

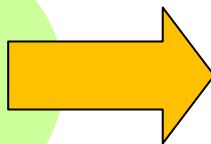
平成30年度 青年講座受講生募集

★簡単クッキング★	★大人のたしなみ★	★和文化★
火曜日 18:45～20:45	水曜日 19:00～20:30	水曜日 19:00～20:30
定員 30名	定員 20名	定員 20名
教材費 12,000 円(全16回分)	教材費 5,000 円(全16回分)	教材費 15,000 円(全17回分)
5/23 マジック de コミュニケーション 6/5 和食の基本～だしの取り方～ (福井県栄養士会) 6/19 上海風麻婆豆腐 (上海カフェ香美楽オーナー 神山 美香 氏) 7/3 インスタ映え!夏野菜ピザ&スイーツピザ (浅田クッキングスクール 浅田由記子 氏) 7/31 夏野菜を使ったレシピ (福井県栄養士会) 8/28 福井国体応援レシピ (社南おもてなし隊) 9/11 円山リソット米で作る オリーブオイル活用レシピ ベジ大使賞受賞!ベジレシピ (オリーブオイルムリエ 中辻 美紀 氏) 9/25 和食の基本～魚のさばき方～ (福井県栄養士会) 10/16 パパッと簡単!おもてなしレシピ (料理家 田中 佳子 氏) 10/30 スパイスを使った本格カレー (ふくい市民国際交流協会) 11/6 ビューティースイーツ (学び舎フェスタ用) (ビューティースイーツ研究家 松村 佳子 氏) 11/27 冬野菜を使った料理 12/4 おせち料理にチャレンジ (福井県栄養士会) 12/18 デコレーションクリスマスケーキ (浅田クッキングスクール 浅田由記子 氏) 1/8 七草粥(大根葉のふりかけ)おせちリメイク (浅田クッキングスクール 浅田由記子 氏) 1/22 ホームパーティーレシピ (福井県栄養士会)	5/23 マジック de コミュニケーション 5/30 パーソナルカラーで新しい自分発見! (パーソナルカラーアナリスト 蓑輪恵理子 氏) 6/13 パーソナルカラーと骨格診断で 着こなし力UP! (パーソナルカラーアナリスト 蓑輪恵理子 氏) 6/27 大人の放課後体験 ～マンガ de トークコミュニケーション～ (福井新聞社記者) 7/11 ヘアトニック作りとエアコン冷 えさんのためのハーバル手浴 (ハーブインストラクター 山岸 理恵 氏) 8/8 スマホで撮る!インスタ映え写真 (フォトグラファー 酒井裕子 氏) 8/29 スマホを狙った脅威と対策 (情報処理安全確保支援士 佐藤英治 氏) 9/12 大人の日本酒のたしなみ方 (啗酒師 塚本芳之 氏) 9/26 はじめての真珠講座 (パール・シニア・アドバイザー 土屋 道照 氏) 10/10 英語でほめほめコミュニケーション (英会話講師 本間 貴美子 氏) 10/24 保湿石鹸とリラックスす るハーバル手浴 11/7 いろいろ和洋ハーブティ 11/10 和洋ハーブでおもてなし ～学び舎フェスタ～ (ハーブインストラクター 山岸 理恵 氏) 11/21 立ち居振る舞いの基本 12/5 和食の基本マナー 12/19 和食の美しいいただき方 実習～割烹にて～ (イメージコンサルタント 土谷 久美子 氏)	5/23 マジック de コミュニケーション [抹茶講師]畑 修治 氏(表千家教授) 6/6 抹茶 (立ち振る舞い・席入り・服紗の扱い) 6/20 抹茶(割り稽古・運び点前) 7/4 抹茶(割り稽古・運び点前) 7/18 抹茶(割り稽古・運び点前) 8/1 抹茶(割り稽古・運び点前) 8/22 抹茶(割り稽古・運び点前) 9/12 抹茶(割り稽古・運び点前) ----- [生花講師]高橋素芳 氏(文房流教授) 9/19 生花 (花の止め方(盛花と投入)) 10/3 生花 (花の止め方(盛花と投入)) 10/17 生花 (花の止め方(盛花と投入)) 10/31 生花 (草木の美しさを生かす) 11/9 生花 (学び舎フェスタ展示作品生込み) 11/28 生花 (草木の美しさを生かす) 12/12 生花(花器との調和) 12/26 生花(正月花) ----- [抹茶講師]畑 修治 氏(表千家教授) 1/23 抹茶(運び点前)

学び舎フェスタにみんなで
参加しよう\(*^▽^*)/

11/10(土) 10:00~14:30

学び舎フェスタを開催します！
日頃の学びの成果を発表する
場です(*・ω・*)ノ☆



☆講座生参加プログラム☆

☆簡単クッキング☆

⇒ビューティースイーツ(6日に作り当日提供)

☆大人のたしなみ☆

⇒いろいろ和洋ハーブティーでおもてなし

☆ボディメンテナンス☆

⇒太極拳体験

☆和文化☆美文字☆⇒作品展示

★ボディメンテナンス★	★美文字★	★創造力を高めるものづくり★
木曜日 19:00~20:30	木曜日 19:00~20:30	金曜日 19:00~20:30
定員 35名	定員 20名	定員 15名
教材費 5,000円(全16回分)	教材費 5,000円(全16回分)	教材費 8,000円(全13回分)
5/23 マジック de コミュニケーション 5/31 みんなでジャンプ!大なわとび (社会教育指導員 田中政広氏) 6/14 ウェブスレッドを使ったエクササイズ(生涯体育学習振興機構) 6/28 福井国体を盛り上げよう! はびねすダンス (はびねすダンス普及指導員) 7/12 国体デモンストラーション競技体験 (社会教育指導員 田中政広氏) 7/26 バレトン(バレエ+ヨガ+フィットネス) (バレトンマスタートレーナー YURI氏) 8/9 バレトン(バレエ+ヨガ+フィットネス) (バレトンマスタートレーナー YURI氏) 8/23 オーガニックスムージー ~夏のダメージ対策~ (ヴィーガンカフェ「深緑」オーナー 木村麻美氏) 8/30 国体デモンストラーション競技体験 (社会教育指導員 田中政広氏) 9/20 美しい姿勢とビューティーウォーキング 10/4 美しい姿勢とビューティーウォーキング (ビューティーウォーキングインストラクター 笹井杏奈氏) 10/18 リラックスヨガ 11/1 リフレッシュヨガ (ヨーガインストラクター ai氏) 11/10 太極拳体験~学び舎フェスタ~ 11/29 ボクシングエクササイズ 12/13 ボクシングエクササイズ (ボクシングジムマネージャー 清水宏昭氏)	5/23 マジック de コミュニケーション ----- [講師]高橋淑舟氏(日本墨書会常任理事) ----- 6/7 ひらがなの練習 6/21 ひらがなの練習 7/5 漢字の部首(偏)練習 7/19 漢字の部首(旁)練習 8/2 漢字の練習 8/30 漢字の練習 9/13 日用漢字かな交じり文章 9/27 日用漢字かな交じり文章 10/11 日用漢字かな交じり文章 10/25 学び舎フェスタ作品作り 11/1 学び舎フェスタ作品作り 11/8 学び舎フェスタ作品作り 11/22 小筆を使って基本練習 12/6 小筆を使って名前の練習 12/20 小筆を使って年賀状の書き方	5/23 マジック de コミュニケーション 6/1 アウトドアに使える! 虫よけアロマスプレー作り (アロマコーディネーター 松田彩氏) 7/6 越前焼の小皿づくり (越前焼陶芸家 福島宏治氏) 8/24 豆から淹れるコーヒー (バリスタ 山川哲司氏) 9/21 大豆から手作り豆腐を作ろう (豆腐マイスター 久保田桐子氏) 10/5 } ☆みんなで大人の 10/19 } ピタゴラスイッチを 11/2 } つくろう☆ 11/10 ピタゴラスイッチお披露目 ~学び舎フェスタ~ 11/30 米ぬか温湿布作り ~夏も冬も使えるエコカイロ~ (生活研究家 山岸理恵氏) 12/14 香るクリスマス キャンドルリースづくり (アロマセラピストアドバイザー 鎌谷美幸氏) 1/11 新年をむかえて! ライフプランづくり (ライフオーガナイザー 藪下智子氏) 2/16 謎解きスクールに参加しよう ~ピタゴラスイッチお披露目~

青年講座のもう一つのお楽しみ

自治会で大人の サークル活動に参加♪

友達たくさん
増えますよ♡

好きなこと
何でも
出来ちゃいます
(*^^*)

気軽にお話
できちゃう♡



新しい趣味
見つかるかも♡

楽しいことしたい人♪
楽しいこと大好きな人
Welcome♡

受講生の皆さんが自治会員です

「自治会」って固いイメージがあるかもしれませんが、
青年講座の自治会活動は、自分たちでやりたいことを企画運営します。
自治会費 1,000 円は、講座を超えた交流を深めるために使われます。

新しい仲間！！素敵な出会いが広がります♪

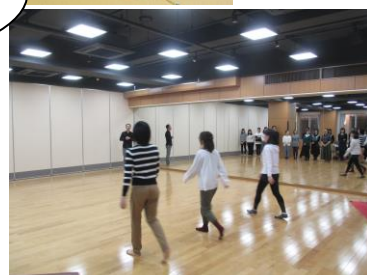
平成 29 年度はこんなことをやりました！

- 7月 1day 浴衣着付けレッスン
- 10月 バーベキュー
- 1月 腰痛改善！ウォーキング講座
- 2月 和菓子づくり体験会



夏祭り直前
着付け教室♪

お肉から海鮮類まで
具材豊富だった
バーベキュー★



↑腰痛改善ウォーキング♡

福井市中央公民館

福井市手寄 1 丁目 4-1 アオッサ 5 階

TEL 0776-20-5459

FAX 0776-20-1538

E-mail

cyuou-k@mx1.fctv.ne.jp

福井市中央公民館 HP
QRコード⇒



福井市中央公民館 FaceBook
QRコード⇒



受講料 自治会費 1,000 円と教材費 (ただし、納入後の返金はできません)

申込方法 窓口または E メール

◇窓口でお申込みの方は、所定用紙に必要事項をご記入ください。

◇E メールにてお申込みの方は、**件名を講座名にし**、郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を明記のうえお申込みください。

(注) 1 講座につき 1 メールでお申込みください。

申込期限 平成 30 年 5 月 11 日(金)まで。

◇各講座ともお申込み多数の場合は、抽選のうえ 5 月 18 日(金)までにご通知します。