

# 平方東市民講座 予定表 (7月～9月)

主催：上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議

時間：どの講座も午後1時30分～3時15分までです。

日時	講座番号	講座名	内容・講師	場所	人数・対象	参加費・持ち物
7/23 (土) 午後	市-7-1	初心者の植物(野草)教室	植物(野草)の見分け方と屋外実習、毒草について (講師/堀切史郎)	理科室	40人 子ども～大人	100円。 筆記用具・ビニール袋
	市-7-2	上尾の自然と歴史	上尾の地形と荒川の自然、中山道の歴史 (講師/戸谷翠)	講座室	20人 大人	無料。 筆記用具
	市-7-3	書道	漢字・かな文字。初心者歓迎 (講師/深澤笑子)	多目的室	20人 大人	500円。 筆、硯、文鎮、下敷き
	市-7-4	箏(こと)を弾いてみませんか	箏を弾く。曲目は「チューリップ」「さくら」など (講師/中村葉末)	和室	10人 子ども～大人	無料
8/27 (土) 午後	市-8-1	呼吸法を取り入れた健康体操	健康は呼吸法から (講師/佐藤麗子)	図工室	20人 子ども～大人	無料。 運動のできる服装
	市-8-2	染めてみよう 夏の色(草木染め)	藍の生葉染め (講師/関根とし子)	家庭科室	10人 子ども～大人	1,000円。 ゴム手袋、エプロン
	市-8-3	昔の上尾を訪ねる	私たちの住む上尾の昔を訪ねてみませんか (講師/青木健)	講座室	20人 大人	無料。 筆記用具
	市-8-4	ドライフラワー	ドライフラワーを楽しみましょう (講師/牧野節子)	多目的室	20人 子ども～大人	800円。 はさみ、木工ボンド
9/24 (土) 午後	市-9-1	大正琴	楽譜が数字の大正琴。音色にふれてみよう (講師/中村眞佐子)	音楽室	20人 子ども～大人	無料。 筆記用具
	市-9-2	自分史講座～生きた証を残そう～	なぜ自分史を書くのか、書き方とテーマ、書いたらどうするのか (講師/小倉新一)	講座室	20人 大人	200円。 筆記用具
	市-9-3	楽しい“いけばな”～男性もチャレンジしてみませんか～	夏の疲れを吹き飛ばす癒しの花を生けてみましょう (講師/鈴木あさ子)	多目的室	15人 子ども～大人	1,000円。 水盤、剣山、はさみ、雑巾
	市-9-4	きものの着付け～普段着から礼装まで～	四季に合わせた柄・色合わせを楽しんで、一人で着れるようにしましょう (講師/小石川俊子)	和室	20人 大人 (女性)	無料。 着物、帯、長襦袢、伊達巾、紐4本