

令和3年度 藤岡公民館講座 夏の講座 受講生募集

藤岡公民館では、下記の講座を開設します。ふるってご参加ください。

1 開設講座

| 講座 | 内容 | 講師 | 定員 | 開講日・時間 |
|---|--|--------------------------------------|----------|--|
| 女性限定！ わたらせ 女性倶楽部 | 女性どなたでも参加できます。(年齢制限なし) 身近な健康の話や防犯の話、草木染めや編み物の体験をします。おうち時間を有意義に過ごすヒントにいかがでしょう。 | 講師は 裏面参照 | 20名 | 7月20日(火)～ 11月18日(木) (全5回) 日程及び開始時間は 開催内容によって 変わります。 ご注意ください。 |
| | 参加者で持参するもの | 内容によって持ち物が変わります。ご注意ください。 | | |
| 税金のはなしを 覗いてみませんか！ やさしい 税金のおはなし (岩舟公民館と合同) | 「税金」と言っても色々な税金があります。元栃木税務署長のやさしい税金の話です。 | 福地武司税理士 事務所 税理士 福地 武司 先生 | 各 20名 | 7月16日(金) 午後1時30分～ 1時間半程度 |
| | 参加者で持参するもの | 筆記用具、飲み物、その他必要と思われるもの | | |
| かおりを楽しみ りフレッシュ アロマ 講座 | 夏シーズンに向けて素肌に、そしてマスクにも使える除菌スプレーと虫よけジェルを作ります。 《申込時に集金します》 | アロマセラピー インストラクター 前田行代 先生 | 20名 | 7月27日(火) 午前10時～ 2時間程度 |
| | 参加者で持参するもの | エプロン、飲み物、その他必要と思われるもの | | |

2 会場 藤岡公民館（栃木市藤岡町藤岡 810）

3 受付期間 6月2日(水)～6月9日(水) 午前9時から午後5時まで

※裏面に続く

申込書

わたらせ女性倶楽部・やさしい税金の話
アロマ講座 に参加します。

住所 栃木市 _____

氏名 _____ 男・女

電話番号 _____

領収書

_____ 様

_____ 金 _____ 円也

但し、アロマ講座 受講料として

令和 3 年 月 日

藤岡公民館 印

- 4 申込方法 参加者ご本人が直接電話で仮予約していただき、6月18日(金)までに、藤岡公民館窓口へ申込書と受講料(アロマ講座のみ)をお持ちください。
栃木市在住の方のみ対象です。
 定員になり次第締め切らせていただきます。
 また、土・日曜日は職員不在ですので受付できません。ご注意ください。
- 5 受講料 わたらせ女性倶楽部
 草木染め 1500円(教材費として 第2回目時に集金します)
 手編み講座 実費(希望する材料によって変わります
第4回目時に集金します)
 アロマ講座 1000円(教材費として 申込時に集金します)
- 6 申し込み先 藤岡地域づくり推進課 公民館係(電話62-4321)まで
- 7 備考 コロナウィルス感染症予防のため、受講の際は必ずマスクを着用してください。
 また、講座前に体調・体温チェックをさせていただきますので、体調のすぐれない時には、講座への参加はご遠慮ください。
 各回とも最低開催人数は5名です。
 なお、新型コロナウイルス感染症拡大の為、中止・変更になる場合があります。

【わたらせ女性倶楽部の内容】

| | | | |
|--------------------------|--|--|--------------------------------|
| 第1回 ロコモって ご存じですか? | 年齢を重ねると筋力の低下や関節などの病気で移動機能が低下します。いつまでも自分の足で歩く秘訣をお話します。 | 健康増進課 職員 | 7月20日(火) 午後2時~ 1時間程度 |
| 第2回 心とカラダが 健康になる食事 | うどんとそばでカロリーが少ないのはどっち?ヘルシーな食事ってなに?食事に関する知識のズレを直す事で今よりもっと健康になりましょう。 | とちぎメディカル センターしもつが 管理栄養士 佐藤 一恵 先生 | 8月24日(火) 午後2時~ 1時間程度 |
| 第3回 草木染め 体験 | 草木染の色はどの色も自然の色で深みがあり、やすらぎのある色です。そんな草木染を体験します。 【教材費が必要です。エプロンまたは汚れても良い服装。】 | とちぎ花センター 大竹 広恵 先生 | 9月21日(火) 午後1時30分~ 2時間程度 |
| 第4回 悪質商法から 身を守るために | 毎日、悪質商法や特殊詐欺のニュースが報道されます。巧妙な騙す手口についてお話します。 | 栃木警察署 生活安全課 | 10月19日(火) 午後2時~ 1時間程度 |
| 第5回 手編み物 体験 | 手編みの柔らかな風合いは心地良いものです。簡単な編み物を体験します。【教材費が必要です。編み棒、毛糸・作品を入れる袋など。】 | 須藤 彰子 先生 | 11月18日(木) 午後1時30分~ 2時間程度 |
| 参加者で持参するもの 注意点 | 1・2・4回目 筆記用具、飲み物、その他必要と思われるもの。 3・5回目 <u>事前に教材費の集金が有ります。</u> 持ち物が追加になります。 ご注意ください。 | | |