

「ひまわり」前期講座



分類	No	講座名	講師名	日程										曜日	時間	会場	受講料	教材費等	定員
健康・体操	116	エアロビクス(経験者)	柴田珠希	4/18	5/2	5/16	6/6	6/20	7/4	7/18	8/1	9/5	9/19	金	10:45~11:45	体会	8,000	0	20
	117	かんたんキックボクシング&ストレッチ	KYON	4/9	4/23	5/14	5/28	6/11	6/25	7/9	7/23	9/10	9/24	水	10:30~11:30	体剣	8,000	0	20
	118	HIPHOP入門(小学生も可)	KOJI	4/15	5/20	6/3	6/17	7/1	7/15	7/29	8/5	8/19	9/2	火	19:30~20:45	体会	8,000	0	20
	119	大人のためのHIPHOPダンス	KOJI	4/14	4/28	5/12	5/26	6/9	6/23	7/14	7/28	8/25	9/8	月	9:45~10:45	カラバ	8,000	0	20
	120	ZUMBA~世界の音楽で楽しく踊りましょう!	原久美子	4/14	4/28	5/12	5/26	6/9	6/23	7/14	7/28	8/25	9/8	月	13:30~14:30	カラバ	8,000	0	20
NEW	121	はじめてのベリーダンス	Lisa	4/7	4/21	5/19	6/2	6/16	6/30	7/7	8/4	8/18	9/1	月	9:30~10:30	カラバ	8,000	0	15
	122	美☆瘦☆癒のベリーダンス	Lisa	4/5	4/19	5/17	6/7	6/21	7/5	7/19	8/2	9/6	9/20	土	10:00~11:15	カラ多	8,000	0	15

WEB 体験・親子講座(No.123~No.153)

申込み ● WEB申込みのみとなります。市民大学「ひまわり」公式ラインのメニューより申込みページに進みます。申込みと同時に受講料の決済が必要になります。 ※決済は口座振替、コンビニ払い(手数料380円)、クレジットカードが選べます。

申込期間 2月1日(土)午前8時~2月13日(木)午後1時

キャンセル ● 2月13日(木)午後1時までには必ず電話もしくは事務局窓口にてお伝えください。
● 期日を超えた場合、返金は致しかねます。

教材費 講座の初日に直接講師に現金にてお支払いください

その他 ● 講座の日程等の詳細はWEBページにてご確認ください。
● 付き添いのお子様がいらっしゃる場合は必ず事務局にお知らせください。(受講料が発生する場合があります。)

No	講座名	講師名
123	実家の相続で後悔しない秘訣を学ぶ	後藤 明
124	50代からの生前整理とエンディングノート	野村まさみ
125	何がいけないの!? 片づけ迷子克服講座	野村まさみ
126	パーソナルカラーで自分色の発見!	二村かおり
127	女性に人気の骨格診断!	二村かおり
128	30秒でリフトアップができる耳つば体験♪	富田結衣
129	耳つばを刺激するだけの簡単ダイエット	富田結衣
130	肌を知られば綺麗になれる~肌の健康で心も健康	古山田美由紀
131	オシャレグッズに变身~自作リボン花や真珠で	成瀬かおり
132	PPバンドでおしゃれなバッグを作ろう	成田エゴ
133	ナチュラルリースを作ろう♪	富田結衣
134	香りとお花で癒されるアロマワックス作り	富田結衣
135	季節のお花でハンギングバスケット♪植替え	後藤あづさ
136	手作りしてみよう「基本のペーグル」	大村千香子
137	ホームベーカリーを使ったパン作り(機械持参)	大村千香子
138	初めてのパン作り&スープ作り(火)	大村千香子
139	初めてのパン作り&スープ作り(土)	大村千香子
140	おうちで出来る簡単業務用カレーで夏バテ対策	森 文見
141	ママ・パパのための魔法の読み聞かせ講座	桑 圭子

No	講座名	講師名
142	赤ちゃんと一緒に!!ママのための産後ケア講座	SAORI
143	保育士が教えるベビーマッサージと産後ヨガ	橋本なおこ
144	ママと赤ちゃんのふれあいマッサージ	佐藤幸子
145	親子ピラティス ~1ヶ月~3歳	佐藤幸子
146	はじめてのベビーサイン	上野規子
147	「もっと!」ベビーサイン	上野規子
148	親子のびのびリズム体操(よちよち~3歳)①	上野規子
149	親子のびのびリズム体操(よちよち~3歳)②	上野規子
150	のびっこKid'sリズム体操(年中~年長)	上野規子
151	のびっこKid'sリズム体操(年少)	上野規子
152	親子で姿勢と動きの土台作り(年中~年長)	本田由美
153	親子でHAPPY☆ENGLISH	SACHIKO



WEB申込みは
こちらから



会場

文 会 2	豊明市文化会館 第2会議室	南 会	南部公民館 会議室	カ ラ 調	共生交流プラザ「カラット」 調理室
文 リ	豊明市文化会館 リハーサル室	南 大	南部公民館 大会議室	カ ラ 研	共生交流プラザ「カラット」 研修室
樟 庵	豊明市文化会館 樟庵	勅 和	勅使会館 和室 A	カ ラ 活 1北~5北	共生交流プラザ「カラット」 活動室 1北~5北
体 会	豊明市福祉体育館 会議室	館	館区民会館	カ ラ 活 1南~2南	共生交流プラザ「カラット」 活動室 1南~2南
体 柔	豊明市福祉体育館 柔道場	カ ラ バ	共生交流プラザ「カラット」 パフォーマンススタジオ	コ バ ン	コバンスイミングスクール豊明
体 剣	豊明市福祉体育館 剣道場	カ ラ 多	共生交流プラザ「カラット」 多目的室		

問合せ先:とよあけ市民大学「ひまわり」電話(0562)92-8817(平日10~14時) FAX (0562)57-8827
〒470-1131 豊明市二村台1丁目27 共生交流プラザ「カラット」北館2階 総合受付内
E-mail:toiawase@toyoake-himawari.sakura.ne.jp ホームページ [【とよあけ市民大学「ひまわり」】](#) 🔍検索



- 豊明市外にお住まいの方もお申込みできます。
- 諸事情により会場、日程を変更する場合があります。
- 申込み多数の場合は抽選になる場合もあります。希望者が10人未満の講座は開講しない場合もあります。
- 講座決定後、必要に応じ連絡のため、講師へ受講生の連絡先をお知らせします。
- 講座見学(30分無料)講座体験(1回¥1,000+教材費)をご希望の方は事務局までご連絡ください。
- 託児はございません。
- 「子連れOK」と記載のない講座へのお子様連れでの参加はご遠慮ください。(親子講座を除く)

ハガキ 通常講座(体験・親子講座を除くNo.1~No.122)

申込み 右記の往復はがきの書き方を参照し、往復はがき、または市民大学「ひまわり」専用往復はがきにて1講座につき1枚(1人)でお申込みください。受講料は返信はがきにてお知らせしますので期日までに口座に振込みをお願いいたします。
※黒の消せないボールペンで必要事項をお書きください。

切 2月13日(木) (当日消印有効)
(講座に空きがあれば一部期間を除き追加申込可)

キャンセル 受講料支払期日3月14日(金)までに必ずご連絡ください。それ以降のキャンセルは全額(受講料・教材費)をいただきます。一度納入された受講料は原則返金いたしません。

教材費 講座初日に直接講師に現金にてお支払いください。

- その他**
- 受講決定通知は3月初旬までに発送予定です。
 - 3月5日(水) までに返信ハガキが届かない場合は事務局までご連絡ください。
 - 持ち物、講座内容、楽器レンタル代についてはホームページでご確認ください。
 - 改めて講座案内はしませんので返信ハガキを大事に保管してください。
 - 定員に空きのある講座は追加申込も可能です。(3月8日から4月4日の期間を除く)

往復はがきの書き方!!

※1講座1枚でお申し込みください。

往信(表)		返信(裏)	
85 往信	470-1131 とよあけ市民大学 「カラット」内	85 返信	470-1131 豊明市二村台1丁目27 「カラット」内

※返信欄に必ず記入してください。

返信(表)		往信(裏)	
85 返信	〒あなたの郵便番号 あなたの名前 様	あなたの住所	①講座番号・講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤生年月日 ⑥携帯番号または電話番号 ⑦受講証のある方は学籍番号

※市販の往復はがき、または専用はがき(事務局、カラット、市役所生涯学習課、図書館、文化会館、福祉体育館、公民館等にございます)をお書きください。
切手代が85円になっています。

分類	No	講座名	講師名	日程										曜日	時間	会場	受講料	教材費等	定員	
調理	1	初めてでも作れるアイシングクッキー(初級)	城殿ミキ・他	4/9	5/14	6/11	7/9	9/10												15
	2	かわいいアイシングクッキーを作ろう(経験者)	城殿ミキ・他	4/9	5/14	6/11	7/9	9/10												15
	3	初めての練り切り教室(和菓子)	城殿ミキ・他	4/11	5/9	6/13	7/11	9/12												18
	4	季節の練り切り教室(経験者)	城殿ミキ・他	4/11	5/9	6/13	7/11	9/12												18
	5	簡単おうちごはんサンドイッチ教室	城殿ミキ・他	4/16	5/21	6/18	7/16	7/30	9/17											20
	6	ひまわり健康クッキング	大村千香子	4/22	5/13	6/10	7/8	9/9												20
	7	楽しいパン作り(木・午前)	大村千香子	4/24	5/22	6/26	7/24	9/25												12
	8	楽しいパン作り(木・午後)	大村千香子	4/24	5/22	6/26	7/24	9/25												12
	9	楽しいパン作り(金)	大村千香子	4/18	5/16	6/20	7/18	9/19												12
	10	楽しいパン作り(土・午前)	大村千香子	4/19	5/17	6/21	7/19	9/20												12
	11	楽しいパン作り(土・午後)	大村千香子	4/19	5/17	6/21	7/19	9/20												12
趣味・教養・生活	12	ミネラル発酵ドリンクを作ろう	MIKU	4/12	5/10	6/14	7/12	8/9	9/13											15
	13	書道講座「漢字」(月・カラット)	小幡釣舟	4/14	4/28	5/12	5/26	6/9	6/23	7/14	7/28	8/25	9/8	月	10:00~12:00	カラ活3北	8,000	1,000	20	
	14	書道講座「漢字」(火・文化会館)	小幡釣舟	4/8	4/15	5/13	5/27	6/10	6/24	7/8	8/5	8/26	9/9	火	10:00~12:00	文会2	8,000	1,000	20	
	15	書道「作品を造ろう」	小幡釣舟	4/23	5/28	6/25	7/23	8/27	9/24											17
	16	楽しく美しい文字を書きましょう	嶋田恭子	4/10	4/24	5/8	5/22	6/12	6/26	7/10	7/24	8/28	9/11	木	10:00~11:30	カラ活2南	8,000	500	15	
	17	筆ペンと書道と作品作りのよけり講座	川口碧水	4/4	4/18	5/2	5/16	6/6	6/20	7/4	7/18	9/5	9/19	金	10:00~11:00	カラ活3北	8,000	770	20	
	18	心のままに楽しく書く筆文字~己書①	せとぐちまゆみ	4/8	5/13	6/10	7/8	9/9												15
	19	心のままに楽しく書く筆文字~己書②	せとぐちまゆみ	4/8	5/13	6/10	7/8	9/9												15
	20	俳句の楽しさをご一緒に	今泉かの子	4/21	5/19	6/16	7/14	8/18	9/8											12
	21	本物の天然アロマを生活に取り入れよう	石川祐規・他	4/22	5/27	6/24	7/22	8/26	9/16											20
	22	1からの薬膳 ~薬膳茶を飲みながら学ぼう	森 文見	4/18	5/2	5/16	6/6	6/20	7/4(調)	7/18	8/1	9/5	9/19	金	10:00~11:30	カラ活4北	8,000	4,000	24	

