Ⅰ、Ⅱ) 棒針	親業サークル	太極拳 ハイキングクラブ	館 日	書道 水墨画	

* 講座の予定 *

家庭教育学級・女性学講座
合同講座

日時 12月9日(金)

午前10時～

「閉講式」コンサート

☆ギターコンサート

～アルハンブラの思い出～

禁じられた遊び他～

演奏 田部井ギター学院

田部井 辰雄さん他

*コンサートは受講生以外の人でも参加できます。(お子様の参加はご遠慮ください。)

乳幼児学級閉講式

日時 12月15日(木)

午前10時30分～

人形劇「三つのねがい」

公演 人形劇団 くまづ

*人形劇は受講生以外の人でも参加できます。

草木ウォッチング

第7回 12月10日(木)

午前9時30分～正午

「冬の鬼怒川周辺の草木について」

講師 自然観察指導者
深谷 兼康さん
集合場所 夢沼緑地公園

家庭の料理教室

第3回 12月7日(水)

午前10時～正午

「手早く、おごっちゃん」

講師 料理研究家

谷田部 ツル子さん

おしゃべりサロン

第8回

平成18年1月13日(金)

「おりがみ」

参加費 100円



* 託児ボランティア募集 *

☆乳幼児学級等で、お母さんが学習している間、お子さんをお預かってくださるボランティアを募集します。

▼期間 = 平成18年4月から年間10回程度のうち、都合がつく日(原則として平日)

▼時間 = 午前9時50分から2時間程度

▼場所 = 中央公民館

▼申込み = 随時、中央公民館へ

キッズひろば みんなの映画会 「クイール」

★たくさんの愛に包まれた
一匹の盲導犬の感動の物語★

▼日時 = 12月25日(日)

第1回 午前10時～11時20分

第2回 午後1時30分～2時50分

▼会場 = 大ホール



お知らせ

12月28日(水)から1月4日(水)までは、年末年始の休館日になります。

10火	9月	8日	7土	6金	5木	4水	3火	2月	1日	1月	31土	30金	29木	28水	27火	26月
休	休		少年少女合唱教室			休	休	休	休		休	休	休	休		休
館	館	書道 水墨画	こども美術 パッチワーク コールゆうがお 囲碁	ハイキングクラブ		館	館	館	館		館	館	館	館		館
日	日					日	日	日	日		日	日	日	日		日