

回覧

霞ヶ浦中地区公民館講座参加者募集のお知らせ

※受講料はすべて初回徴収です。



[リフレッシュヨガ]

ポーズや呼吸を通して全身にエネルギーを巡らせて、心と体をリフレッシュさせましょう。運動不足を解消したい方や体力をつけたい方、ヨガがはじめての方も大歓迎です。

- 期 日 11/12 11/26 12/10
- 時 間 10:00 ~ 11:15
- 場 所 かすみがうら市深谷3719-1 あじさい館 講座室1・2
- 持 参 品 汗拭きタオル、飲み物、バスタオルもしくはブランケット、あればヨガマット ※締め付けのない動きやすい服装でご参加ください
- 定 員 12 名
- 受 講 料 1,750 円
- 講 師 鈴木 綾子



[小さな手まり]



直径3センチ程の小さな手まりに絹糸で模様をかがって仕上げます。一針進むごとに重なる模様を楽しんでください。出来上がった手まりはペンダントや根付け、髪ゴム、ブローチなどお好みで作れます。

- 期 日 11/19 11/26 12/3
- 時 間 13:30 ~ 15:30
- 場 所 かすみがうら市深谷3719-1 あじさい館 研修室2
- 持 参 品 眼鏡、拡大鏡など
- 定 員 10 名
- 受 講 料 2,100 円
- 教 材 費 2,000 円
- 講 師 木皿 幸子



【申込方法については裏面をご覧ください】

[生ごみリサイクル！EMぼかし容器を活用しよう]

皆さんは家庭で出た生ごみをどのように処分していますか？EM菌を使って家庭でできる身近なリサイクルに挑戦しましょう。受講者には専用の容器1基をプレゼント！

【※受講希望日（11/27・1/29どちらか）を記入してください。ただし、どちらかの希望日に偏った場合、変更をお願いすることもあります。】

- 期 日 11/27 1/29
- 時 間 13:30 ~ 15:00
- 場 所 かすみがうら市深谷3719-1 あじさい館 会議室1・2
- 持 参 品 筆記用具
- 定 員 各回25名
- 受 講 料 無料
- 講 師 飯塚 敏夫



申込方法

公民館講座の受講申込みは、返信用はがきが必要です。

以下のいずれかの方法でお申し込みください。

①窓口で申し込み

霞ヶ浦公民館（あじさい館内）、千代田公民館、働く女性の家の各窓口にて、ご自身の宛名を記入した「普通はがき」をご持参ください。（開講決定通知用）

②郵送で申し込み

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。

※郵送の場合 【記入例】往復はがき

<p>63 300-0134</p> <p>かすみがうら市 深谷3719-1 (あじさい館内)</p> <p>霞ヶ浦中地区公民館 行</p> <p>《往信・おもて》</p>	<p>※返信通知用ですので 何も書かないでください</p> <p>《返信・うら》</p>	<p>63 申請者の郵便番号</p> <p>申請者のご住所</p> <p>申請者の氏名</p> <p>《返信・おもて》</p>	<p>1.希望講座名 2.ご住所 3.ご氏名 4.年齢 5.性別 6.電話番号 7.その他</p> <p>《往信・うら》</p>
--	--	---	--

お問い合わせ：霞ヶ浦中地区公民館 電話：029-897-0564 FAX：029-898-2965

