

まなびすと市民講座のご案内

主催 上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議

上尾市まなびすと指導者バンク活動推進会議では、上尾市から補助金を受け、市民講座を開催しています。この市民講座では、いつでも、誰でも学ぶことができるよう、皆様の興味の幅に応じて講座をお選びいただけるよう、各種の講座を用意しましたので皆様のご参加をお待ちしています。

この機会に生涯学習の一歩として皆で学び合ってみませんか？

そして日々の生活を豊かに過ごしましょう。是非ご応募ください。

* 応募方法は裏面をご覧ください

* いずれの講座も開催時間は午後1時30分から3時30分まで

----- 平方東市民講座 *-----*

11/22(土) スクラップブッキング 11/29(土) で作る自分史

番号:平-11 榎本 きよみ

講座内容 写真を入れた自分史を作り、新しい自分を発見してみませんか

過去の写真を見直し、当時の思い出にコメントをつけます。改めて自分を見つめなおす事で、新たな自分を知るきっかけになります。

参加費 1,500円(2回分)

持ち物 写真 10枚程度 両面テープ はさみ
サインペン

対象・定員 小学6年生以上 8人

締切日 11/12(水)



11/22(土) 楽しいマジック教室 11/29(土)

番号:平-12 野原 初美
講座内容 ① 空のコップからキャンディが！
② おめでたい！松竹梅のカード

① 空のコップから何とキャンディが出現！
② 松竹梅おめでたいマジック！その他、カードを使ったおもしろい手品など、演じ方まで含めてご指導します。

参加費 1,500円(2回分)

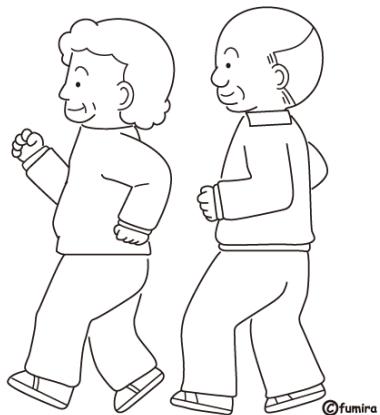
持ち物 なし

対象・定員 高校生以上 15人

締切日 11/12(水)

* * * * 富士見市民講座 *

11/22(土)	ウォーキングで目指す 健 康 長 寿
番号:富-10	佐々木 育代
講座内容	生活習慣病の予防に効果的なウォー キングで、健康な体を作る
生活習慣病の発症原因である生活習慣は医師・薬でも治せないが私達一人一人が心掛ければ変えられる。生活習慣病を予防して寝たきりにならないで健康長寿を目指すにはウォーキングが効果的です。	
参加費	300 円
持ち物	なし
対象・定員	20 歳以上 20 人
締切日	11/12(水)



応募方法 往復はがきに、①希望講座番号と希望講座名 ②住所 ③氏名 ④年齢（小・中学生は学年を）⑤電話番号を記入し、上尾市教育委員会生涯学習課 まなびすと係 に郵送してください。（〒362-8501 上尾市本町 3-1-1）

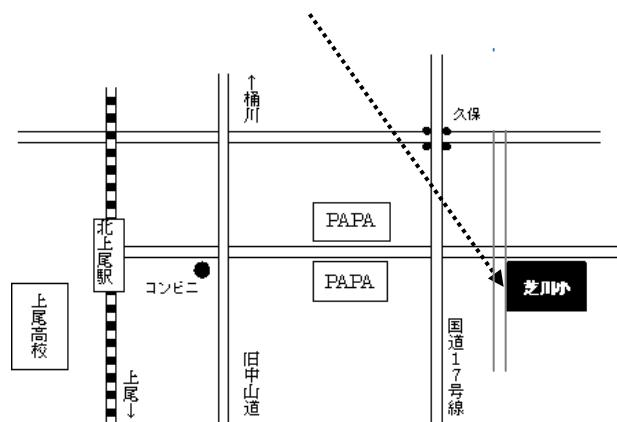
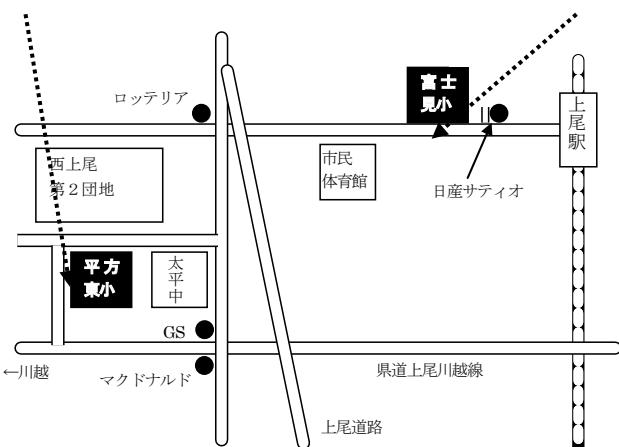
おもて面	うら面	<記入例>
<p>往信</p> <p>362-8501</p> <p>上尾市教育委員会生涯学習課</p> <p>まなびすと係</p> <p>上尾市本町3-1-1</p> <p>この面には記入しないでください</p>	<p>返信</p> <p>362-00**</p> <p>この面は自分の住所 ください</p> <p>氏名</p> <p>この面は自分の住所 ください</p> <p>① (平-3) 折り紙教室 ②上尾市本町 7-1-1 ③まなび たろう ④10 歳（学年） ⑤775-9490</p>	<p>(家族でお申込みの場合も同様)</p> <p>◎葉書一枚につき1講座1名</p>

※応募者多数の場合は抽選・4名までは中止

※決定通知書は、実施日前の1週間前後に届きます

※準備の都合上、欠席（当日を含む）される場合は、お早めにご連絡ください

会場案内 【平方東小学校】上尾市平方 4354-2 【富士見小学校】上尾市柏座 4-3-8 【芝川小学校】上尾市久保 180



問い合わせ

上尾市教育委員会生涯学習課 まなびすと係 電話775-9490

平成26年11月1日 発行