

## 令和4年 福岡公民館講座を開講しました

コロナが終息したとまだ言えない状況ですが、地域の絆づくり・健康づくり・文化・教養の各講座(11講座)を開講することができました。昨年度より多くの方が受講されています。この講座で多くのことを学んでいただけたら嬉しいです。  
※コロナ発生状況により延期又は中止とさせていただくこともありますが、受講生の皆さんには感染予防対策にご協力をお願いして、進めていきます。

	講座名	講師名	受講者数
1	【乳幼児学級】 おひさま広場		12組 (25)
2	ふれあい学級		42
3	ふくおかの歴史	杉江 良基	6
4	ふくおかの偉人	杉江 良基	8
5	ベビーヨガ ママのための骨盤ストレッチ	今井 味佳	4組 (8)
6	心と体が元気になるヨガ	太田 さくら	10
7	リトミック	安保 優子	12組 (25)
8	New 苔を楽しむ苔玉づくり	佐々木 文子	14
9	つるし飾りを作しましょう	深谷 鈴子	10
10	淡彩スケッチ	安部 成信	9
11	睡眠健康	黒川 久子	21



苔を楽しむ苔玉づくり  
New



リトミック



吊るし飾りをつくり  
ましょう

# 令和4年度福岡公民館講座 募集開始します。

新型コロナウイルス感染症の発生状況により、中止または延期することがあります。

## \*\*\*申込み受付期間\*\*\*

2022年5月11日（水）～

5月18日（水）

※ 9時～20時（土日は、9時～17時）

講座の詳細は、平日9時～17時にお問い合わせください。

【TEL 72-2144】

## \*\*\*申し込み方法\*\*\*

広報なかつがわ5月号と同時に公民館講座案内が配布されます。

- ①裏表紙の申込み書にご記入のうえ、お近くの公民館窓口へご提出またはFAXして下さい。【Fax 72-2143】
- ②中津川市ホームページからお申込み下さい。

## \*\*\*対象\*\*\*

市内在住または在勤、在学の方

※定員に満たない場合はこの限りではありません。



こちらから

## \*\*\*受講料\*\*\*

講座回数×350円（中学生以下は1講座1,000円）

※地域の絆づくり講座は無料。

※材料費などは実費徴収いたします。

## \*\*\*注意事項\*\*\*

- ①申込みが定員を超えた講座は抽選になる場合があります。また、定員に満たない講座は中止になる場合があります。
- ②受講料は開講決定後の初回に申し受けます。一旦、納入された受講料は原則払い戻しいたしません。ただし、主催者側の責任による開講中止などの場合は返金いたします。
- ③中途からの受講の場合でも、受講料を全額いただきます。

《地域づくり学習》

番号	講座名・講師	内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料等	備考	新規	託児
139	【乳幼児学級】 おひさま広場	0〜3歳児の親子のふれあい・仲間づくりをしながら、色々な活動や季節の行事をします。	15組 未就園児親子	6月〜3月 10回 10:00〜11:30	無料	実費徴収あり 申込み別用紙		
140	ふれあい学級	毎日を楽し過ごすために、学習・研修に参加し仲間づくり、生きがいづくりをしましょう！	熟年	6月〜3月 9回 開講月により変動	無料	会費1,000円（初回） 実費徴収あり		
141	常盤座子ども歌舞伎教室 常盤座歌舞伎保存会	常盤座の舞台で歌舞伎をしてみませんか？伝統文化を体験しましょう。	15名程度 小学生〜 中学生	10月〜3月 18:30〜20:30	無料			
142	ふくおかの歴史 杉江 良基	ふるさとの遺跡探訪、ふるさとの文化財、福岡町史などから、ふくおかの歴史を原始・古代・中世・近世・近代・現代の6つの時代に分けて学びます。	15名 一般	6月〜11月 第3金曜 6回 10:00〜11:30	無料			
143	ふくおかの偉人 杉江 良基	田瀬・下野・福岡・高山の偉人、花王石蔵、付知川右岸用水、曙学園、名誉町民、女性村長、文化人、宣教師のテーマに分けて学びます。	15名 一般	6月〜11月 第2月曜 6回 10:00〜11:30	無料			
144	リトミック 安保 優子	リトミックを通して、親子で楽しい時間を過ごしましょう。	15組 未就園児親子	6月〜10月 第2・4金曜 10回 10:00〜11:00	無料			

《健康づくり講座》

番号	講座名・講師	学習内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料	備考	新規	託児
145	ベビーヨガ・ママのための 骨盤ストレッチ 今井 味佳	お子さんとふれあいながら一緒に動いて骨盤ケアを中心に日頃の運動不足を解消しましょう。	10組 未就園児親子	6月〜11月 第2月曜 5回 10:00〜11:00	1,750円			
146	心と体が元気になるヨガ 太田 さくら	ヨガポーズを丁寧にゆっくと行い全身に働きかけ、しなやかな心と体作りをします。難しいポーズはしませんので、体の硬い方、体力に自信のない方も安心です。	15名 一般	6月〜10月 第1・3金曜 10回 10:30〜11:30	3,500円	初心者向け		
147	足から健康になろう！ 堀 博	体の土台である足の不調から全身の不調につながることもあります。正しい歩き方やストレッチで健康な体作りをしましょう。	10名 一般	6月〜10月 第1・3月曜 8回 10:00〜11:30	2,800円		○	
148	睡眠健康 〜生活リズムで健康に〜 黒川 久子	高血圧・心疾患・うつ・がん・肥満・糖尿病・不登校など、睡眠に関する問題をはじめ、睡眠に関する知識を広く深く学びましょう。	30名 一般	7月〜10月 第1土曜 4回 13:30〜15:30	1,400円		○	

《文化・教養講座》

番号	講座名・講師	学習内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料	備考	新規	託児
149	水彩スケッチ 安部 成信	ペンや鉛筆で描いた絵の上に透明水彩絵の具で薄く彩色します。自分の趣味を一つ増やしてみませんか？	10名 一般	6月〜10月 第2木曜 5回 13:30〜16:00	1,750円	実費徴収あり		
150	苔を楽しむ 苔づくり 佐々木 文子	季節の草花と苔を使って、苔玉を作りましょう。お部屋の素敵なインテリアになります。自分で作った苔玉は格別です。	10名 一般	6/9・8/25 10/13 3回 10:00〜12:00	1,050円	実費徴収あり	○	
151	パッチワーク 長瀬 弘子	パッチワークの基礎を勉強し、キルトタペストリー・ポーチ・バッグを作ります。	8名 一般	6月〜10月 第1・3金曜 10回 19:30〜21:00	3,500円	実費徴収あり	○	

《☺ 学び逢いカフェ ☺》

番号	講座名・講師	学習内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料	備考	新規	託児
152	色で性格がわかる!? 色彩心理の世界 瀧川 まさみ	青が好きなのはどんな性格？仲良くなりたい時には何色の服を着る？「色彩心理」を知り、色の力を使いこなしましょう！	15名	6/10・6/17・6/24 毎週金曜 3回 19:30〜21:00	900円	準備するもの 筆記用具 当日までに自分の好きな色を一色決めてご参加ください。		

受講料の基本は@350円/回×回数です。

# ☀️ おひさま広場 ☀️

## 新年度 講座生募集!!

季節の行事や、勉強会などみんなで計画して楽しみましょう!

6月~3月(月2回)10:00~11:30

お母さんも子どもさんもお友達作りができます。  
講師の方から子育てについて学んだり、季節の行事をしたり、いろいろな体験をします。  
1人ではなかなか出来ないことを、おひさま広場でやってみませんか?



~これまでに行った行事~

ふうせんあそび・水あそび・運動会・

ハロウィン仮装・ベビーヨガ・クリスマス会 など

お申込みは、福岡公民館へお願いします。

くわしくは、広報中津川5月号と同時配布の講座案内か、

おひさま広場申込書を見てね!

お問合せ：福岡公民館 ☎72-2144

# おひさま広場 募集のお知らせ

Q : 「おひさま広場」ってどんなことするの???

A : 未就園乳幼児の、子育て真っ最中のお母さんが、下の3つの事柄をテーマに  
みんなで活動していく広場です。

～ 今まで行った行事 ～

- ①親子のふれあい・・・リトミック(クリスマス)・ハロウィン仮装
- ②親同士の仲間づくり・・・開級式・おしゃべり会
- ③学びの機会・・・救命講習・子育て相談会

※毎月第1・3火曜日の予定です。

参加したママの声

親子で楽しむことが出来ました。お母さんたちと話が来て良かったです。

年齢の近い子達と関わって遊べるようになったので、とても良かったです。

- ★募集締切日 5月18日(水)
- ★開級式 6月21日(火) 午前10時～
- ★場所 福岡公民館 大集会室
- ★参加費 行事で必要な場合徴収

参加を希望の方は、下記の申込書に記入のうえ、福岡公民館へ提出ください。

問合せ先：福岡公民館 (☎ 72-2144)



※お申込みをされた方は、6月21日(火)の開級式にご出席ください。

.....切り取り線.....

## 令和4年度 おひさま広場申込用紙



(ふりがな) 保護者の名前	(ふりがな) 子どもの名前	生年月日 H・R 年 月 日 (男・女 歳)	電話番号 (携帯)
( )	( )		[ ]
ご住所	(ふりがな) 子どもの名前	生年月日	
(〒 )	( )	H・R 年 月 日 (男・女 歳)	町内会名
(7名-ト名までお願いします。)	(ふりがな) 子どもの名前	生年月日	参加経験 有・無 参加回数 回
	( )	H・R 年 月 日 (男・女 歳)	

\* 保護者の名前はおひさま広場に参加される方の名前をご記入ください。