

女性センター **1回講座** **実り豊かなつるおかの味** ~藤島地域~

講師	鶴岡市食生活改善推進協議会 藤島地域	会場	女性センター
経費	2,000円 (受講料550円、材料費1,450円)	定員	15名
日程	5月29日 金曜日 10:00~13:00		

申込期間
この講座は
5月20日(水)まで!

受付日が
変わります

市内各地域に伝わる料理を季節ごとの味でお届けする料理教室です。

<メニュー>

- ・お赤飯
- ・そうめんと魚のあんかけ
- ・わらびの一本漬け 他

・料理講座を初めてお申込みの方
→5/7(木)8:30から

・料理講座を受けたことのある方
→5/11(月)8:30から
お申込みください




多肉植物の種類は
変わる場合があります

女性センター **2回講座** **暮らしに癒しを...**
空き缶リメイク鉢&多肉植物寄せ植え講座

講師	GLUCK garden 熊木 澄子 氏		
会場	女性センター	定員	10名
経費	2,900円 (受講料1,100円、材料費1,800円)		
日程	6月2日・9日 火曜日 19:00~21:00		

空き缶をリメイクして可愛い鉢を作りましょう!
2回目は作った鉢に多肉植物を寄せ植えします。
自分への癒し時間を楽しみませんか?
※5/7~館内に見本展示しています



サークル共催講座 (講座が終了しても希望者はサークルへ入会して続けられます)

女性センター **3回講座** **かぎ針編みでつくるぐるぐる帽子**

講師	「サークルあみもの」指導者 三浦 桂子 氏
会場	女性センター 定員 10名
経費	3,250円 (受講料1,650円、材料費1,600円)
日程	6月5日・19日、7月3日 金曜日 19:00~20:30

夏に向けて、透かし模様を入れた涼しげな「ぐるぐる帽子」を編んでみませんか? サークルの皆さんと一緒に楽しくつくりましょう!
お好きな色から選べます。
初心者向けです。
※館内に見本展示しています



中央公民館 **3回講座** **ときめきハンドメイド シルバーアクセサリー**

講師	サークル「銀アクセサリー」指導者 與門 いつ 氏
会場	中央公民館 定員 5名
経費	7,450円 (受講料1,650円、材料費5,800円)
日程	6月6日・20日、7月4日 土曜日 13:30~15:30

サークルの皆さんと、楽しみながらシルバーアクセサリーが作れます。「粘土が銀に!」の感動と身に着けるヨロコビを体験してください。



中央公民館 **4回講座** **親指で奏でる癒しの音色 「カリンバ」入門**

講師	さくらスタジオ双葉主宰 滝沢 佳奈子 氏
会場	中央公民館 定員 12名
経費	2,200円 (受講料2,200円)
日程	5月28日、6月11日、7月9日・23日 木曜日 19:30~21:00

カリンバは親指だけで演奏できる手軽さからハンドオルゴールとも呼ばれています。透き通った音色を奏でて癒されてみませんか。楽譜が読めない方でも大丈夫です。

※カリンバ(17音) 購入の場合
斡旋価格 3,800円
本体 3,300円
チューニング代 500円




申込期間
この講座は
5月18日(月)まで!



中央公民館 **1回講座** **【特別講座】大人の塗り絵講座**

講師	サクラクレパス認定 大人の塗り絵講師 鈴木 海 氏
会場	中央公民館 定員 15名
経費	無料
日程	6月9日 火曜日 14:00~16:00

「絵心がないから」「不器用だから」と尻込みしている方こそ、大人の塗り絵はお勧めです。塗り絵はやり方とコツさえわかれば、誰でも上手に素敵な作品を作ることができます。集中力がアップしリラクゼーション効果も期待できます。



中央公民館 **4回講座** **初心者のためのパソコン活用術 ~ワードで旅日記・案内状を作ろう~**

講師	富士通オープンカレッジ鶴岡校 パソコンインストラクター
会場	中央公民館 定員 8名
経費	2,728円 (受講料2,200円、テキスト代528円)
日程	7月7日・8日・9日・10日 火曜日~金曜日 13:30~15:00

これからパソコンを始めてみたい方!
ワードで文字入力や画像の取り込み方を学んで、絵や写真を使った旅日記を作成してみませんか。図形を組み合わせるイラスト入りの案内状作りにも挑戦します。
※初めての方を優先します




中央公民館の
インスタグラムでも
お知らせが見られます。
フォローよろしく
お願いします!




サークル会員募集!
会員を募集しています。見学希望の方はお問合せください。

中央公民館 ☎(0235)25-1050

俳句、水彩画、墨絵、木版画、絵手紙、小品盆栽、洋蘭、東洋蘭、竹塗、銀アクセサリー、演劇、琵琶、尺八、ウクレレ、文化箏・大正琴、オーケストラ、篠笛、オカリナ、民謡、ギター、詩吟、民踊、剣詩舞、社交ダンス、フラダンス、カラオケ、声楽アンサンブル、合唱、手品、ヨーガ



市HP▶

女性センター ☎(0235)24-2340

絵手紙、編み物、生け花、水彩画、コーラス、書、写経、茶道、ドローン、3B体操、ヨーガ、ダンベル体操、フラダンス、武術太極拳



市HP▶

楽しく一緒に活動しませんか♪

