



令和4年度



市民学級受講生募集！

～ 講座一覧表 ～

講座No.	講座名
1	ライトストレッチ&ニュースポーツ
2	体幹トレーニング
3	季節を楽しむトレッキング
4	バレトン
5	そば打ち(夏そば)
6	ヘルシークッキング
7	書道
8	陶芸
9	エコクラフト
10	オカリナ
11	フラワーアレンジメント
12	シカ革工作



申込方法

- チラシ内の申込用紙に必要事項を記入し、公民館へ持参するか FAX する。
FAX された方は、受信確認のお電話をしてください。
- お電話での申し込みはできません。
- 募集定員を超えた場合は、抽選になります。

受付期間

- 令和4年4月1日(金)～15日(金)
午前8時30分～午後5時15分
※「受講のご案内」は、4月25日以降はがきで通知いたします。

申込に際しての留意事項

- すべて、初心者向け講座です。
- 受講料は無料です。ただし、講座によっては、材料費等の実費負担があります。
- 申込者が少ない講座は開催しない場合があります。
- 新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止する場合があります。
- 各講座の内容をよく読んで申し込んでください。
令和4年度は夜間の講座が増えました。開催時間をよく確認してください。
- お子様を預けたい方は申込用紙の託児希望欄に記入をしてください。ただし、1歳以上です。
- 教室の記録や広報を目的として、写真を撮影・使用することがあります。

お申し込み・お問い合わせ先

〒321-2341 日光市大沢町809-1

大沢公民館

☎ 26-1975 FAX 26-5999

市民学級講座前期受講生募集のご案内

No. 1 ライトストレッチ&ニュースポーツ

ストレッチで体をほぐし、各種ニュースポーツを楽しみましょう。

- 開催日程 火曜日 10:00~12:00
5/17 5/31 6/14 6/28 7/12
8/30 11/8 11/22

●場 所 大沢体育館 アリーナ

●定 員 30名

●持 ち 物 体育館シューズ
ストレッチマット、
飲み物、タオル



No. 2 体幹トレーニング

体幹を鍛えて、健康な体づくりを!
引き締めボディ希望の方どうぞ!

- 開催日程 火曜日 19:00~20:30
5/10 5/17 5/24 5/31
6/ 7 6/14 6/21 6/28

●場 所 大沢体育館 会議室

●定 員 12名

●持 ち 物 ストレッチマット、体育館シューズ
タオル、飲み物



No. 3 季節を楽しむトレッキング

美しい春を見に出かけませんか?
座学と実技です。

- 開催日程
5/ 9(月) 9:30~11:30(座学)
5/25(水) 8:00~16:00(予定)

●場 所 大沢公民館 学習室
日光市内の山

●定 員 12名

●教 材 費 なし

●持 ち 物 筆記用具(座学時)



No. 4 バレトン

バレエの動きを取り入れたエクササイズです。
スッキリボディになりましょう!

- 開催日程 水曜日 19:00~20:30
5/18 6/ 1 6/15 6/29
7/13 7/27 8/24 9/ 7

●場 所 大沢体育館 アリーナ

●定 員 20名

●持 ち 物 ストレッチマット
体育館シューズ
タオル、飲み物



No. 5 そば打ち(夏そば)

美味しい夏そばを自分で打ってみませんか?
講師の方が丁寧に教えます。
打ったそばは試食せずに持ち帰りになります。

- 開催日程 木曜日 19:00~21:00
7/7 7/14 7/21 7/28

●場 所 大沢公民館 調理実習室

●定 員 6名

●教 材 費 3,000円(そば粉、つなぎ等)

●持 ち 物 エプロン、頭巾、
持ち帰り用容器
(タッパー等)



No. 6 ヘルシークッキング

生活習慣病改善等を目的とした講座です。
ヘルシーかつ美味しい食事をしたい方どうぞ。
試食せず持ち帰りになります。

- 開催日程 金曜日 10:00~12:00
5/20 6/10 7/8 9/9 11/18 12/9

●場 所 大沢公民館 調理実習室

●定 員 12名

●教 材 費 4,500円(食材費6回分)

●持 ち 物 エプロン、頭巾
持ち帰り用容器
(タッパー等)



市民学級講座前期受講生募集のご案内

No. 7 書道

心を落ち着けて、書に親しんでみては？
講師の方が丁寧に教えます。

- 開催日程 土曜日 10:00~12:00
6/4 7/2 8/20 9/3
11/5 12/10 1/14 1/28
- 場 所 大沢公民館 学習室
- 定 員 12名
- 教材費 なし
- 持ち物 書道道具、半紙



No. 8 陶芸

趣味として学びたい方、どうぞ！
オリジナルな作品が出来上がります。

- 開催日程 土曜日 9:30~11:30
5/28 6/11 6/25 7/23 8/27
9/10 10/22 11/26
- 場 所 大沢公民館 学習室
- 定 員 12名
- 教材費 2,500円
(粘土、釉薬代)
- 持ち物 エプロン等



No. 9 エコクラフト

クラフトテープでさまざまな小物づくりに挑戦してみませんか？

- 開催日程 木曜日 9:30~11:30
5/19 6/2 6/23 7/14 8/4 9/8
- 場 所 大沢公民館 学習室
- 定 員 12名
- 教材費 1,500円(初回)
- 持ち物 30cm定規、ボンド
はさみ、洗濯はさみ



No. 10 オカリナ

美しい音色のオカリナ演奏を講師の方が丁寧に教えます。

- 開催日程 日曜日 13:30~15:30
5/22 6/19 7/24 8/21 9/11
10/23 11/20 12/18 1/15 2/19
- 場 所 大沢公民館 学習室
- 定 員 12名
- 教材費 2,750円(オカリナ代)
- ※オカリナを持っている方は持参。
お申込みの際は、オカリナ購入の有無を教えてください。



No. 11 フラワーアレンジメント(草月流)

季節の花でアレンジメントを学びお部屋を華やかにしましょう。

- 開催日程 木曜日 19:00~21:00
5/26 6/23 7/28 8/25 10/27
11/24 12/28 1/26
- 場 所 大沢公民館 学習室
- 定 員 12名
- 教材費 1回 2,000円
- 持ち物 花切はさみ 花器



No. 12 シカ革工作

シカの革でいろいろ好きな物を作ります。
自分唯一のバックなどを作っては？

- 開催日程 水曜日 10:00~12:00
6/15 6/29 7/20 8/17 8/31
10/26 11/16 12/7
- 場 所 大沢公民館 学習室
- 定 員 9名
- 教材費 1,000円(初回)
- 持ち物 クラフトはさみ

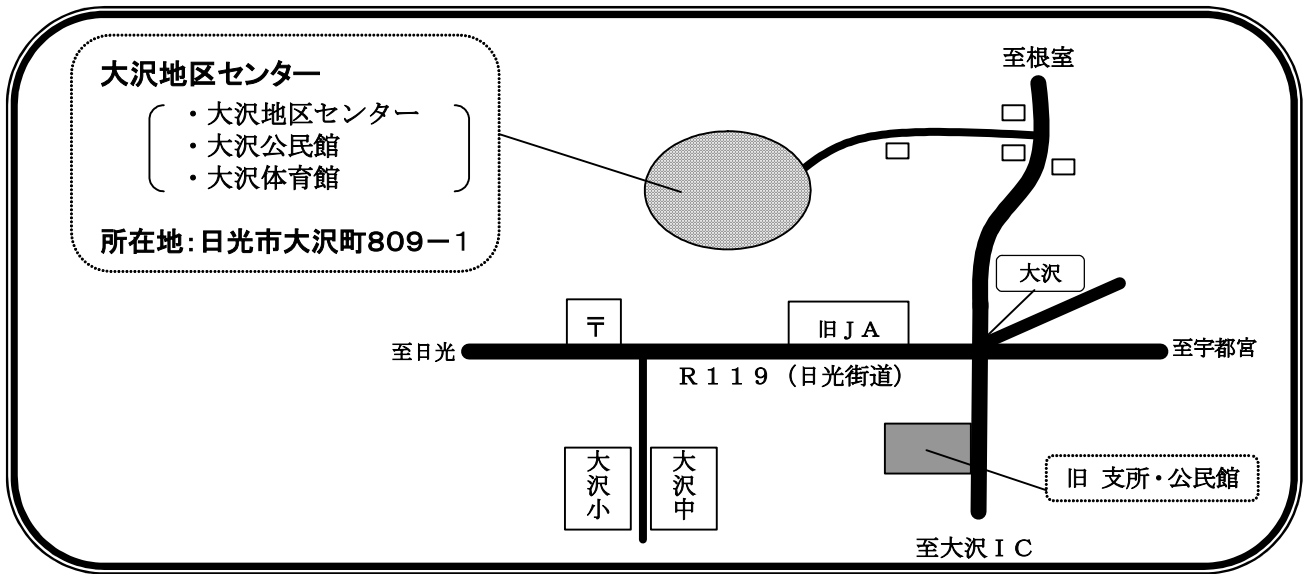


<お申し込み・お問い合わせ先>

日光市大沢公民館

TEL 0288-26-1975

FAX 0288-26-5999



※申込用紙は公民館にも置いてあります。

きりとり

市民講座申込用紙

公民館名	大沢公民館
講座名	講座
ふりがな 氏名	
年齢・性別	歳 男 ・ 女
住所	〒321-
自宅番号	
携帯番号	
託児希望	有 ・ 無
	名前 (歳 ヶ月)
	名前 (歳 ヶ月)

市民講座申込用紙

公民館名	大沢公民館
講座名	講座
ふりがな 氏名	
年齢・性別	歳 男 ・ 女
住所	〒321-
自宅番号	
携帯番号	
託児希望	有 ・ 無
	名前 (歳 ヶ月)
	名前 (歳 ヶ月)