

寒さに負けず、楽しく学びの輪を広げよう

# 市民学校 受講生募集

問合せ 中央公民館 ☎ 54-8141

## らくらく気功コース

仕事や家事・育児で疲れがちな現代人。中国伝来の気功法で心身ともにリフレッシュしましょう。

定員：15人

講師：指庄・マツサージ師

畠山金美さん

回数：全10回

## 初めての押し花コース

色とりどりの花を使って素敵な作品を作りあげます。押し花で日々の生活を彩りましょう。

定員：15人

講師：押し花インストラクター

松井均さん

回数：全10回

## 初級者向け英会話コース

中学校で習った程度の知識で英会話を楽しんでみませんか？

※初級者向けの講座です。中級者以上は、ご遠慮ください。

定員：20人

講師：外国語指導助手

ネーサン・ハーメンズさん

回数：全8回

## 暮らしに役立つ法律コース

相続問題や保証人、悪徳商法対策など、暮らしの中で役に立つ法律を楽しく学びます。

定員：20人

講師：弁護士 有坂秀樹さん

回数：全6回



英会話コース

対象：一般成人

日時：12月7日～2月22日

毎週水曜日 午後7時～9時

※年末年始は休講します。

◎「暮らしに役立つ法律コース」は隔週開催です。

費用：各500円

◎「初めての押し花コース」は別途教材費が必要となりますので、中央公民館に問い合わせください。  
申し込み：受講費を添えて、直接、中央公民館へ

(定員になり次第締め切り)

受付期間：11月17日(木)～11月30日(水)

※土日・祝日を除きます。

## ヘルシーダイエット教室

問合せ アリナス ☎ 54-9200

アリナスで効果的、健康的に楽しくダイエットしましょう！

内容：

体力測定・ニュースポーツ  
バランスボールエクササイズ  
水中運動・ヘルシーランチ

日時：12月12日(月)

午前10時～午後4時

定員：16人

費用：1500円

(保険料・使用料・昼食代)

申し込み：12月8日(木)まで

(定員になり次第締め切り)

