

令和4年度 あしたば白石・春の講座受講生募集！

< みなさんのきっかけづくりの講座です >

●受付開始日：4月6日(水)～4月25日(月) 8:30～17:00

※定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

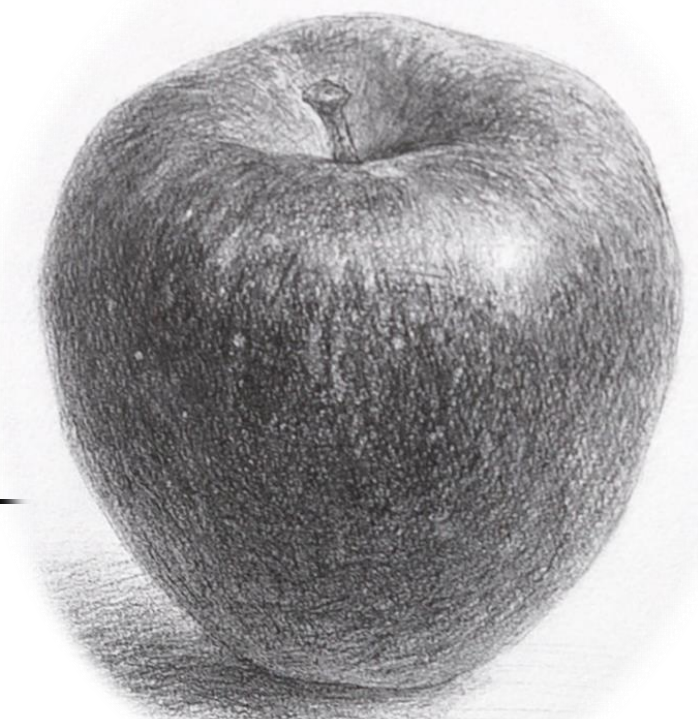
(※受付は電話か窓口で。初日は申込みが殺到する為、電話が繋がりにくい場合もありますのでご了承ください。)

※本人が申し込み下さい(代理の方の申し込みは不可)

※コロナ感染状況によって日程変更の場合あります

※全講座マスク着用です。

趣味・教養		◎運動系の申し込みは1つまで						
講座名	開催日(回数)	曜日・時間	人数	内容	講師名(敬称略)	参加費	持ち物	
1	江戸時代の鯨食文化	4/28	木曜日 13:30～	16人	伊達家の正月料理にも見られる「鯨料理」。江戸時代にはどんな鯨料理があって、どれくらい食べられていたのか紹介します。	尚綱学院大学・東北生活文化大学非常勤講師 きくち かつお 菊地逸夫	(資料代) 100円	筆記用具
2	はじめての鉛筆画(デッサン)	5/13 5/20 6/3 6/17 7/1 7/15 (全6回)	金曜日 13:30～15:30	10人	鉛筆と練り消しゴムだけを使う簡単なデッサンのやり方を学びます。物を立体的に描く基本を学べば、描くことが楽しくなります。	巨大水彩画家 かがわ ひろしげ 加川広重	(全回分) 1500円	材料代500円 鉛筆2BとH、練り消しゴム(ない方はご相談下さい)
3	お風呂で一曲民謡っていいね	5/11 5/25 6/8 6/22 7/13 7/27 (全6回)	水曜日 10:00～11:15	12人	声が出なくていいんです。歌詞を読み解き、宮城の民謡を口ずさんでみよう！さんさしぐれ、大漁唄い込み、長持唄、白石音頭など。	はんざわ まさし 半澤正司	(全回分) 1500円	資料代100円 水分、筆記用具
4	初めての飾り巻き寿司	5/19 6/16 7/21 9/15 10/20 11/17 12/15 3/16 (全8回)	木曜日 10:00～11:15	12人	お花やクリスマス、ひな祭り等、季節にちなんだものを作ります。会食はしません。	飾り巻き寿司マスター インストラクター すずき みわこ 鈴木美和子	(全回分) 2000円	材料代2200円(2回分ずつ集金します)筆記用具、布巾1枚、タッパー、エプロン、三角巾、
5	男の料理初心者コース	5/26 6/23 7/14 (全3回)	木曜日 14:00～15:30	6人	簡単なおかずを2品作ってみましょう！会食はしません	こむろ てるえ 小室照枝	(全回分) 1000円	材料代1500円(500円×3回分)、布巾1枚、持ち帰り用タッパー、エプロン、三角巾、筆記用具、水分
6	パッチワークの基礎	5/21 6/4 6/18 7/2 7/16 7/30 (全6回)	土曜日 9:30～11:30	10人	初心者対象です。基本から学びましょう。ミニタペストリーや巾着を作ります	ゆみこ Yumiko	(全回分) 1500円	材料代3000円(2作品分)、裁縫セット、鉛筆B、定規
7	脳が喜ぶ心が笑う臨床美術	5/24 6/28 7/26 9/27 10/25 11/22 (全6回)	火曜日 13:30～15:15	10人	オイルパステルを使って見て感じて色で遊びましょう。「臨床美術」とは、認知症予防に効果が期待できるアートセラピーです	臨床美術士 くさか みきこ 日下美貴子	(全回分) 1500円	材料代2000円(オイルパステル16色他)、鉛筆、消しゴム、ハサミ



講座名	開催日	曜日・時間	人数	内容	講師名(敬称略)	参加費	持ち物	
8	リラックスヨガ	5/18 6/1 6/15 6/29 (全4回)	木曜日 19:00～20:00	15人	深い呼吸に合わせて身体をゆっくり伸ばし、心と身体をリセットしましょう	全米ヨガライアンス RYT200 はねだ ちか 羽根田智佳	(全回分) 1000円	水分、タオル2枚(マット拭き用と汗拭き用)
9	大人のためのJ-POPDANCE(昼の部)	5/12 5/26 6/9 6/23 7/7 7/21 (全6回)	木曜日 14:00～15:00	12人	中森明菜、松田聖子など懐かしい曲を口ずさみながら踊ってみましょう	J-POPDANCE仙台代表 たかはし いくこ 高橋育子	(全回分) 1500円	水分、運動靴
10	大人のためのJ-POPDANCE(夜の部)	5/20 6/3 6/17 7/1 7/15 7/29 (全6回)	金曜日 19:00～20:00	12人	中森明菜、松田聖子など懐かしい曲を口ずさみながら踊ってみましょう	J-POPDANCE仙台代表 たかはし いくこ 高橋育子	(全回分) 1500円	水分、運動靴

●注意事項

・お申込みは、原則として毎回受講できる方。

・市内通勤・在住の方優先。空きがあれば市外の方も可能です。

・申込み受付後は原則、個別にご案内のハガキは出しません。

・申込み状況によっては、開講を見送る場合もあります。

●託児

・月～金曜日「午前の講座」は託児を無料で行います。※ただし、2歳～小学校3年生までのお子さんで、事前に申し込みが必要です。

お申込み・問い合わせ先
あしたば白石
〒989-0246 白石市新館町1-21
電話 25-5095・25-6593