



平成25年度
秋・冬期

陶公民館講座 受講生募集!

申し込み・お問い合わせは 陶公民館 電話:65-2112 Fax:62-0004 まで。

皆さんの声にお応えして、今回のパソコン講座は、インターネット通信を使って行います。
接続台数に限りがありますので、ご興味のある方はお早めにお申し込みください。

パソコン講座 インターネット入門 (初心者向け)

便利に楽しくインターネットのいろいろな使い方を学びます。
クリックするだけで天気や地図が見られます。電車の時刻や料金があっという間に調べられます。さらには驚きのグーグルマップ。検索のコツや便利な機能など、インターネットを楽しみましょう。

日時: 10月28日、11月11・25日、12月9日(月)
午後1:30~3:30

受講料: 2,000円(全4回分) テキスト代: 400円
定員: 10名 (定員になり次第締切) 場所: 陶公民館 研修1
対象: パソコン初心者 持ち物: パソコン

パソコン講座 ブログをつくろう (中級者向け)



ブログって意外と簡単! ブログの登録から、記事の載せ方、写真の入れ方など、ブログの基本の使い方を学んでみませんか? 自分の作品や趣味のこと、楽しい旅行のことなどブログにのせて、みんなみてもらいましょう!

日時: 10月31日、11月7・14・21・28日(木) 午後7:00~9:00

受講料: 2,500円(全5回分) テキスト代: 500円
定員: 10名 (定員になり次第締切) 場所: 陶公民館 会議室
対象: パソコン中級者(インターネットを普段から使用し、キーボード操作が問題なくできる方)
持ち物: パソコン

古布リフォーム手芸教室 ~ベストを作きましょう~

古い着物や布地などを使って、ベストの作り方を学びます。
和服ならではの優しい肌触りや上品な色合いを生かして、自分だけの1枚を作りましょう。



日時: 11月12・19・26日、12月3・10日(火)
午後1:30~3:30



受講料: 2,500円(全5回) 定員: 12名 (定員になり次第締切)
対象: 古布 着物をリメイクしたベストを作りたい方。
持ち物: 着物1枚分の布(150cm丈程度の布でもOK)、裁縫道具
場所: 陶公民館 会議室 (→ 裏面もご覧ください →)

自力整体 健康体操

広々とした多目的ホールでリラックスしながら身体を揺らしほぐしましょう。
頑張らないで、ゆるゆると気持ちいい動きが中心。初めての方や中高年の方も無理なくできます。
いつからでも始められる、毎回人気の講座です。

日時： 10月4・11・25日、11月1・8・15・22日、12月6・13・20日（金）
午前 10：00～11：45

受講料： 5,000 円（全 10 回）

定員： 各回 15 名（定員になり次第締切） 対象： 成人。楽しく身体を動かしたい方。

持ち物： ヨガマットかバスタオル 2, 3 枚（敷物用）、1m 以上のロングタオル 1 枚か
普通のタオル 2 枚（使い方は写真参照）、飲料水

服装： 動きやすく裸足になれる服装。

※ 必ず空腹でご参加ください。

場所： 陶公民館 多目的ホール



手でこねるパン教室

基本のパン作りをこねから楽しく学びましょう。
発酵から成形、焼き方まで丁寧に教えますので
はじめての方でも大丈夫です。
野菜たっぷりのパンに合うお料理も作ります。
作るパンの種類：フォカッチャ、カンパーニュなど。

パンはお持ち帰り
できますよ♥



日時： ①10月4日（金） ②11月1日（金） ③12月6日（金）
午前 9：30～ 午後 1：00

受講料： 1,500 円（全 3 回分） 材料費：1 回 700 円（3 回で 2,100 円）

定員： 12 名（定員になり次第締切）

対象： 成人

持ち物： エプロン、三角巾、手拭タオル 3 枚、持ち帰り用容器

場所： 陶公民館 調理室

※ 3 回出席できない場合はご相談ください。



申し込み・お問い合わせは 陶公民館 電話：65-2112 Fax：62-0004 まで。
（講座内容は 陶町ホームページでも確認できます。）



公民館講座だより



<開講予定の講座>ピラティス体験講座

ピラティスは、正しい姿勢と呼吸とともに、骨を支えるコアの筋肉（深層筋）を意識しながら、
反動を使わずに身体を動かすエクササイズです。平成 25 年度中に体験講座を開催し、皆様の声を聞いた上で
平成 26 年度より定期講座として開講する予定です。

詳細は追って 回覧や陶コミュニティー通信でご案内します。