

# サンレディー大田主催講座

## 平成30年度前期受講者募集

主催 サンレディー大田(大田市働く女性の家)  
 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30年5月7日(月)午前9時～5月27日(日)  
 (火曜日休館/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	石見銀山について深く学び、気軽に質問をすることもできます。仲野先生とバスツアーにも行きましょう。
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	35人	15	家の中にこもりがち、あまり身体を動かさないなあと感じているあなた。適度なトレーニングはいかが？
市民大学 宝ものを活かそう =大田の自然から=	東京農業大学名誉教授 農学博士 高橋 悟 先生	6月～10月 (第2木) 19:30～21:00	無 料	一般	20人	5	大田には、市民が気づかない宝ものがいっぱいあります。地域資源を生かし魅力ある大田市になるために。
旬の魚を使った 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	毎日の献立を考えるって大変！旬の魚、近海で獲れる魚を使ったお惣菜。しかも魚について学べるって最高！
鬼を語る =姓と地名の歴史から=	鬼研究家 波多野律子 先生	6月～10月 (第4木) 10:00～11:30	無 料	一般	20人	5	姓や地名のルーツを鬼の歴史をたどりながらお話ししましょう。この度は、大屋、五十猛、和江、大国…です。
楽しいパン作り	陽だまり工房代表 野原智美 先生	6月～10月 (第2金) 13:00～17:00	材料代3,000円 (全回分)	一般	20人	5	家庭で手軽に出来るパン作りのコツを楽しく学び、出来上がったパンは、ご家庭でゆっくり召し上がってね。
短歌入門	湖笛会所属 大田市短歌会 会長 向田心平 先生	6月～翌年3月 (第1・3月) 13:30～15:00	参加費2,000円	一般	15人	20	自分を見つめ、他人を見つめ、社会や自然を見つめることにより、豊かな感性を養うこととなりますね。
憧れの「つるし雛」 作り	(公財)日本手芸普及協会 パッチワークキルト 指導員 大谷真知子 先生	6月～11月 (第1・3水) 9:30～12:00	参加費2,000円 材料代 1回1,000円位	女性	10人	12	茄子、胡瓜、南瓜…が布で出来るなんて！み～んなつるして、素敵な「つるし雛」を飾ってみませんか。
穀物クッキング	フードコーディネーター 和上陽子 先生	6月30日(土) 10:00～13:30	材料代1,000円	一般	25人	1	穀物を上手に生かし、健康を考えた食事作りについて学びましょう。題して、穀物クッキング。
素肌美人になるために	Nスキンケアアドバイザー 千日千鶴子 先生	6月4日(月) 19:30～21:00	無 料	女性	15人	1	皮膚のしくみから、自分の肌を知り、若く美しい素肌作り、めざせ！すっぴん美人！！…に近づくために。
初心者のための スマートフォン (タブレット使用して説明)	石見銀山テレビ 放送株式会社	6月～10月 (第2水) 19:30～21:00	無 料	一般	5人	5	スマホを持ったけど使い方が分からない、スマホ買いたいけど…スマホに関する悩みを解消しましょう。
男性のための やさしいクッキング	サンレディー大田 職員	6月～翌年3月 (第1金) 10:00～13:30	材料代5,000円 (全回分)	男性	10人	10	誰かのために、一人になっても困らないために、身近な食材で、手軽に楽しく料理が出来たらいいですね。
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よ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…、音楽をおして親子で遊みましょう。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、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。