



# おおみか

○●編集・発行●○  
 大甕生涯学習センター  
 南相馬市原町区大甕字十日迫26  
 TEL22-3810 FAX24-6949

## 令和2年度の学級・講座開催のお知らせ(受講生を募集いたします。)

### 高齢者学級

第1回	期 日	5月15日(金) 午前10:00~	講 師	村上きみ子 氏
	題 目	童謡・唱歌を歌おう 受講料：無料		
第2回	期 日	6月中旬頃	講 師	地域のみな様
	題 目	園児とさつま芋の苗植え (センター北側の畑に植えます)		
第3回	期 日	10月中旬頃	講 師	地域のみな様
	題 目	園児とさつま芋の収穫祭		
第4回	期 日	11月6日(金) 女性学級合同	定 員	10名(先着順)
	題 目	大人の社会科見学「ロボットテストヒールド」他		
第5回	期 日	11月未定	講 師	齋藤 実 氏
	題 目	昔の人はすごい「報徳のお話」 受講料：無料		


### 女性学級

第1回	期 日	7月3日(金) 午前9:00~	講 師	牛江幸子 氏
	題 目	トルペイント 「リモコンスタンド」 受講料：2,000円		
第2回	期 日	8月6日(木) 午前9:30~	講 師	上田純子 氏
	題 目	フラワーアレンジメント「小物入れ」 定員：15名(先着順)		
第3回	期 日	9月3日(木) 午後1:30分~	講 師	森 キヨ子 氏
	題 目	草木染「シルクショール大判」 定員：15名(先着順)		
第4回	期 日	11月6日(金) 高齢者学級合同	定 員	10名(先着順)
	題 目	大人の社会科見学「ロボットテストヒールド」他		

NEW

### クッキング講座(全6回)

- 1回目 6月19日「カリカリ梅作り」
- 2回目 8月 4日「中華ゴマ団子作り」
- 3回目 11月12日「洋食を学ぶ」
- 4回目 12月25日「お正月料理」
- 5回目 1月15日「ヘルシークッキング」
- 6回目 2月3日「花形金太郎海苔巻き」

「恵方巻」  
 募集定員：15名(先着順)   
 材料費(昨年700円~1500円)  
 は決まり次第こちらから連絡させていただきます。

### クラフトテープ講座(全11回)

令和2年度から新しくクラフトテープ講座が始まります。

5月から毎月1回のコースです。

第4月曜日 午前9時30分

講 師：高田勝子先生

材料代：500円

募集定員：12名

初心者コースから始まるので安心して作成できます。



※4月6日から電話受付いたします。大甕生涯学習センター22-3810までご連絡下さい



# いってみっぺ やってみっぺ



講座・教室のお知らせ。(受講生を募集いたします。)

## うまい生き方講座 知って徳して実践できる講座です。

- 1回目 5月20日「報道の重要性と大切さについて」のお話し 講師：福島民報社 市川純一氏
- 2回目 6月 4日「ライフプランとマネープラン」のお話し 講師：福島銀行 田崎由子氏
- 3回目 8月16日「うどん作り」夏休み子供や孫と一緒に作れます。講師：木村貞夫氏
- 4回目 1月23日「美味しい珈琲の淹れ方」 講師：オムスビ店主 森山貴士氏
- 5回目 2月 中旬 こねて、発酵させて、丸めて、のばして、ピザ窯で焼く  
「アレンジピザ作り体験」 講師：立谷悦子氏



**NEW**

## パフォーマンスアップ講座 午後1時30分～

受講料：無料

日頃の運動不足やストレス解消する講座です。(ちょっと汗ばむ運動です。)

- 1回目 5月21日「エアロビクス」 講師：伊東美弥子氏
- 2回目 6月18日「パフォーマンスアップ体操」 講師：山本啓史氏
- 3回目 7月16日「パフォーマンスアップ体操」 講師：山本啓史氏
- 4回目 8月20日「エアロビクス」 講師：伊東美弥子氏
- 5回目 10月未定 「ノルディックウォーキング」 講師：西山拓示氏
- 6回目 11月未定 「ノルディックウォーキング」 講師：西山拓示氏
- 7回目 1月23日「エアロビクス」 講師：伊東美弥子氏



## 工芸教室 講師：高田求幸氏 午後1時30分～

- 1回目 7月 8日 陶芸「お皿、花器、カップ」 材料費 1,000 円～
- 2回目 8月26日 バランストーンボ 材料費：500 円
- 3回目 9月23日 木工品 「くず入れ」 材料費：1,300 円
- 4回目 11月18日 陶芸 「お皿、花器、カップ」 材料費：1,000 円～
- 5回目 1月13日 陶芸 「お皿、花器、カップ」 材料費：1,000 円～



## 大獲ハツラツ講座 高齢者の転倒防止、認知症予防、健康維持のための講座です。

- 4月より毎月第4木曜日午後1時30分～ 講師：青田総子氏 受講料：無料
- ※ 飲み物・タオル・シューズを持参ください。

## 生け花教室 講師：大森京子氏 募集定員：10名 材料費：1,500 円

- 9月より第3水曜日 (全5回) 午後1時30分～
- 今年度のテーマ：家の周りに生えている植物を使ったアレンジメントです。
- ※ 花器・はさみ・剣山・2リットのペットボトルを準備持参ください。



## 切り絵教室 講師：菅野和子氏 募集定員：15名

- 6月より第1金曜日(全6回) 午後1時30分～ 材料費：500円
- 初心者の方大歓迎です。カッター板(大)・カッター(切り絵用)準備持参ください。



※4月6日から電話受付いたします。大獲生涯学習センター22-3810までご連絡下さい。