

平成29年度マナビィかすみがうらv o l . 1 に掲載中の50の講座。
そのなかから霞ヶ浦中地区公民館（あじさい館内）で開催されるオススメ講座をご紹介します。（※受講料・教材費はすべて初回徴収です。）

「塩ビ管でできる！健康かんたん尺八」

呼吸法の優等生である腹式呼吸を確認、呼吸筋のストレッチ、棒体操で代謝を高めると共に、馴染みの曲を練習しながら塩ビ管尺八の醸し出す幽玄な癒しの音色を楽しみましょう♪塩ビ管尺八は貸出ます（持ち帰り可）

○期 日	5/17・31、6/7・21、7/5・19（水曜日6回）
○時 間	午前10時～11時30分
○場 所	あじさい館 視聴覚室
○持 参 品	筆記用具、タオル、動きやすい服装
○定 員	15名
○受 講 料	2,800円
○材 料 費	500円
○講 師	須沢 二郎氏（健康かんたん尺八の会）

「能楽(謡・仕舞)教室」

お子様からお年寄りまでどなたでも参加可能！日本の古典芸能・能楽を、実際に体験してみましよう！発声の稽古・謡、舞の稽古・仕舞からお好きな方を選択、プロの能楽師が直接指導します。



○期 日	5/13・28、6/10・18、7/8（土日全5回）
○時 間	午後1時～3時
○場 所	あじさい館 講座室1・2
○持 参 品	筆記用具、(謡)テープレコーダー等の録音機器 (仕舞)白足袋
○定 員	10名
○受 講 料	3,500円
○材 料 費	(謡)1,000円、(仕舞)扇代含み5,000円
○講 師	佐野 弘宜氏（宝生流能楽師）

「心身を元気に！楽々脳活トレーニング」

脳を活性化させると、“体と心”が元気になり、健康促進、生活がさらに快適になります。脳を刺激させる「脳活トレーニング」は、明るく、楽しく、気持ちよく、誰でも簡単に出来るおもしろいゲーム体操です。



○期 日	6/8、7/6、8/10、9/7（木曜日4回）
○時 間	午前10時～12時
○場 所	あじさい館 会議室1・2
○持 参 品	筆記用具、飲み物（水分補給用）、動きやすい服装
○定 員	20名
○受 講 料	1,000円
○講 師	佐藤 房夫氏（NPO 法人健康支援サービスいばらき）

「サククス教室」

昔やっていたサククスをもう一度やりたい！とにかくカッコよくサククスを演奏したい！その第1歩を公民館講座で踏み出しませんか？みんなで楽しく、そして1人1人のペースに合わせて指導します。



- 期 日 6/10・17、7/1・15、8/5・26、9/2・16
(土曜日8回)
- 時 間 午後2時～4時
- 場 所 あじさい館 視聴覚室
- 持 参 品 サククス、タオル、筆記用具
- 定 員 10名
- 受 講 料 4,000円
- 講 師 上原 務 氏

そのほか、霞ヶ浦中地区公民館では

- ・初めてのヨガ
- ・初心者カメラ教室
- ・かすみがうら市歴史博物館学芸員による地元の魅力と歴史発見講座
～第2弾～◀安飾地区活性化講座▶ など各種講座を開催予定です。

詳しくは、平成29年度マナビィかすみがうら vol.1 をご覧ください。
(4月上旬より各戸配布、また市内各施設に設置しています。)

申 込
方 法

霞ヶ浦公民館(あじさい館)、千代田公民館、働く女性の家の各窓口に直接お申込みください。
また、宛名を記入した「普通はがき」をご持参ください。(開講決定通知用)
定員になり次第、募集締切となります。
また、郵送での申込みの場合は往復はがきに以下の内容を記入し、霞ヶ浦中地区公民館宛にお送りください。

<記入例> 往復はがき

<p>(往信・おもて)</p> <p>〒300-0134 かすみがうら市 深谷3719-1 (あじさい館内) 霞ヶ浦中地区公民館 宛 て</p>	<p>(返信・うら)</p> <p>※決定通知用です。 何も書かないでください。</p>
--	--

<p>(返信・おもて)</p> <p>〒□□□-□□□□ (あなたの住所) (あなたの名前)様</p>	<p>(往信・うら)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.「○○講座」希望 2.氏名(ふりがな) 3.性別・年齢 4.郵便番号・住所 5.電話番号
---	---

問合せ

霞ヶ浦中地区公民館 電話029-897-0511 FAX029-898-2965

ほかにもいろいろな講座を開催中！詳細はHPより以下の方法でご確認ください。

【かすみがうら市HP】 → 【教育委員会】 → 【霞ヶ浦公民館】 → 【イベント講座案内】

webでさまざまな生涯学習情報を提供しています。

かすみがうら市 生涯学習課

検索

