

# 令和元年度田主丸生涯学習センター主催事業

## ゆったりリラックスヨガ

日時 令和2年1月9日(木)、1月16日(木)  
1月23日(木)、1月30日(木)【全4回】  
19:00~20:00  
場所 そよ風ホール 和室1・2  
対象者 18歳以上(高校生を除く)  
定員 12名(先着順)  
持参品 のみもの、フェイスタオル、ヨガマット  
講師 築島 里加 先生



内容 ヨガの基本を中心に、自宅でも実践できるポーズを学びます。

## さげもん風こい飾りづくり

日時 令和2年1月11日(土)、1月18日(土)  
1月25日(土)、2月1日(土)、2月8日(土)  
【全5回】14:00~16:00  
場所 そよ風ホール 工作室  
対象者 18歳以上(高校生を除く)  
定員 20名(先着順)  
材料費 2,000円  
持参品 ボンド、針、白糸、はさみ、1.5cm幅両面テープ、  
せんたくばさみ3~4個  
講師 西坂 明子 先生



内容 こいのぼりの矢車や鯉などの小物を手縫いし、  
吊り下げタイプの飾りを作ります。

## 親子フラワーアレンジメント

日時 令和2年1月26日(日)  
①10:30~12:00 ②14:00~15:30  
※ ①と②は、同じ内容です。  
場所 そよ風ホール 工作室  
対象者 小学生以下の子どもと保護者  
定員 各10組(先着順)  
材料費 2,200円  
持参品 生花用ハサミ、持ち帰り用袋  
講師 吉岡 ひでこ 先生



内容 器の中に、小さな春をイメージする親子で作る  
フラワーアレンジ教室です。

## 初春の講座 受講生募集

### 申込方法

【申込期間】  
令和元年12月12日(木)~  
12月27日(金)

【申込時間】  
月曜日 9:00~17:00  
火~日曜日 9:00~21:30

【申込方法】  
申込書を、そよ風ホール事務所窓口までご持参ください。

電話・FAXでのお申し込みは、受付できません。

先着順。定員になり次第締切ります。

### 申込み・問合せ先

久留米市田主丸複合文化施設「そよ風ホール」  
久留米市田主丸生涯学習センター

久留米市田主丸町田主丸770番地1  
TEL (0943) 74-4000  
FAX (0943) 73-4030

まだまだ

「作って楽しむ男の料理教室」  
受講生追加募集のご案内

11月1日(金)に、第1回の教室を開催し、合計9人が参加し、ポークソテーを作りました。

料理が初めての方も、よく作っている方も、料理の基本や、目からウロコの技を、一緒に習得しましょう。

・開催日時とメニュー

第2回 12月13日(金)18:00~21:00  
ふくらジュシーとり天 他

第3回 令和2年1月10日(金)18:00~21:00  
鯖のおろし煮 他

・場所 そよ風ホール調理室

・対象者 18歳以上(高校生を除く)の男性

・募集人数 10人(先着順)

・材料費 1,400円

・携行品 エプロン、三角巾、米2合

・申込期限 令和元年12月11日(水)まで

※募集人数に達した時点で締切ります。

### 令和元年度田主丸生涯学習センター主催事業 「作って楽しむ男の料理教室」 申込書

|   |      |     |              |       |        |         |
|---|------|-----|--------------|-------|--------|---------|
| 「作って楽しむ男の料理教室」<br>12月13日(金)<br>令和2年1月10日(金) | ふりがな |     | 性別           | 男 ・ 女 | 生年月日   | 昭和 ・ 平成 |
|   | 氏名   |     |              |       | 年 月 日生 |         |
|   | 住所   | 〒 - | 電話番号<br>(携帯) |       |        |         |

### 令和元年度田主丸生涯学習センター主催事業 初春の講座 申込書

|   |        |     |              |         |        |           |
|---|--------|-----|--------------|---------|--------|-----------|
| <input type="checkbox"/> ゆったりリラックスヨガ<br><input type="checkbox"/> さげもん風こい飾りづくり                         | ふりがな   |     | 性別           | 男 ・ 女   | 生年月日   | 昭和 ・ 平成   |
|   | 氏名     |     |              |         | 年 月 日生 |           |
|   | 住所     | 〒 - | 電話番号<br>(携帯) |         |        |           |
| 親子フラワーアレンジメント<br><input type="checkbox"/> ① 10:30 ~ 12:00<br><input type="checkbox"/> ② 14:00 ~ 15:30 | ふりがな   |     | 生年月日         | 昭和 ・ 平成 | ふりがな   | 生年月日      |
|   | 保護者の氏名 |     | 年 月 日生       |         | お子様の名  | 平成 年 月 日生 |
|   | 住所     | 〒 - | 電話番号<br>(携帯) |         |        |           |