



受講生を募集します ◆申込み◆ 9月22日(金) 9時～

※ 受講生少数の場合等、開講出来ないことがあります。 9月23日(土)以降 受付時間 8:30～17:00

染め物教室

～マルベリー(桑の実)でシルクのミニストールを染めます～

■日時：10月24日(火)
10時～12時

■場所：3階 調理室

■対象：18歳以上

■定員：15名

ハーフィンストラクター

■講師：坊垣内 みどり

■参加費：2,200円

(受講料400円+材料費1,800円)

■持参物：エプロン・ゴム手袋・

汚れてもいいタオル・持ち帰り用の袋



手作りパン教室

～オートミールを使った
ミニ食パン&ベリー チーズブレッドを作ります～

■日時：10月28日(土)
10時～

■場所：3階 調理室

■対象：18歳以上

■定員：15名

■講師：山本 恵子

■参加費：1,300円(受講料400円+材料費900円)

■持参物：エプロン・ふきん・三角巾



講座受講生募集中!

定員に余裕のある講座です。お気軽にお申し込みください。

げんきっ子ひろば

子育ての不安や悩みを解消できる笑顔いっぱいのひろばです♡

おやこで笑い、楽しみ、友達の輪をつなぎましょう!

■日時：令和5年9月～令和6年2月 <全6回> 10時～11時30分

■場所：4階 軽運動室

■定員：15組 ■対象：1歳～3歳の幼児とその保護者

■参加費：2,400円(6回分) ※材料費・保険料含む

	テーマ	日にち
1	はじめまして! <つくってあそぼう>	9/27(水)
2	☆おやこで手形アート ☆危険がいっぱい!	10/25(水)
3	おやこ3B体操	11/15(水)

	テーマ	日にち
4	クリスマスお楽しみ会☆人形劇「おおきなかぶ」	12/20(水)
5	♡バルーンアート♡	1/24(水)
6	思い出のフォトフレームをつくろう!	2/28(水)

秋色スワッグ～壁飾り～

ユーカリ、ドライ素材などで
秋のスワッグを作ります

■日時：10月6日(金) 10時～12時

■場所：2階 中ホール(大)

■対象：18歳以上

■定員：15名

■講師：石川 未央

■参加費：2,100円(受講料400円+材料費1,700円)

■持参物：ハサミ・持ち帰り袋



ラタンかご編み

ラタン基礎編みで
パン皿を作ります

■日時：10月11日(水) 10時～12時

■場所：2階 中ホール(大)

■対象：18歳以上

■定員：10名

■講師：岩瀧 清美

■参加費：1,400円

(受講料400円+材料費1,000円)

■持参物：ハサミ



5&5健康体操～afternoon～

認知症予防・脳の活性化にも
役立つリズムミカルな体操で
毎日々いきいき健康を目指します

■日時：10月～3月までの第2・4月曜(全12回)
13時～14時30分

■場所：4階 軽運動室

■対象：18歳以上 ■定員：15名

■講師：中島 春美

■参加費：4,800円(受講料400円×12回)

■持参物：ヨガマットまたはバスタオル・飲み物・室内シューズ
※運動しやすい服装



子ども硬筆

小学生対象の
硬筆(えんぴつ)の教室です

■日時：10月～3月までの第1・3水曜(全12回)
18時～19時30分

■場所：2階 中ホール(小)

■対象：小学生 ■定員：15名

■講師：増田 育世

■参加費：4,800円(受講料400円×12回)

(※新規の方・・・別途教材費500円)

■持参物：やわらかい下敷き(無い方は購入可)



お昼のパソコン教室 (ワード・エクセル)

WordとExcelを中心に
学習します

■日時：10月～3月までの第2・4月曜(全12回)
14時～16時

■場所：2階 中ホール(大)

■対象：18歳以上 ■定員：15名

■講師：中本 一郎

■参加費：6,000円(受講料4,800円+教材費1,200円)

■持参物：筆記用具・パソコン(貸し出し可)



これから始める 土曜のパソコン教室

パソコンを始めてみたい方
が基本から楽しく学べる
教室です

■日時：10月～3月までの第2・4土曜(全12回)
10時～12時

■場所：2階 中ホール(大)

■対象：18歳以上 ■定員：15名

■講師：中本 一郎

■参加費：5,100円(受講料4,800円+教材費300円)

【新規の方・・・別途教材費1,500円】

■持参物：筆記用具・パソコン(貸し出し可)



キックボクササイズ

格闘技の動きを取り入れたエクササイズで楽しく体を動かしませんか！

- 日時：10月～3月までの第2・4水曜（全12回）
19時～20時30分
- 場所：4階 軽運動室
- 対象：高校1年生以上 ■定員：15名
- 講師：東 竜太郎（パーソナルトレーナー）
- 参加費：4,800円（受講料400円×12回）
- 持参物：飲み物・室内シューズ
※運動しやすい服装



卓球教室

人気スポーツで心地よい汗を流しませんか

- 日時：10月～3月までの第2・4木曜（全12回）
13時30分～15時30分
- 場所：体育館（アリーナかもめ）
- 対象：18歳以上 ■定員：15名
- 講師：西田 健一
- 参加費：5,300円（受講料4,800円+ピン球代500円）
- 持参物：室内シューズ・ラケット（貸し出し可）・飲み物



リラックスヨガ

リラックス効果があり、心と身体の不調を整えると言われるヨガをお昼の時間にはじめませんか

- 日時：10月～3月までの第2・4金曜（全12回）
13時30分～15時
- 場所：4階 軽運動室
- 対象：18歳以上 ■定員：15名
- 講師：玉井 みゆき
- 参加費：4,800円（受講料400円×12回）
【新規の方・・・別途テキスト代 2,200円】
- 持参物：ヨガマット・飲み物・テキスト



げんきアップ！脳トレ

楽しみながら、体を使う！動かす！働かせる！をテーマに介護予防に役立つことを教わります

- 日時：10月～3月までの第3木曜（全6回）
13時30分～15時
- 場所：2階 中ホール（大）
- 対象：18歳以上 ■定員：15名
- 講師：恵谷 裕三（レクリエーションコーディネーター）
- 参加費：2,400円（受講料400円×6回）
- 持参物：飲み物



◆ 定期講座受講生募集中！ ◆

講座名	対象	開催日	開催時間	講師名	受講料(半期分)
男の料理塾	成人男性	第1月曜	10時00分～	古屋 幸子	5,400円(材料費含)
オトコのストレッチ	18歳以上	第1・3木曜	19時00分～	林 夕佳	4,800円

きらめき音楽館

開演 11:00 (開場 10:40)
場所 安浦まちづくりセンター きらめきホール

第103回 ヴィオラとピアノの二重奏

令和5年10月7日(土)

♪プログラム♪
ローズ、糸、愛の賛歌 他



ヴィオラ 沖田 孝司 ピアノ 沖田 千春

主催：(公財)安浦町生涯学習振興財団 ☎ 84-7987



桂吉弥落語会

日時 12月17日(日) 開演 14:30
(開場 14:00)

会場 安浦まちづくりセンター
きらめきホール

入場料 2,500円 <全席指定>

※未就学児入場不可

【お問合せ】(公財)安浦町生涯学習振興財団 ☎ 84-7987

9/26(火)9時より発売

【チケット販売】
安浦まちづくりセンター窓口



安浦図書館からのお知らせ

☎ 84-3806 開館時間 9:30～18:00

● 10月の休館日

1日(日)～5日(木)
9日(祝)・12日(木)
19日(木)・26日(木)

● このゆびとまれの絵本会

日時 10月14日(土)
10:30～11:00

● このゆびとまれの紙芝居会

日時 10月28日(土)
10:30～11:00

場所 安浦市民センター2階
安浦図書館 えほんコーナー



*特別整理休館 9月28日(木)～10月5日(木)