




# 中央公民館実用講座受講生募集

日時・場所	タイトル・内容	持ち物など	講師	定員
10月19日、26日、11月9日 (すべて水曜日) 午前10時～11時30分 音楽室 	「アンチエイジングボイストレーニング講座～マスクをとっても魅力的な笑顔の作り方～(全3回)」 With コロナの時代、マスクの下でもできる簡単な表情筋や呼吸法、滑舌トレーニングを行います。皆さんがよく知っている懐かしの唱歌や歌謡曲を歌いつつ楽しくアンチエイジングしてみませんか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筆記用具</li> <li>・飲み物</li> </ul>	諏訪桃子さん 齋藤真澄さん	12名 先着順
11月1日、8日、15日 (すべて火曜日) 午前10時～11時30分 第3学習室 	「実用筆ペン講座(全3回)」 実用的な筆ペンを使った文字の書き方を学びます。文字の美しい書き方や書く位置などの基礎を学び、実際に書いた文字を個別に指導してもらいます。彩に困んだ文字を習得し、手紙や年賀状にしたため出してみませんか。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・筆ペン (普段使用されている筆ペンをご持参ください)</li> <li>・筆記用具</li> </ul>	美蓮さん (彩書家)	10名 先着順
11月6日、20日 (すべて日曜日) 午前10時～11時30分 音楽室 	「親子ではじめるダンス講座(2回)」 音に身を任せ踊るダンスは、今や子どもから大人まで楽しめる自己表現手段の1つです。明日から簡単にできるステップを、親子で楽しみながら習ってみませんか。 (1日のみの参加も、2日間参加も可能です)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・室内シューズ</li> <li>・飲み物</li> <li>・動きやすい服装</li> </ul>	新井 梓さん (GYPSY 代表)	11月6日(日) 6組(12名) 11月20日(日) 6組(12名) 先着順

※各講座の会場は全て中央公民館。参加費は無料です。

※講座の受付は10月4日(火)午前9時から中央公民館窓口で行います。

電話及び電子申請による受付は同日午前10時から行います。

▼問い合わせ先 中央公民館 電話 556-2649