

平方東市民講座 予定表（平成19年11月～12月）

主催：上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議

講座日 平成19年 11月24日(土)

時間：どの講座も午後1時30分～3時30分です。

12月22日(土)

応募：連続講座は初回月の募集となります。

日時	講座番号	講座名	内容・講師	場所	対象・人数	参加費・持ち物
11/24 (土) 午後	市-11-2	折り紙	来年の干支「子」を折り 一年の幸せを願いましょう 渡辺 芳恵	図工室	小学生以上 20人	600円 筆記用具・ハサミ・両面テープ
	市-11-3	健康体操	音楽に合わせて、楽しく 体を動かして健康になりましょう 黒岡 千恵子	音楽室	成人 20人	300円 運動の出来る服装・室内履き
	市-11-4	★2回目12/22連続講座 自分史 生きた証しを書き継ぐ	自分史の「魅力ある見本」本を 教材に、生きた証しを読む 小倉 新一	洋室 次回も 同室	60歳以上 20人	500円×2 筆記用具 国語辞書
12/22 (土) 午後	市-12-2	きもの着付け	タオルを使い補整法 着崩れの防止法 加藤 ミツイ	和室	小学生以上 20人	300円 足袋・ 肌襦袢・前板・ 名古屋帯枕・腰 紐4本・ガーゼ
	市-12-3	リラックス 話し方教室	あがらないスピーチ あいさつ・自己紹介 大成 達夫	講座室	18歳以上 20人	500円 筆記用具
	市-12-4	ドライフラワー	「しめ縄」に、 椿・松竹梅のアレンジを 牧野 節子	図工室	子供～大人 20人	1000円 ハサミ 木工ボンド

※ 参加費には、受講費として300円が含まれています。