

まなびすと通信

No. 103

上尾市まなびすと指導者
バンク活動推進会議

まなびすと市民講座で生涯学習を楽しもう

上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議では、上尾市から補助金を受け、市民講座を開催しています。この市民講座では、いつでもだれでも学ぶことができるよう、また皆様の興味の幅に応じて講座をお選びいただけるよう各種の講座を用意しています。皆さんの参加をお待ちしています。



講座番号	8	場所 : 三井金属あげおコミュニティーセンター
日時	10月4日（土） 10月11日（土）	飾って楽しむ書道 (柴田千賀子)
開始	13:30～15:30	日本の美しいかな文字や連綿を学び、百人一首や万葉集を書いてみましょう。 色紙や料紙に書いて、作品を仕上げて飾って、楽しみましょう。
対象・定員		
高校生以上	15人	
参加費・持ち物	費用 : 1000円	
締切り	9月22日（月）	持ち物 : 小筆、文鎮、下敷き、硯（お皿でも可）
講座番号	9	場所 : 三井金属あげおコミュニティーセンター
日時	10月4日（土） 10月11日（土） 10月12日（日）	絵手紙 (町田 佑子)
開始	14:00～16:00	ストレス多い社会の中で、絵手紙のあたたかさには心救われるものがある。 あたたかいことばや線を工夫して、心を込めた絵手紙を書く。
対象・定員		
18歳以上	12人	
参加費・持ち物	費用 : 1000円	
締切り	9月22日（月）	持ち物 : 絵画用具、書写用具
講座番号	10	場所 : 三井金属あげおコミュニティーセンター
日時	10月6日（月）	ZUMBA GOLD (木村 洋子)
開始	10:00～12:00	ラテン系をはじめとした世界中の音楽で楽しむ【ダンスフィットネスプログ ラム】活動的な中高齢者の方や、フィットネス初心者、ダンス初心者、過去 にダンスを楽しんでいて、もう一度踊りたい方にもおすすめ。動きには関節 可動域や心拍数も考慮されており、安全に楽しめるクラスです。
対象・定員		
成人	15人	
参加費・持ち物	費用 : 500円	
締切り	9月22日（月）	持ち物 : 室内用運動靴、汗拭き用タオル、飲料水

講座番号	11	場所 : あげお富士住建ホール
日時	10月14日（火） 10月28日（火） 11月12日（火） 11月25日（火）	絵画を読む（美術史入門）～イタリアルネサンス美術 (山田俊二)
開始	9:20～11:50	美術史の観点から歴史と文化の関係を探り、美術作品を読み解く。 膨大な作品を生み出したイタリアルネサンスを取り上げ、全4回で個性的な画風を競い合う画家たちを紹介する。
対象・定員		
成人	15人	
参加費・持ち物		費用 :500円
締切り	10月1日（水）	持ち物 :筆記用具
講座番号	12	場所 : 富士見小学校
日時	10月18日（土） 10月25日（土）	認知症にならない生活を学ぶ (千木良 素之)
開始	13:30～15:30	認知症生活の気苦労は、健康時には気づかない。 毎日の意識が肝心。
対象・定員		
高校生以上	20人	
参加費・持ち物		費用 :なし
締切り	10月6日（月）	持ち物 : 筆記用具
講座番号	13	場所 : あげお富士住建ホール
日時	10/20（月）	座・フィットネス (木村 洋子)
開始	10:00～12:00	障害・年齢・経験問わず、誰でもが楽しむことができるダンスフィットネス 上級者からラジオ体操しかやつしたことのない方も自分仕様のスタイルで楽しめます。音楽を心で、身体で感じて健康に、ハッピーになれちゃう、それが 【座・フィットネス】です。クラス最初にヨガ風ストレッチで身体をほぐす 時間もあります。椅子に座ったままのプログラム進行です。
対象・定員		
成人	15人	
参加費・持ち物		費用 :500円
締切り	10月7日（火）	持ち物 :室内用運動靴、汗拭き用タオル、飲料水

応募方法

往復はがきに、①希望講座番号と希望講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢(小・中学生は学校名・学年) ⑤電話番号 を記入し、上尾市教育委員会生涯学習課 まなびすと係 に郵送してください。(〒362-8501 上尾市本町3-1-1)

往信	362-8501 上尾市教育委員会生涯学習課 まなびすと	この面には記入しないでください	返信	◎葉書一枚絵画はにつき 1講座1名 362-00** 住所 氏名 ① (平-3) 折り紙教室 ②上尾市本町 7-1-1 ③まなびたろう ④10歳(小学4年生) ⑤775-9490
----	------------------------------------	-----------------	----	---

※応募者多数の場合は抽選(4名以下は中止) ※決定通知書は、実施日前の1週間前後に届きます
※準備の都合上、欠席(当日を含む)される場合は、お早めにご連絡ください。

問い合わせ

上尾市教育委員会生涯学習課 まなびすと係 電話775-9490



発行:上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議

事務局:上尾市谷津2-1-1 B-601(会長) 玉越敬彦 tamakoshi601@triton.ocn.ne