

韓国語講座(入門編)

お隣の国・韓国の言葉を初歩から学びましょう。

▶日時 1月25日～3月15日
までの毎週金曜日(全8回)
午前10時～11時30分

▶会場 城北地区公民館

▶講師 黄 善姫さん

▶定員 先着20人

▶費用 2000円
(個人会員は500円)

※他テキスト代600円程度

■申込 1月15日(火)までに、
電話で、国際交流協会
☎(24)4447へ

食育講座 手作りみそをつくりましょう

▶日時 2月18日(月)～20日
(水)午前9時～正午

▶会場 農林漁家高齢者センター
(仙波町)

▶講師 佐野市生活研究グループ
協議会会員

▶定員 先着20人

▶費用 1500円
(みそ5kg分の材料費など)

▶持ち物 エプロン、頭おおい

■申込 1月7日(月)～18日
(金)の間に、電話で、農政課
☎(61)1162へ

市内で開催される、
講座や教室などの情報です。



楽しいくらしの講座 「介護保険について学ぼう」

▶日時 1月30日(水)
午後1時30分～3時

▶会場 城北地区公民館

▶定員 先着20人(無料)

■申込 電話で、交通生活課
☎(61)1159へ

佐野市民大学 心を豊かにする学びの講座です。手話通訳もあります。

日時	会場	内容	講師	定員・費用
1月27日(日) 午後1時30分～3時30分	城北地区 公民館	藤原秀郷の生きた時代	本郷和人さん (東京大学史料編纂所教授)	150人 無料
2月17日(日) 午後1時30分～3時30分	田沼中央 公民館	坂道、寄り道、まわり道(仮)	生島ヒロシさん (フリーアナウンサー)	300人 無料

■申込 直接または電話で、佐野市中央公民館☎(24)5771へ

アリーナためま「スポーツ教室」 1月～3月期

▶日時・内容 下表のとおり(各教室全10回・②のみ12回)

▶定員 各教室先着25人(①・⑦は20人、⑧は30人) ▶費用 各教室5000円(②のみ1回500円・初回無料)

■申込 電話で、アリーナためま☎(61)1153へ(月曜休館)

教室名	日時	内容
① ベリーダンス教室	1月16日～3月27日(毎週水曜日) 午後1時～1時50分	経験者はこちらの教室を。ベリーダンスは女性らしい体型へと導いてくれます。
② バドミントンの時間	1月10日～3月28日(毎週木曜日) 午前10時～11時30分	はじめてラケットを握る方も大歓迎です。
③ ヨガ教室	1月10日～3月21日(毎週水曜日) 午後1時～2時	独特のポーズと呼吸法でストレス解消や筋力アップ、柔軟性やバランス感覚を向上させましょう。
④ ピラティス教室	1月10日～3月21日(毎週水曜日) 午後2時30分～3時30分	コア(カラダの中心)を鍛えることで、姿勢の歪みを正し、全身のバランスを整えましょう。
⑤ はじめての新体操① 教室	1月10日～3月14日(毎週水曜日) 午後3時45分～4時45分	リボンやボールを使って楽しく体を動かしましょう。
⑥ はじめての新体操② 教室	1月10日～3月14日(毎週水曜日) 午後5時～6時	柔軟性や正しい姿勢だけでなく仲間と一緒に協調性も学んで行きましょう。
⑦ はじめてのベリーダンス 教室	1月17日～3月21日(毎週木曜日) 午後7時～7時50分	初めての方はこちらのコースから。
⑧ ステップエアロビクス 教室	1月18日～3月22日(毎週金曜日) 午後7時30分～8時30分	音楽に合わせて台に上がったり降りたりしましょう。

⑤・⑥の新体操教室は、年中児・小学生を対象に行います。詳細はお問い合わせください。

エコ・クッキング受講者募集

旬の野菜を使ったエコ料理に挑戦

- ▶ 期日 ①1月25日(金)、②2月28日(木)、③3月22日(金)
- ▶ 時間 ①・③午前10時～午後0時30分
②午後6時30分～9時
- ▶ 会場 みかもクリーンセンター
- ▶ 定員 各回先着18人
- ▶ 費用 各回1,000円(材料代)
- ▶ 持ち物 エプロン・三角巾
- 申込 電話で、クリーン推進課
☎(23)8153へ

リサイクル石けん作り講習会

廃食油から、粉末・固形石けんを作ります。

- ▶ 日時 1月24日(木)、2月21日(木)、3月14日(木)
午前9時30分～午後1時30分
- ▶ 会場 みかもクリーンセンター
- ▶ 定員 各回先着10人(無料)
- ▶ 持ち物 廃食用油・豆腐や牛乳などの空パック・弁当
- ▶ 服装 長袖、長ズボン・三角巾・エプロン・マスク・ゴム手袋・メガネ(ゴーグル)
- 申込 電話で、クリーン推進課
☎(23)8153へ

楽習講師企画講座 「万葉集の名歌を味わってみませんか」

とっておきの名歌を、姉・大伯皇女と弟・大津皇子の悲劇を通して物語風に解説します。

- ▶ 日時 2月16日(土)
午後1時30分～3時
- ▶ 会場 田沼中央公民館
- ▶ 講師 大串洋昭さん
- ▶ 定員 先着30人(無料)
- 申込 電話で、生涯学習課
☎(61)1174へ

葛生地区公民館・市民教養講座 白玉粉で作る絶品☆スイーツ

白玉粉を使った簡単アイデアレシピをご紹介します!

- ▶ 日時 2月15日(金)午後1時30分～3時30分
- ▶ 会場 葛生地区公民館
- ▶ 講師 田澤テル子さん
- ▶ 定員 先着20人
- ▶ 費用 500円(材料費)
- ▶ 持ち物 エプロン・三角巾など
- 申込 1月7日(月)以降、直接または電話で、同館☎(86)3414へ

舞台裏方講座 参加者募集

舞台の作り方、舞台の裏側をのぞいてみませんか?
プロスタッフがレクチャーします。

- ▶ 日時 1月26日(土)、27日(日)午後1時30分～4時
- ▶ 会場 葛生あくとプラザ
- ▶ 講師 龍福孝明さん
- ▶ 対象 高校生以上
- ▶ 定員 先着15人(無料)
- 申込 電話で、文化振興事業団
☎(62)9554へ

楽習講師企画講座 「姿勢改善講座」

ご自身の身体と向き合い、全身の歪みや日頃の癖、そしてその改善策を見つけましょう。

- ▶ 日時 1月16日、2月13日、3月13日の各水曜日(全3回)
午後6時30分～8時
- ▶ 会場 佐野市中央公民館
- ▶ 講師 持田弘子さん
- ▶ 定員 先着10人(無料)
- 申込 電話で、生涯学習課
☎(61)1174へ

植野地区公民館 趣味教室 「ボクササイズ教室」

パンチとキックでストレスも発散

- ▶ 日時 1月21日、28日、2月4日の各月曜日
午前10時30分～11時30分
- ▶ 会場 植野地区公民館
- ▶ 講師 本郷栄子さん
- ▶ 定員 先着20人(無料)
- ▶ 持ち物 飲み物、シューズなど
- 申込 1月4日(金)～16日(水)の間に、直接または電話で、同館☎(23)5421へ

パレットプラザさの講座 「ノルウェーの男女共同参画 —文化は変えられる—」

- ▶ 日時 1月26日(土)
午後1時30分～3時
- ▶ 会場 男女共同参画推進センター(パレットプラザさの)
- ▶ 講師 河合正男さん(白鷗大学教授・元ノルウェー大使)
- ▶ 定員 先着50人(無料)
- ▶ 主催 男女共同参画ネットワークさの
(とちぎつばさの会佐野支部)
- 申込 電話で、男女共同参画課
☎(27)2354へ

楽習講師企画講座 「楽しくフラダンス」

はじめての方も楽しめる講座です。

- ▶ 日時 1月17日、24日、31日の各木曜日(全3回)
午後2時～3時
- ▶ 会場 佐野駅前交流プラザ「ばるぼーと」
- ▶ 講師 矢澤敦子さん
- ▶ 定員 先着15人(無料)
- 申込 電話で、生涯学習課
☎(61)1174へ