

今月の講座

9月26日（水）から募集開始

申込方法：窓口・電話・インターネット（一部除く）

受付時間：午前9時～午後8時（窓口・電話）

午後1時～（インターネット）

問合せ：TEL 03-3852-1431

各講座のイメージ画像右をご確認ください。

窓口 電話 インターネット

※各講座の詳細については、中央本町地域学習センターまでお問い合わせください。



8/26から募集中！

ビーズで手作り小物教室

9/13・27（木）

（毎月第2・4木曜日）

午後1時30分～3時30分

対象：16歳以上

定員：各10人

料金：各1,500円

ゼロから学ぶ
「認知症サポーター養成講座」



認知症を理解し、手助けの仕方や接し方を学びます。

11/17（土）

午後1時～3時

対象：16歳以上

定員：20人

料金：無料

すくすくベビーマッサージ



オイルを使ったマッサージを行い、子どもの免疫システムの向上を図ります。

11/13（火）

午前10時30分～正午

対象：3ヶ月～1歳未満の子どもと母親

定員：10組

料金：1,020円

笑いのたえない女声コラス
体験（全2回）



登録団体「リーベフラウェンコールあだち」によるサークル体験講座。

10/23・30（火）

午前10時～正午

対象：4歳～小学生の子どもと保護者

定員：20人

料金：200円

インドカレー店 BINITA で
「ハロウィン・ナン」づくりに挑戦



持ち寄った具材でオリジナルナン作り。

10/13（土）

午後3時～4時30分

対象：4歳～小学生の子どもと保護者

定員：10組（1組3人まで）

料金：1,300円

（3人以上追加料金）

ビーズで手作り小物教室



ビーズを使ってハンドメイドの小物作りに挑戦しましょう。

10/11・25（木）

午後1時30分～3時30分

対象：16歳以上

定員：各10人

料金：各1,500円

はつらつ体操



イスに座ったままできる筋トレ・脳トレを無理なく行いましょう。

10/3・17（水）

午後1時30分～3時

対象：65歳以上

定員：各25人

料金：無料

今月の講座

9月から
ビーズで手作り小物教室

9月、暑かった夏が過ぎ、秋の訪れを感じる時期にならざるをめんた。秋は、芸術の秋や読書の秋、スポーツの秋と言われるように、

季節です。ということでおすすめのことを始めるにはぴったりの過ごしやすい気候に合わせて新しい季節ですが、9月から新しく中央本町センターで始まる講座「ビーズで手作り小物教室」。ビーズを

つなぎ合わせてストラップやアクセサリー作りに挑戦してみませんか？経験豊富な講師が丁寧に指導をすることで、初めての方でも安心して参加ができます。

「ビーズで手作り小物教室」は9月から毎月第2・第4木曜日に開催します。興味のある方、ご参加お待ちしております。

筆ペン字上達講座
(全6回)



筆ペン習字の技術・知識を丁寧に学びます。講師による個人指導です。

11/2～12/14（金）

（11/23除く）

午後7時～8時30分

対象：16歳以上

定員：15人

料金：2,520円

ふれあいまつりビブリオバトル



おすすめ本を1冊持ってきて、発表形式のビブリオバトルを行います。

10/28（日）

午後3時～4時

対象：どなたでも

定員：5人

料金：無料

こども体操 B
(全9回)



器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。

10/23～12/18（火）

午後4時40分～5時40分

対象：小学1～4年生

定員：40人

料金：3,690円

こども体操 A
(全9回)



器械体操やリレーなどで楽しく運動をしましょう。

10/23～12/18（火）

午後3時30分～4時30分

対象：4歳～就学前の子ども

定員：40人

料金：3,690円

仮装フェスと11中学校
マーチングパンドパレード



仮装してマーチングバンドと一緒にパレードしま

す。

11/10（土）

午後2時～4時

対象：4歳～小学生

（小学2年生以下は保護者同伴）

定員：150人

料金：無料

親子でやってみよう
知育・体操（全4回）



マット運動やかけっこで基礎運動能力を養います。

11/9～12/7（金）

（11/23除く）

午前10時～11時

対象：2～3歳の子どもと保護者

定員：35組（子ども2人まで）

料金：2,880円

（3人は3,360円）

わいわいエアロビクス
B（全7回）



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。

11/7～12/19（水）

午前9時30分～10時40分

対象：16歳以上

定員：25人

料金：3,570円

わいわいエアロビクス
A（全7回）



軽快な音楽とともに運動不足を解消しましょう。

11/7～12/19（水）

午前9時30分～10時40分

対象：16歳以上

定員：25人

料金：3,570円