

令和8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(月)～4月23日(木) 8:30～17:00

(※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)

※定員になり次第、募集を締め切らせていただきます。

※自動販売機はありません。水分をお持ちください。

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 ストップ地球温暖化 2100年 の天気予報	5月9日	土曜日 10:00 ～ 12:00	50人 親子 歓迎	～未来のために今できること～ 食料・生物・災害・海洋ゴミの危機 ゼロカーボンって何？ 資源ゴミの分別、生ごみコンポスト の作り方を紹介します。	ストップ温暖化 センターみやぎ 白石市環境課	無料 (申し込みが必要)	筆記用具、水分
2 非日常を楽しもう！ モデルウォーク 体験会	4月25日	土曜日 10:00～ 11:30	20人	背筋をピンと張ってオシャレにたま には気取って歩いてみませんか？ ストレート、クロス、キャットウォー ク、ターン。 小学生以上の親子可。	村上マキ ボディメイクコンテス ト出場経験者	200円	ストレッチできる服装、上 靴、水分
3 美しい 加賀ゆびぬき 体験会	6月13日 6月20日 (全2回)	土曜日 10:00 ～ 12:00	10人	細かい作業です。 江戸時代、加賀友禅のお針子さん が、余った絹糸で作ったとされる伝 統工芸品。やたら縞のペンダントを 2つ作ります。	小齋恭代 加賀ゆびぬき結の会 講師	500円	材料代1,800円(2個 分)、糸切はさみ、必要な 方は拡大鏡 
4 ピラティス 夜	5/20 6/3 6/17 7/1 7/15 7/29 (全6回)	水曜日 19:00 ～ 20:10	15人	ゆっくりとした呼吸と動きで体幹を 鍛えましょう。女性限定。	日下幸恵 ピラティスインス トラクター	(全回分) 1,500 円	水分、タオル、動きやすい 服装、
5 大人の学び直し 楽しい数学 夜	5/14 5/28 6/25 7/23 8/27 9/24 10/8 11/12 12/10 (全9回)	木曜日 19:00 ～ 20:30	12人	正負の数、割合、関数、確率、方程式 など。もう一度小中学校から学び直 そう。数学っておもしろい！	高子徹雄 教育支援センター	(全回分) 2,300 円	教材代620円、ノート、筆 記用具、
6 大人の学び直し 国語 夜	5/13 6/10 7/8 (全3回)	水曜日 19:00 ～ 20:30	12人	小中学校の教科書に出てきた「名 作」や「論語」など、読んで書いて味 わいましょう。	小川律子 元中学校国語教 諭	(全回分) 1,100 円	ノート、筆記用具
7 大人の学び直し 硬筆書写	5/18 6/1 6/15 7/13 7/27 8/24 9/7 9/28 10/5 10/19 11/9 (全11回)	月曜日 10:00 ～ 11:30	12人	ひらがな、カタカナ、漢字、初めから 学んで字を整えよう。	小川律子 元中学校国語教 諭	(全回分) 2,800 円	教材代800円、鉛筆2B 以上、ボールペン
8 英会話初級	5/21 6/4 6/18 7/2 7/16 9/3 9/17 10/1 10/15 11/5 11/19 12/3 (全12回)	木曜日 10:00 ～ 11:30	16人	日常会話こんな時なんて言う？海 外経験豊かな講師と生きた英語を たくさん話そう！	中村ゆり 元アメリカ日本語 補習校教員	(全回分) 3,000 円	教材代1,210円、筆記用 具、ノート
9 初めての 水彩画	6/9 6/23 7/14 7/28 9/8 9/29 10/13 10/20 11/10 11/24 12/8 12/22 (全12回)	火曜日 9:30 ～ 11:30	12人	色の基本、筆遣い、コツを学んで楽 しく描いてみよう！	清水ちおん 元中学校美術教 諭	(全回分) 3,000 円	教材代1,500円、鉛筆、 消しゴム、筆ふき用布巾
10 花架拳 練功十八法体験	5/19 6/2 6/16 6/30 7/7 7/21 (全6回)	火曜日 13:30 ～ 15:00	15人	花架拳とは…中国宮廷に伝わる秘 拳。優雅で美しい武術です。 練功十八法…ゆったりした呼吸体 操です。	佐藤美弥子 日本花架拳学会 教授	(全回分) 1,500 円	上靴、動きやすい服装、水 分
11 素敵な グラスアート	5/22 6/12 6/26 7/10 7/24 9/11 9/25 10/9 (全8回)	金曜日 9:30 ～ 11:30	12人	バラのスタンド、Welcomeボー ード、ぶどうのプレート3作品を作り ます。アクリル板にカラーフィルム と鉛製のテープを使ってスタンドク ラス風に仕上がります。	鷺北英代 日本ヴォーグ社イ ンストラクター	(全回分) 2,000 円	材料代(3,500円2作品 分)、筆記用具、ハサミ 
12 楽しい ボウリング 初心者教室	5/11 5/18 5/25 6/1 6/8 (全5回)	月曜日 13:30 ～ 15:30	16人	会場:アイビーボウル白石(大平) 対象:教室未経験の方 基本から学びます。座学と2ゲーム 練習します。めざせ150！	白石市健康ボウリ ング協会 会長 平間義春	(全回分) 2,300 円	水分、筆記用具 ※貸靴・ゲーム代は参加費 に含まれています
13 大きな牌の コミュニケーション 麻雀	5/28 6/25 7/23 8/27 9/24 10/22 11/26 12/17 1/28 2/25 3/25 (全11回)	木曜日 13:30 ～ 15:30	24人	たわしサイズの大きな牌を使って2 ～3人が1組となります。初心者も 昔やってた人も大歓迎！	白石市社会福祉 協議会後援 保科政和	(全回分) 2,800 円	水分
14 母の日・父の日 フラワー アレンジメント	5/7 6/18 (全2回)	木曜日 13:30 ～ 14:30	20人	季節に合わせたお花のアレンジメン トを楽しみましょう。	佐藤直樹 室内園芸装飾士	(全回分) 500円	材料代4,000円(2回 分)、エプロン

●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。

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
------------------------------	--