

生涯学習センター

▶問い合わせ先=生涯学習センター
(生涯学習課 生涯学習係)
☎0285(56)9159 FAX)0285(56)6691

受講生募集

※ 講座の申込み、その他詳細は生涯学習センター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。
※ 講座の受付は先着順になります。



◀お申込みはこちら
※講座の申込み等は
こちら町ホームページを
ご確認ください。

はつらつシニア講座

いつまでも元気で、
いきいきとした毎日を過ごしませんか？
健康・安心・学び・交流をテーマに5回の講座です。

- ◆第1回=6月25日(木) (合同講座)
テーマ「熱中症の基礎知識と予防について」
- ◆第2回=7月22日(水)
テーマ「防災意識を高めよう」
- ◆第3回=8月未定
テーマ「口腔ケアと美容」
- ◆第4回=9月30日(水)
テーマ「館外研修」(茨城県エフピコ工場)
詳細は後日 ※この回だけの参加はできません。
- ◆第5回=10月28日(水)
テーマ「民話を聴こう」
- ◆時 間=午前10時～11時30分
※変更になる場合があります
- ◆参加費=無料 ※館外研修は除く
- ◆場 所=ORIGAMIプラザ内 上三川日産ホール
- ◆対 象=一般
- ◆定 員=35名程度
- ◆申込み=お電話またはQRから

元気学講座

心も体も、元気になる講座です。
学びと交流で、毎日をもっと楽しく!

- ◆第1回=6月25日(木) (合同講座)
テーマ「熱中症の基礎知識と予防について」
- ◆第2回=7月22日(水)
テーマ「防災意識を高めよう」
- ◆第3回=10月16日(金) 午後1時30分～3時
テーマ「モルック体験」
- ◆第4回=11月未定
テーマ「館外研修」(埼玉方面) 詳細は後日
※この回だけの参加はできません。
- ◆時 間=午前10時～11時30分
※変更になる場合があります
- ◆参加費=無料 ※館外研修は除く
- ◆場 所=ORIGAMIプラザ内 上三川日産ホール
- ◆対 象=一般 ◆定 員=35名程度
- ◆申込み=お電話またはQRから

うたごえサロン

唱歌や懐かしのメロディーを一緒に♪

- ◆日にち= 5月20日 10月28日 2月17日
6月24日 11月25日 3月 3日
7月15日 12月16日 (全水曜日)
9月16日 1月20日
- ◆時 間=午後1時30分～2時30分
- ◆定 員=100名 ◆参加費=無料
- ◆申込み=お電話または窓口で

6月おしゃべりサロン

- ◆日 時=6月18日(木) 午前10時～11時
- ◆場 所=ORIGAMIプラザ内
子育て支援センター保育室
- ◆内 容=「マイうちわをつくろう」
- ◆講 師=家庭教育オピニオンリーダー
「はーとグリーン」
- ◆対 象=乳幼児と、その保護者等
- ◆参加費=100円
- ◆定 員=10名程度 ◆申込み=QRから

ヴォーカルアンサンブル

Jポップ、シティポップの合唱です。土曜の夜にハモってリフレッシュ!

- ◆日にち=6月27日 7月18日 8月22日 9月26日 10月24日 11月21日 12月19日
1月16日 2月13日 2月27日(全土曜日)
- ◆時 間=午後7時50分～8時50分 ◆定 員=50名 ◆参加費=1,000円(初回集金)
- ◆申込み=お電話または窓口、QRから

健康講座 公開講座

正しい水分補給、できていますか？
暑い季節を元気に乗り切るために、水分補給のコツなど、
すぐに役立つ内容をわかりやすくお伝えします！

- ◆テーマ=「熱中症の基礎知識と予防について」
 - ◆日 時=6月25日(木) 午前10時~11時30分
 - ◆講 師=大塚製菓(株) 熱中症対策アンバサダー
助名 善夫 さん
 - ◆参加費=無料 ◆対 象=一般
 - ◆定 員=20名程度 ◆申込み=QRから
- *この講座は「はつらつシニア講座」「元気学講座」
の第1回目の合同講座です。

6月おりがみ広場

毎月1回の教室です。
楽しいおりがみの時間を過ごしましょう。

- ◆日 時=6月26日(金) 午前9時30分~11時
- ◆内 容=「くじらのおやこ」
- ◆参加費=100円
- ◆講 師=ORIGAMI普及指導員の会
- ◆定 員=20名
- ◆申込み=5月7日(木) から
お電話またはQRから

K-TOWNおやこdeえいご

親子で楽しむ英語の時間です。ALTの先生と一緒に
一緒にLet's Enjoy!

- ◆日にち=5月30日、6月20日、7月25日、9月19日
10月31日、12月12日(土曜日)
- ◆時 間=午前10時30分~11時30分
- ◆講 師=上三川町ALT2人
- ◆参加費=500円(お子さん1人につき)
- ◆定 員=親子30組程度
- ◆申込み=QRから

健康講座 6月ヨガコース

日々の疲れやストレスを、ゆったりとしたヨガで
リセットしませんか？

- ◆日にち=6月26日、7月3日、10日、17日、24日
- ◆時 間=午後1時~2時30分(全5回、金曜日)
- ◆内 容=やさしいヨガ
- ◆講 師=ヨガインストラクター 馬場 純子 さん
- ◆対 象=一般 ◆定 員=25名
- ◆申込み=5月13日(水) から
お電話またはQRから

歴史講座

「軍事郵便」から見える戦時下の庶民の暮らし
「軍事郵便」とは、戦地にいる軍人が日本(内地)に、
または日本から戦地の軍人に向けて送るための郵便
制度です。

- ◆日にち=第1回:7月10日(金)「日本の軍隊」
第2回:7月17日(金)「軍事郵便を読んでみよう」
第3回:7月24日(金)「戦争と暮らし」
第4回:7月31日(金) 館外研修
県立博物館のバックヤードツアー、勾玉づくり
- ◆時 間=午前10時~11時30分(館外は終日)
- ◆講 師=上三川町生涯学習課文化係 鈴木 英美 さん
- ◆定 員=25名 ◆対 象=一般
- ◆申込み=6月19日(金) までお電話でのお申込み
- ◆参加費=無料(館外研修では実費負担あり)

公開講座

「プロに学ぶ 声と音読の健康レッスン」~名作童話を味わう~
美しい声の出し方や朗読の楽しさを学びながら
心も体も元気になる時間です。

- ◆日にち=5月19日(火)
- ◆時 間=午前10時~11時30分
- ◆講 師=フリーアナウンサー 沼尾ひろ子さん
- ◆定 員=100名程度 ◆参加費=無料
- ◆申込み=お電話またはQRから
(女性スマイル講座受講生以外の方も受講できます)

音楽講座

「Rainy Day Jazz(レイニー デイ ジャズ)」
気軽に楽しめる大好評のジャズライブ形式の講座です。

- ◆日にち=6月7日(日)
- ◆時 間=午後5時~6時30分
- ◆演 奏
ピアノ 井上 綾子さん サックス 岡田 嘉満さん
ベース 田澤 充康さん ドラム 中島 道博さん
- ◆定 員=150名程度 ◆参加費=無料
- ◆申込み=お電話またはQRから

暮らしのレシピ講座

「涼やか クラフトバッグを手作り」

- ◆日にち=6月23日(火)・30日(火)
- ◆時 間=午後1時30分から3時30分
- ◆講 師=クラフトバンドエコロジー協会講師
長谷川 京子 さん
- ◆定 員=20名 ◆参加費=1,000円
- ◆申込み=5月19日(火) QRから

▶問い合わせ先=生涯学習センター(生涯学習課 生涯学習係) ☎0285(56)9159

上三川町子育て支援センター「あったかひろば」5月行事予定

おはなしひろば & ORIGAMIであそぼ

- ◆毎週木曜日開催
- おはなし 午前11時30分～11時45分
- おりがみ 午後2時～3時(随時)
- ※参加自由となります。

Happy Birthday Week ～ささやかなお祝いをさせていただきます～

- ◆5月11日(月)～15日(金) 随時
- ◆5月にお誕生日を迎える1歳～未就学のお子さん
と
ハーフバースデーを迎えるお子さん
- ※申込み不要 職員に声をかけてください。

ファミリーフォト ～家族写真撮影会～

- ◆5月12日(火) 午前10時～正午
- ◆対象 町内の0歳～未就学のお子さん
とご家族
- ◆先着6名まで
- ※5月1日(金)～ホームページにて予約受付



栄養相談 ～栄養士がお話を聞きます～

- ◆5月13日(水) 午前10時30分～正午
- ◆対象 0歳～未就学のお子さん
- ◆先着5名まで
- ※予約不要 当日受付にて申込みください。

スウェーデンハンドセラピー

- ◆5月15日(金) 午前10時～正午
(お一人様10分間のタッチケア)
- ◆対象 町内の0歳～未就学のお子さんのママ
- ◆先着6名まで
- ※5月1日(金)～ホームページにて予約受付

大きくなったかな(発育測定) ～身長・体重を測定します～

- ◆5月18日(月)～22日(金) 午前9時～午後1時
- ※申込み不要 職員に声をかけてください。

産後のバランスボール ～お子さんと参加できます～

- ◆5月19日(火) 午前10時30分～11時10分
- ◆対象 町内の生後6か月までのお子さん
- ◆先着8名まで
- ※5月1日(金)～ホームページにて予約受付



もらって会 ～子ども服のリサイクル～

- ◆5月18日(月)～22日(金) なくなり次第終了
- 18日(月)～20日(水)は町内の方・ご提供された方のみ
- ※参加自由となります

ベビーマッサージ ～親子でスキンシップ♡～

- ◆5月25日(月) 午前10時30分～11時10分
- ◆対象 町内の生後1か月(1か月検診済)
～未就学のお子さん
- ◆先着10名まで
- ※5月1日(金)～ホームページにて予約受付

ベビトレヨガ ～ママトレ×ベビトレ×スマイル～

- ◆5月28日(木) 午前10時30分～11時
- ◆対象 町内の生後2か月～3歳のお子さん
- ◆先着10名まで
- ※5月1日(金)～ホームページにて予約受付

にこにこひろば

- さまざまな遊びを通して、町内の同じ年代のお子さんと楽しく一緒に過ごしましょう(毎月1回開催)
- ※5月は運動遊びです
 - ◆5月13日(水) 対象 0歳のお子さん
 - ◆5月14日(木) 対象 1歳のお子さん
 - ◆5月15日(金) 対象 2歳以上のお子さん
 - ◆午前10時30分～11時10分
 - ◆先着各10名まで
 - ※5月1日(金)～ホームページにて予約受付

一時預かり保育

- ◆利用日時=土曜日・日曜日・祝日(年末年始を除く)
午前9時～午後5時
- ◆対象=町内に住所のある生後4か月～未就学のお子さん
- ◆利用料金=4時間まで 1,000円
4時間以降 1時間当たり500円
- ※利用日の3日前までに予約が必要となります。
- ※詳細につきましては、ホームページをご覧ください。

- ▶休館日=年末・年始 メンテナンス等により休館になる場合がございます。
- ▶時間=午前9時～午後5時
- ▶利用できる方=0歳から小学生のお子さん
とその保護者
- ▶利用料=無料

