



三里木町民センター

開館時間 平日・土曜 8:30 ~ 22:00 (受付は 17:00 まで)



TEL 232-5536
FAX 232-5595
<https://logoform.jp/form/X72Q/1451125>

三里木町民センターは「男女共同参画社会づくり実現の推進拠点」としてのセンターとなりますので、センターの意義を理解していただきすべての講座生は講座で学ぶだけでなく、男女共同参画に関する行事等にも積極的に参加、協力をお願いしています。

子ども向け講座

1 キッズK-POP(小学生)

K-POP に合わせて楽しく踊ってみよう。いろいろな振り付けで楽しくダンスができます。

- 講師 師 DANCE&FITNESS STUDIO ZEN
- 開講日 5月15日(金)
- 開講曜日 毎週金曜日
- 時間 17:00~18:00
- 定員 10名
- 年間受講料 3,600円(全18回)

※室内シューズが必要です

2 楽しく運動遊び(年中~小学2年生)

楽しく運動を通して、心と体の成長ができます。

- 講師 師 Fun&Fit
- 開講日 5月23日(土)
- 開講曜日 第2・4土曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 年間受講料 3,200円(全16回)

※室内シューズが必要です

3 初めてのABC(小学1~3年生)

遊びやゲーム感覚で楽しく英語に触れながら学びましょう。

- 講師 師 梅原 美津子 氏
- 開講日 5月13日(水)
- 開講曜日 毎週水曜日
- 時間 16:00~17:30
- 定員 10名
- 年間受講料 3,200円(全16回)

※テキスト代 別途

大人向け講座

4 手軽にカフェ飯作り

おうちで簡単カフェ気分!おしゃれな食卓を楽しみませんか。

- 講師 師 高岡 リエ 氏
- 開講日 5月20日(水)
- 開講曜日 第3水曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 年間受講料 1,600円(全8回)

※材料費は実費

5 楽しいテニス(初心者向け)

基本的な動きを身につけ、楽しくラリーやゲームをしてみませんか。(夏期休講7月中旬~9月下旬)

- 講師 師 中村 理絵 氏
- 開講日 5月12日(火)
- 開講曜日 第2・第4火曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 年間受講料 3,000円(全15回)

※教材費1,000円 ラケット持参

6 親子でロボットプログラミング

親子でプログラミングしたロボットを動かしてみよう。子どもだけの参加も可能です。(小学1~4年生)①②とも内容は同じです。

- 講師 師 パソコン・スマホ・タブレット教室/パスタ
- 開講日 ①5/13 5/27 6/10 6/24
- 開講日 ②5/20 6/3 6/17 7/1
- 時間 17:00~18:30
- 定員 ①・②各7組
- 年間受講料 800円(全4回)

※タブレットとロボットはこちらで準備します

7 気軽にエクササイズ

有酸素運動で、日頃の運動不足解消やストレス発散ができます。楽しく体を動かしてみませんか。

- 講師 師 吉川 恭子 氏
- 開講日 5月13日(水)
- 開講曜日 第2・第4水曜日
- 時間 19:00~20:30
- 定員 10名
- 年間受講料 3,600円(全18回)

※室内シューズが必要です

8 米粉クッキング

米粉で小麦アレルギーの方も大丈夫な健康メニューを作ってみませんか。おしゃれな盛り付けも学べます。

- 講師 師 持田 成子 氏
- 開講日 5月21日(木)
- 開講曜日 第3木曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 年間受講料 1,600円(全8回)

※材料費は実費

9 楽しいピラティス(前期)

体幹を中心に全身の筋肉をバランス良く鍛え、柔軟性、姿勢改善、筋力アップを目的としたエクササイズです。

- 講師 師 山下 優子 氏
- 開講日 5月15日(金)
- 開講曜日 第1・第3金曜日
- 時間 13:00~14:30
- 定員 10名
- 年間受講料 2,000円(全10回)

※ヨガマットが必要です

10 楽しいピラティス(後期)

体幹を中心に全身の筋肉をバランス良く鍛え、柔軟性、姿勢改善、筋力アップを目的としたエクササイズです。

- 講師 師 山下 優子 氏
- 開講日 10月16日(金)
- 開講曜日 第1・第3金曜日
- 時間 13:00~14:30
- 定員 10名
- 年間受講料 2,000円(全10回)

※ヨガマットが必要です

11 着物リメイク

着物地を使ってアクセサリ、バック簡単な洋服を作ります。和柄を変身させオリジナルを楽しみましょう。

- 講師 師 中嶋 美枝子 氏
- 開講日 5月11日(月)
- 開講曜日 第2・第4月曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 年間受講料 2,000円(全10回)

※材料費は実費 裁縫用具持参

12 台湾を学ぼう

台湾の歴史や文化を楽しく勉強します。基礎的な発音から簡単な日常会話を学びます。

- 講師 師 ^{モウグァイン} 邱 桂芬 氏
- 開講日 5月11日(月)
- 開講曜日 第2・第4月曜日
- 時間 18:30~20:30
- 定員 10名
- 年間受講料 2,000円(全10回)



キッズ K-POP



米粉クッキング



簡単英会話講座

13 簡単英会話(超初心者向け)

発音の練習から始めます。簡単な英会話を分かりやすく楽しく学びます。

- 講師 村松 陽子 氏
- 開講日 5月20日(水)
- 開講曜日 第1・第3水曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 年間受講料 2,000円(全10回)
※テキスト代 別途

14 Let's talk English

日常で使う英会話を練習します。会話をエンジョイしましょう!

- 講師 村松 陽子 氏
- 開講日 10月7日(水)
- 開講曜日 第1・第3水曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 年間受講料 2,000円(全10回)
※テキスト代 別途

15 シニアスマホ入門(アンドロイド)

基本操作から学びます。LINEや写真機能など楽しく使えるようになりますか。

- 講師 パソコン・スマホ・タブレット教室バスタ
- 開講日 11/2 11/9 11/16 11/30
- 開講曜日 毎週月曜日
- 時間 14:00~15:30
- 定員 10名
- 年間受講料 800円(全4回)
※スマートフォン持参

単発講座

NO	講座名	開催月	開催時間	対象	定員
1	ファミリークッキング	8月予定	10:00~12:00	親子	10組
2	季節の寄せ植え	11月予定	10:00~12:00	大人	10名
3	お正月用フラワーアレンジ(2回)	12月予定	10:30~12:00(午前) 19:00~20:30(午後)	大人	各20名



お正月用フラワーアレンジ



手軽にカフェ飯作り



着物リメイク

国際講座

16【(外国人向け)日本の伝統文化「茶道」を体験しよう

Eligible Participants

- ★ Foreign residents living in Kikuyo Town
- ★ Foreign workers employed in Kikuyo Town and their families

日本の文化理解への入り口として、茶道を体験しませんか。
英語での対応もできます。

作為認識日本文化的入門、不妨來體驗一下茶道。
可以提供英語應對。

Discover Japan through the Tea Ceremony Experience.
The teacher can speak English well.

- 講師 田中 成美
- 開講日 5/22 6/12 6/26
- 時間 13:00~15:00
- 定員 8名
- 受講料 600円
※材料費代 1回300円

- Teacher's name Narumi Tanaka
- Scheduled class dates 5/22 6/12 6/26
- Study time 13:00~15:00
- Capacity 8 People
- Tuition fee 600yen
※ Additional Costs 300yen
(for Matcha and Japanese sweets)

- 講師 田中 成美
- 授課日 5/22 6/12 6/26
- 授課時間 13:00~15:00
- 人数 8人
- 學費 600日圓
※材料費 1次300日圓