

☎ 56 3510  
FAX 56 7930

〒329-0611  
上三川町大字上三川3970

# 中央公民館

※ 講座の申込み・お問い合わせは公民館へお問い合わせください。  
※ 日時、内容については、変更になる場合があります。

## おしゃべりサロン

### 第4回 9月12日(火)

◆時間=午前10時～11時30分  
「癒しのハーブティー 心と身体をリフレッシュ」

### 第5回 10月17日(火)

◆時間=午前10時～11時30分  
「ハロウィンを楽しもう」  
◆参加費=100円  
◆持ち物=カップ・手ふき(親子)汗ふき  
※第4回・第5回とも参加の申込みの必要はありません。時間までに公民館にお集まりください。

## 子育て講座

☆身近な食材で、新しいレシピ！  
楽しく作ってランチしましょう！

### ◆日時=9月8日(金)

午前10時30分～午後1時30分  
◆講師=MS Kichen～森永乳業出張料理教室

#### 【メニュー】

- ・鶏むね肉の香ばし焼き(パルテノソース)
- ・鮭しんじょのミルク茶碗蒸し
- ・きなこの和風チーズケーキ

◆参加費=500円程度

◆定員=30名(先着順)

※定員になり次第締め切ります。

## 1 Day 手芸教室

☆1回のみ、90分で仕上げる、簡単手芸教室です。託児つきなので、小さいお子さんのいる方でも安心してご参加ください。

### ◆第2回 9月22日(金)

午前10時～11時30分  
◆内容=「スクラップブック」～素敵なアルバムの1ページを作ろう！～

◆講師=ポルカニコ  
河村 里香さん

◆定員=15名(託児定員5名)

◆材料代=500円

※飾りたい写真10枚程度をお持ちください。

◆申込み=9月15日(金)まで

### ◆第3回 11月16日(木)

午前10時～11時30分

◆内容=「スノードーム」

◆講師=社会教育指導員

◆材料費=500円

◆定員=15人(託児定員5名)

◆申込み=11月10日(金)まで

※託児が必要な方は、申し込み時にお話ください。

## パソコン教室

(ワードコース昼の部)

☆パソコンの初心者大歓迎！ワードの基本を学ぶことができます。

◆日程=10月18日(水)、19日(木)、20日(金)、26日(木)、27日(金)

◆時間=午後1時30分～3時30分

◆内容=基本的なワードの使い方を学びます。

◆教材費=1,500円

◆定員=10名(先着順)

◆申込み=10月14日(土)まで

## 受講生募集

### 歴史講座

☆日本史のイメージが新たに。

目から鱗の歴史講座

### 第1回 10月22日(日)

古代編

- ①律令官人の悲哀
- ②武士は地方と京都のどちらから成立したのか

### 第2回 11月26日(日)

中世編

- ③足利氏が幕府を開けたわけ
- ④戦国期農民の危機管理

### 第3回 12月10日(日)

近世編

- ⑤信長は本当に天下統一をめざしたのか
- ⑥慶安の触書はなかった？

### 第4回 1月28日(日)

近現代編

- ⑦政府がまるごと長期海外出張—岩倉使節団—
- ⑧日本国憲法誕生秘話

◆時間=午後1時30分から3時30分

◆講師=上三川高校長

松本 一夫さん

◆定員=40名

◆申込み=10月21日(土)まで

### 「家庭の料理教室」

☆身近な食材を使って手早くおいしい料理を作りましょう！

### 第2回 9月27日(水)

「中華deランチ」

#### 【メニュー】

- ・油淋鶏(揚げ鶏のネギソース)
- ・豚肉とカラフル野菜の炒め物
- ・トマトのふわふわ卵スープ
- ・マンゴーソースの杏仁ゼリー

◆時間=午前10時30分～午後1時

◆講師=ホームクッキングコーディネーター

岩川 智子さん

◆材料代=1,000円

◆定員=20名(成人男女)

◆申込み=9月16日(土)まで



9月		
11	月	休館日
12	火	おしゃべりサロン
13	水	
14	木	女性学 パソコン(ワード)④
15	金	手芸教室 パソコン(ワード)⑤
16	土	少年少女合唱教室
17	日	休館日
18	月	休館日
19	火	休館日
20	水	うたごえサロン
21	木	美文字講座
22	金	1Day 手芸
23	土	休館日
24	日	
25	月	休館日
26	火	手芸教室
27	水	家庭の料理教室
28	木	園芸教室
29	金	手芸教室
30	土	土よう遊び塾 少年少女合唱教室
10月		
1	日	
2	月	休館日
3	火	手芸教室
4	水	はつらつシニア
5	木	美文字講座
6	金	手芸教室
7	土	少年少女合唱教室 ボーカル
8	日	休館日
9	月	休館日
10	火	

## 受講生募集

### 合同人権講座

◆日時=11月7日(火)

午前10時～11時30分

◆内容=講話「豊かな家族関係」

◆講師=栃木県カウンセリング協会  
丸山 隆さん

※受講生以外の参加も受け付けます。前日までにお申し込みください。

### ヴォーカルアンサンブル

☆J-POPを中心とした女性ヴォーカルアンサンブルです。楽譜が読めなくても大丈夫♪

◆日時=10月7日、21日、11月4日、18日、12月2日、16日、1月20日、2月3日、17日(土)

午後7時30分～8時50分

◆参加費=300円(全回分)

◆定員=20名程度

◆申込み=10月3日(火)まで

### みんなのパン工房

☆焼き立てパンのおいしさを味わいましょう。家でもできるパン作りの基本を学びます。

◆日時=11月8日、15日(水曜全2回)

午前9時30分～午後1時

◆メニュー=

第1回 プチパンとハムロール、ソフトプリン

第2回 ヘルスブレッド(全粒粉を使った食パン)、モカマフィン

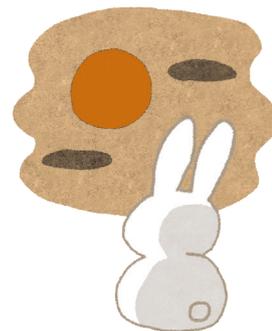
◆講師=ジャパンホームベーキングスクール講師

笠倉 幸子さん

◆材料費=1,500円(2回分)

◆定員=12名(成人男女)

◆申込み=10月31日(火)まで



## 公民館ではこんな講座を開催しました。

### 女性学講座

女性学講座は「女性として、心のゆとりと潤いのある生き方を目指すための学習の場」を提供する目的で開催されている講座です。

今年は全8回の講座で、講演・体験・館外研修と、種類に富んだ内容になっています。

6月23日の「音楽と詩でつづる柴田トヨの世界」では柴田トヨさんの詩の朗読やトヨさんの長男、健一さんのお話をお聴きしました。また、7月21日では「笑いヨガ」の体験をしました。今後も楽しい内容が目白押しです。

