



おもと 平成21年度「万年青大学」を受講しませんか？

◆高齢者の豊かな生活設計のために

①健康こそ幸せの第一条件、自分にあった健康法を実行しましょう。

②学ぶ心を生涯持ち続けましょう。③豊富な経験を地域で活かし、社会参加を図りましょう。

●期間 平成21年6月～平成22年3月

●時間 午前10時～11時30分（10月20日のみ午前9時～午後5時の予定）

●対象 60歳以上（160人） ●内容 下表のとおり

●受講料 無料（ただし、教室運営費3,000円／年は必要）

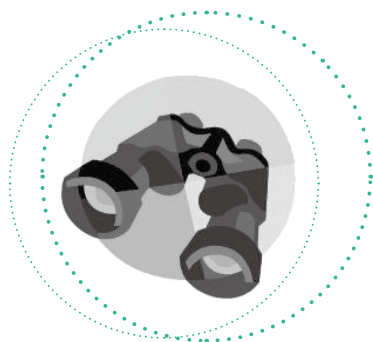
※10月20日『史跡探訪』については別途参加費が必要です。（史跡探訪の日程・時間等についてはあくまで予定です）

●申込方法 中央公民館へはがきで、または直接お越しください。 ●申込期限 5月22日（金）

【申・問】中央公民館 〒864-0032 荒尾市増永633番地 ☎62-0051

期 日	『テーマ』学習とねらい	講師等	会場
6/2（火）	『開講式』開講式並びに1年間の活動・運営計画について説明。 （自主グループ広報活動）式典・記念撮影	参加者全員	C室
6/16（火）	『これからの高齢者健康』（講話）	荒尾市病院事業管理者 大嶋 壽海 先生	C室
7/21（火）	『市政の展望“元気なあらおづくり”進行中！』（講話）	荒尾市長 前畑 淳治 先生	C室
8/18（火）	『夏季の健康・薬について』 夏の暑さの克服方法と、薬の使用についての講話	南大牟田病院 薬剤課 課長 一二三 宏 先生	C室
9/15（火）	『シルバーエイジのための「やさしい経済の話」』 ～自己責任時代に知っておきたいお金の話～	野村證券（株）投資情報部 次長 ファイナンシャルプランナー 太田 博史 先生	C室
10/20（火）	『史跡探訪』バス旅行で楽しい史跡探訪をしよう。（旅行） 行き先：唐津方面、国指定重要文化財 旧高取邸・唐津城（舞鶴城）		
11/17（火）	『荒尾発・社会教育について』 荒尾市中央公民館より発信の生涯学習についての講話	荒尾市社会教育総合センター 館長 前田 優一	C室
12/15（火）	『晴れて良し、降って良し 天気のお話』（講話）	熊本地方気象台 技術課 気象情報官 大守 貴之先生	C室
1/19（火）	『今年も一年、元気で過ごすために！』（講話）	白寿園 施設長 鴻江 圭子 先生	C室
2/16（火）	『仏法講話』（講話）	慈照院 住職 末藤 傳修 先生	C室
3/16（火）	『閉講式』一年間の講座を振り返って再会を誓う。（式）	参加者全員	C室

※講座の内容は、都合により変更になる場合もあります。



【問】安尾 ☎62・3402

部 主催：日本野鳥の会熊本県支

部 集 合 場 所：小代焼 ふもと窯

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

時 集 合 日 時：5月17日（日）午前6

平成21年度「趣味の講座」受講生を募集します！

講座名・講師	開講日	定員	受講料／内容
①健康ダンスとチューブ体操 (松尾 清美 先生)	第1・3月曜日 午前10時～正午	20人	チューブを使った体操と健康ダンス。年齢を問わず、みんなで楽しみましょう！※準備物…シューズ、タオル、飲み物（水分補給のため）、運動しやすい服装、チューブ 105円（初回のみ）ご購入ください。
②手作りパン初級コース (北岡 宣子 先生)	第1・3月曜日 午後12時30分～5時	16人	パンとお菓子づくり。楽しく作って、美味しく食べましょう。お持ち帰りもあります。※準備物…エプロン、食器用フキン、筆記用具、パンを入れるバスケット※材料費…1回 840円程度 テキスト代 1,575円（初回のみ）
③ABCからの英語教室 (西村 クリスティン 先生)	第1・3火曜日 午後12時30分～2時	20人	まずは、挨拶から始めましょう！ ※準備物…筆記用具、ノート
④アフリカダンス (山口 優美 先生)	第1・3火曜日 午後8時～9時30分	15人	アフリカの太鼓に合わせて、ソウルフルなダンスを踊りましょう！！ ※準備物…踊りやすい服装、飲み物（水分補給のため）・タオル ※シューズは不要（裸足で踊ります）
⑤デコパージュ (向井 輝子 先生)	第2・4水曜日 午後1時～4時	10人	好みの絵を切り抜いて、木板やいろいろな素材に貼り、仕上剤を塗り重ねて、絵を埋込み、作り上げる手工芸です。自分だけの作品を作ってみませんか？ ※メデュム・道具 5,000円前後（初回のみ）※準備物…エプロン、筆記用具、筆洗い（水入れ）※材料費…毎回 1,000円～1,500円必要
⑥洋菓子作り教室 (前広 能彦 先生)	第2・4火曜日 午後7時～9時30分	25人	家庭でできる洋菓子作り教えます！ ※準備物…エプロン、筆記用具 ※材料費…1回 500円～1,000円程度
⑦はじめてのフラワーアレンジ (徳永 里美 先生)	第2・4火曜日 午後7時～8時30分	15人	この講座で、もっと皆さまの生活の中で花や植物を身近に感じ、慣れ親しんでほしいと思っています。初心者の方でも大丈夫です。お気軽にご参加ください。 ※準備物：ハサミ、ナイフ、ハンドタオル、ノート、筆記用具 ※材料費：1回あたり 2,000円程度（内容によって多少上下します）
⑧スクラップブック (西村 クリスティン 先生)	第2・4水曜日 午後1時～3時	15人	ひとつの思い出をひとつのアルバムにしてみませんか？楽しみながらスクラップブックしましょう！（材料費別途要）
⑨アロマ教室【手づくりキッチン編】 (遠藤 愛子 先生)	第2・4水曜日 午後7時～8時30分	20人	アロマテラピーを生活に取り入れてみませんか？簡単に作れるアロマテラピーグッズをご紹介します。天然アロマ精油やハーブを使った香りグッズで心もカラダも健康になるアロマ生活をはじめましょう。 ※準備物…筆記用具※材料費…実費（別途）精油テスターセット 4,000円（初回のみ）
⑩はじめてのハワイアンフラ (田中 千津子 先生)	第2・4木曜日午後2時30分～4時	20人	ハワイアンの明るく楽しい音楽とともに心豊かに楽しく体を動かしましょう。 ※準備物…運動しやすい服装（タイトスカート不可）・シューズ（体育室用）
⑪世界でひとつのシルバーアクセサリー作り (池邊 智佳子 先生)	第1・3土曜日 13時～17時	15人	初めてでも簡単にできるシルバーアクセサリーを作ってみませんか？毎回1アイテムの作品が完成します。※準備物…エプロン、筆記用具 ※材料費 毎回 1,500円～4,000円程度（道具代、消耗品費等含む）
⑫トールペイント (徳永 豊美 先生)	第1・3金曜日 午後1時～3時	10人	アメリカ滞在中にトールペイントを学びました。木・布・陶器など何にでもトールペイントする事ができます。オリジナルの作品を作ってみませんか？ ※準備物：エプロン、筆記用具 材料費：例）コースター（木）300円 ※筆代 1,500円程度、絵の具代 1回 200円が必要。
⑬みんなで歌おうゴスペル教室 (森田 伸代 先生)	第2・4火曜日 午後8時～10時	15人	皆さん、ゴスペルってご存知ですか？荒尾を活動基盤にゴスペルクワイヤーを作って活動したいと思っています。一緒に歌いましょう！ ※準備物…筆記用具
⑭はじめてのクラシックギター (田中 則英 先生)	第2・4土曜日 午後2時～4時	10人	音楽の好きな人ならどなたでも楽しめます。責任を持ってご希望のクラシックギターをお世話します。詳しくは（0968）44-3980 田中までお問い合わせください。
⑮葎ペン画入門 (藤枝 敏明 先生)	第2・4土曜日 午前10時～正午	20人	今や、知らない人がいないほどにポピュラーになった葎ペン画を体験してみませんか？ ※持参するもの…水彩絵の具、筆、パレット（初回に説明をします。2回目以降必要） ※購入していただくもの…証券用インク、スケッチブック、ケント紙（1,500円程度）

●講座期間 6月～11月（6カ月間） ●受講料 6,000円（6カ月間の料金です） ●対象 一般市民または、荒尾市近郊の方。 ●講座の内容・定員 上表のとおり ●申込方法・締め切り 5月15日（金）までにはがきで申し込むか、直接中央公民館事務室へお越しください。（はがきは15日必着をお願いします）

※はがき1枚で1講座しか申し込めません。（複数申し込む場合は、別々のはがきでお申し込みください）はがきでの申込受付日は事務局がはがきを受け取った日付となり、受付は到着順となります。（到着次第すぐに確認し、手続きいたします）※定員になり次第、締め切ります。はがきでの申し込みの場合、人気のある講座は来館して申し込みをされる人の方が、早く受付完了となる可能性が高く、はがきを受け取った時点ですでに定員に達しているということもあります。ご了承ください。

※定員（10人以上）に満たない講座は中止する場合があります。

【申・問】中央公民館 〒864-0032 荒尾市増永 633 番地 ☎62-0051