

# サンレディー大田主催講座

## 平成 29 年度前期受講者募集

主催 サンレディー大田(大田市働く女性の会)  
 参加料 無料と有料があります(但し、材料費等は受講者負担)  
 会場 サンレディー大田  
 募集 平成 29 年 5 月 6 日(土)午前 9 時～5 月 25 日(木)  
 (火曜日休館日/定員になり次第締め切らせていただきます)  
 申込先 サンレディー大田 電話 0854-82-6700



講座名	講師	日時	必要経費	対象	定員	回数	備考
仲野先生の 石見銀山講座 (気軽に質問/話し合おう)	石見銀山資料館 館長 仲野義文 先生	6 月～翌年 3 月 (第 1 木) 19:30～21:00	参加費 2,000 円	一般	39 人	10	石見銀山について、もっと奥深く学ぶことができます。気軽に質問をする時間があります。仲野先生と行くバスツアーも計画していますよ。
椅子を使った やさしい トレーニング	健康運動実践指導者 近藤隆久 先生	6 月～10 月 (第 1・2・3 金) 13:30～15:00	参加費 2,000 円	一般	30 人	15	つつい家の中にこもりがちあなた、仕事はしていてもあまり身体を動かさないあなたと感じているあなた、適度なトレーニングはいかが？
いきいき大田市 地域資源を生かそう	東京農業大学名誉教授 農学博士 高橋 悟 先生	6 月～10 月 (第 3 木) 19:30～21:00	無 料	一般	20 人	5	私たちが生活しているこの土地について考えたことがありますか。この土地の風土と自然を生かし、活性化を考えるきっかけにしませんか。
旬を食べよう 毎日のお惣菜	料理研究家 荊尾啓子 先生	6 月～翌年 3 月 (第 1 木) 10:00～13:30	材料代 5,000 円 (全回分)	一般	25 人	10	今日のお昼ご飯は？今日の晩ご飯は？毎日の食事作りに悩んでいる方多いですね。旬の食材を生かしたお惣菜を学んでみませんか。
筆ペンを使って 実用習字	松井汲月 先生	6 月～10 月 (第 2・4 木) 19:30～21:00	参加費 2,000 円	一般	20 人	10	金封の上書き、はがきの表書きなど、日常よく使用する字を、筆ペンで美しく書くコツを学びましょう。
今、話題の お菓子作り	陽だまり工房代表 野原智美 先生	6 月～10 月 (第 3 木) 14:00～16:30	材料代 3,000 円 (全回分)	一般	20 人	5	今、話題のお菓子作りの先生から、今、話題のお菓子作りを学びましょう。お家で、お菓子が作れるように。
季節の花を アレンジメント	池坊華道教授 三上公子 先生	6 月～翌年 3 月 (第 1 水) 10:00～11:30	参加費 2,000 円 材料代 1,000 円 (初回)	一般	15 人	10	美しい日本の四季の花々をアレンジしましょう。慣れてきたら、自宅の花も使ってアレンジしませんか。
女性のための 魅力アップセミナー	チェンホーヨガ認定 インストラクター 松井江津子 先生	6 月 4 日(日) 10:00～11:30	無 料	女性	20 人	1	美しさは内面からといますが、でも第一印象は大事ですね。外面の魅力をアップしましょう。
ときには優雅に 英国式アフタヌーン ティータイム	石見銀山とボルトガルを むすぶ会代表 フードコーディネーター 和上陽子 先生	6 月 17 日(土) 13:00～16:00	材料代 1,000 円	女性	20 人	1	午後のひととき、美味しい紅茶でリラックス。そして、軽食も添えていつもより華やかにティータイムを過ごしましょう。
男性のための やさしい料理	サンレディー大田 職員	6 月～翌年 3 月 (第 1 金) 10:00～13:00	材料代 5,000 円 (全回分)	男性	10 人	10	料理の仕方が分からなくて困っている方、将来困るのではないかと心配している方、みんなで楽しく作りましょう。気軽にご参加を。
あなたが そば打ち 名人に	共催 三瓶在来そばの会	6 月～翌年 3 月 (第 1 月) 18:00～21:30	材料代 1,500 円 (1 回分)	一般	10 人	10	そば打ちの基本的な技術と、そばに関わる知識を学びましょう。毎回、そば打ち実習とそば料理がありますよ。打ったそばは、お持ち帰りです。
小学生のための茶道 (裏千家)	裏千家宗友会 木田宗節 先生 土江宗正 先生 山根宗美 先生 安井宗峰 先生	6 月～翌年 3 月 (第 1 土) 13:30～15:00	抹茶・菓子代 3,000 円 (全回分)	小学生	10 人	10	日本文化伝承のために、子供の頃からお茶に親しみ、その作法を身に付けましょう。道具等の準備の必要はありません。気軽にご参加下さい。
小学生のための いけばな (池坊)	池坊石東支部 引立教授 竹本藤子 先生	6 月～翌年 3 月 (第 1 土) 9:30～11:00	テキスト代 648 円 材料代 500 円 (1 回分)	小学生	10 人	10	日本文化伝承のために、子供の頃からお花にふれてみませんか。お家に「いけばな」があると大人も子どもも気持ちがいいと感じるでしょう。
音楽で遊ぼう (1 歳～)	ピアノレスナー 日本音楽療法学会正会員 竹下千歳 先生	6 月～翌年 3 月 (第 1 月) 10:00～11:00	材料代 1,000 円 (全回分)	親子	20 組	10	親子で歌ったり、リズムに合わせて身体を動かしたり…、音楽をとおして親子で遊びましょう。親子のふれあいを大切にしましょう。

どなたも いつでも 気のむくまま ご参加ください

トークサロン (よろず話・・・ 気軽にどうぞ)	あなたが主役	4 月～翌年 3 月 (第 1 水) 13:30～15:30	無 料	一般	10 人	12	毎月 1 回サロンを開いています。お申込みの必要はありません。どなたも、参加は自由です。気軽においでください。
-------------------------------	--------	--------------------------------------	-----	----	------	----	---

・受講申込み時にいただいた個人情報は、本講座実施に必要な事務のために使用いたします。法令等により例外と認められた場合を除いて、他の目的に使用することはありません。  
 ・講座開催日時等については、都合により変更する場合があります。あらかじめご了承ください。