

まなびすと通信

No.71

上尾市まなびすと指導者
バンク活動推進会議

まなびすと市民講座開講 ー生涯学習を楽しもうー

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、いつでもだれでも学ぶことができるように、また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ています。皆さんの参加をお待ちしています。

この機会に生涯学習の一步として皆で学びあい、
新しい楽しみを見つけてみませんか。



富士見市民講座

日時	11/3(土) 11/10(土) 11/24(土)	講座 番号	富-20	動物の愛らしさを絵手紙に (町田佑子)
開始	13:30～	動物の愛らしさ、あどけなさを、人形や『鳥獣戯画』を模して作画し、送って喜ばれる絵手紙や年賀状を書きましょう。 絵手紙を長く続けたい方、大歓迎！		
対象・定員	成人 16 人			
参加費・持ち物	参加費 1000 円、動物の人形、水入れ、パレット			
締切り	10/22(月)			



日時	11/10(土) 11/24(土)	講座 番号	富-21	日本舞踊(NOSS)で健康体操～めざそう姿勢美人～ (大野恵子)
開始	10:00～	日本舞踊の所作で体力筋力が身につく、科学的に振り付けた曲をゆったりと踊りながら、姿勢美人を目指しましょう！ 体力に自信のない方、運動苦手な方も大丈夫！いい汗をかきましょう。		
対象・定員	成人 15 名			
参加費・持ち物	無料 運動できる服装、足袋または靴下、汗拭きタオル、飲み物			
締切り	10/29(月)			



芝川市民講座

日時	10/27(土) 11/10(土)	講座 番号	芝-6	楽しいミュージックベル (石森宏美)
開始	10:00～	ベルは 23 音という限られた音を使って奏でます。音楽経験の有無、楽譜が読めなくても大丈夫！誰でもすぐに音が出せて気軽に音楽に触れあえる楽しさが味わえます。みんなで知ってる曲を創り上げましょう。		
対象・定員	成人 15 名			
参加費・持ち物	参加費 400 円 筆記用具			
締切り	10/15(月)			



日時	11/17(土) 11/24(土)	講座 番号	芝-7	健康長寿をめざそう (佐々木育代)
開始	10:00～	日本の平均寿命は香港について男女とも世界 2 位ですが健康寿命ではない。男性 9 年、女性 13 年程の要介護の期間が含まれる。人生最後まで健康長寿をめざすのは運動(ウォーキングをして筋肉を鍛える)、笑いのある生活を送ることが大切。		
対象・定員	成人 20 人			
参加費・持ち物	参加費無料 動きやすい服装、上履き			
締切り	11/5(月)			



平方東市民講座

日時	11/10(土) 11/17(土)	講座 番号	平-3	源氏物語入門～光源氏の心の光と影～ (高橋佳子)
開始	10:00～	光源氏に愛された女君たちの愛と苦悩。華やかな平安宮中で 繰り広げられる大口マンと一緒に紐解きましょう！		
対象・定員	成人 15 人			
参加費・持ち物	参加費 300 円 筆記用具			
締切り	10/29(月)			



日時	11/18(日) 12/2(日)	講座 番号	平-4	書道 (深澤笑子)
開始	13:30～	小・中学生には書き初めの練習もしましょう。大人は実用的な 文字を筆でいつでも書けるよう練習し、文字を素材とした自作 品を書いてみましょう。		
対象・定員	小学校 1 年生 以上 15 名			
参加費・持ち物	参加費 500 円 硯、筆 (大・小)、下敷き、文鎮、			
締切り	11/6(火)			



応募方法

- 1) 上尾市教育委員会生涯学習課ホームページのリンクから Web 申請することができます。
https://s-kantan.jp/city-ageo-saitama-u/offer/offerList_initDisplay.action
- 2) または、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・中学生は学校名・学年)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

<p>362-8501</p> <p>往信</p> <p>上尾市本町 3-1-1</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>この面には記入し ないでください</p>
---	-----------------------------

◎葉書一枚につき1講座1名
(家族でお申込みの場合も同様)

うら面

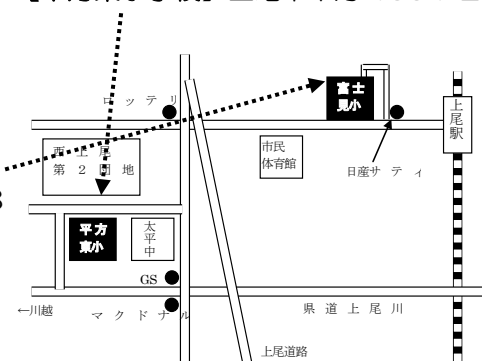
<p>362-00***</p> <p>住所</p> <p>氏名</p>	<p><記入例></p> <p>①(平-3) 折り紙教室</p> <p>②上尾市本町 7-1-1</p> <p>③まなびたろう</p> <p>④10 歳(小学 4 年生)</p> <p>⑤775-9490</p>
--------------------------------------	--

※応募者多数の場合は抽選(4名以下は中止)※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

【富士見小学校】
上尾市柏座 4-3-8

【平方東小学校】上尾市平方 4354-2



【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