



●定期講座【前期開講】（受講料1講座500円）

No.	講座名	講師	開講日	基本曜日	時間	内容	材料費など	回数	定員	開催場所
1	みんなで簡単な踊りをしましょう	斎藤文代	5月30日	毎月2,4月曜日 (8月除く)	13:30～15:30	歌謡曲や鳥羽音頭などに合わせてみんなで踊ります	無料	7	25	市民体育館
2	3B体操	五十嵐祐子	6月2日	毎月第1,3木曜日 (8月除く)	10:00～11:30	3種類の器具を使った簡単な体操	器具代 2500円程度	7	20	
3 新	スマイル体操	和田尚子	6月6日	毎月第1,3月曜日	10:00～11:30	笑う事で顔の筋肉を動かし音楽に合わせてながらゆっくと体操する	無料	7	20	
4	はじめてのExcel2010	川村久実	6月1日	毎週水曜日	19:00～21:00	表やグラフ、家計簿などの作成を学ぶ。基本操作、文字入力が可能なかたを対象	無料	6	20	中央公民館 パソコン室
5	書道	飯田祥光	6月23日	毎月第2木曜日	9:30～11:30	書道(漢字、仮名、調和体)	テキスト代 1,000円程度	6	20	中央公民館
6	篆刻・篆書	高潤生	6月22日	毎月第4水曜日	13:30～15:30	篆書の実技もまじえ基本から創作篆刻までの指導となります	無料 初心のかたは相談ください	8	15	
7	指文字アート	遠藤美和	6月23日	毎月第4木曜日	13:30～15:30	指で文字を自由に楽しんで描きます	無料・道具は各自で準備	5	15	
8	絵画	野村昭輝	6月1日	毎月第1水曜日	9:30～11:30	静物画など(初回に画材を決めます)	無料・道具は各自で準備	7	20	
9	植物画	荘司武臣	6月8日	毎月第2,4水曜日 (8月除く)	9:30～11:30	デッサンの指導から入る本格的な植物画	初回のみ用具を揃える費用が必要	8	16	
10	やきものをたのしむ	村上光男	6月2日	毎月第1木曜日	13:30～15:30	赤土を使った焼き締め風の壺などを作成します	毎回材料代 2,000円程度	5	15	
11	カゴバック(上級編)	寺下ユキ	9月7日	毎月第1,3水曜日	13:30～15:30	24本巾のクラフトで少しレベルアップしたお出かけバッグを作成します	1作品材料代 2,500円程度	4	15	
12	ポリマークレイアクセサリ	木下志乃	6月30日	毎月第2木曜日 (8月除く)	13:30～15:30	樹脂粘土を焼成してアクセサリーを作ります	1個につき 1,000円	5	15	
13	季節のガーデニング	山路元彦	6月16日	第3木曜日	13:30～15:30	季節の寄せ植え	毎回材料代 3,000円程度	4	20	

●定期講座【後期開講】（受講料1講座500円）

No.	講座名	講師	開講日	基本曜日	時間	内容	材料費など	回数	定員	開催場所
14 新	ピラティス	荒木もとみ	1月23日	毎週月曜日	10:00～11:30	深い呼吸法で体の歪みを整えます	無料	6	15	中央公民館
15 新	カルトナージュ	山根清美	10月17日	第3月曜日	13:30～15:30	厚紙をカットし、立体に組み立て箱を作り、そこに布や紙を貼って装飾していくフランスの伝統工芸	1作品材料代 1,000円程度	3	15	
16	Let's Enjoy English	ワメリングピム	1月23日	毎週月曜日	14:30～16:00	日常や海外旅行などで役立つ簡単な会話を楽しみながら学ぶ	無料	6	20	
17	世界の珈琲	中村雅則	1月12日	毎週木曜日	13:30～15:30	自宅で極上の珈琲を楽しむために豆の性質から美味しい抽出方法まで学びます	材料代3回で 1,500円	3	12	中央公民館 料理室

●特別講座（受講料なし）

No.	講座名	講師	開講日	時間	内容	材料費など	回数	定員	開催場所
18	キャンドル	森本恵子	9月21日(水) 11月16日(水)	9:30～11:30	ロウを加工して本物の花のようなお花キャンドルなどを作ります	毎回材料代 1,000円程度	2	15	中央公民館
19 新	クリスマスリース	山口欣之	11月24日(木)	13:30～15:30	木の実やドライ素材を使い美しいリースを作ります	1作品材料代 3,000円程度	1	15	
20	家庭のできるフランス料理	鳥羽国際ホテルシェフ	6月14日(火)	10:00～13:00	シェフから直接指導を受けて調理・試食をします	材料代 2,000円程度	1	15	鳥羽高校
21 新	英語で楽しくクッキング	ワメリングピム	1～2月頃 予定	10:00～13:00	楽しく英語を使いながら、多国籍料理に挑戦します	材料代 1,000円程度	1	20	
22 新	たのしいおやつ	太田奈美子	11月28日(月)	13:30～15:30	季節に合わせたお菓子作り	材料代 1,000円程度	1	16	