

広報

2017

# つちうら

4

Tsuchiura Public Relations

No.1192

特集 平成29年度市政の運営方針



# 春の公民館講座 受講者募集

■**申込資格**／市内に居住または通勤している方

■**申込方法**／次のいずれかの方法でお申し込みください。

①**往復はがきで**

下の例のように記入し郵送してください。

(はがき1枚につき1人1講座)

②**公民館窓口で**(受付時間：午前9時～午後5時)

各講座を開催する公民館に、申込者の宛名を記入した郵便はがきを添えてお申し込みください。

③**パソコン・スマートフォン・携帯電話で**

市ホームページのお知らせ「春の公民館講座受講生募集」のページから、電子申請にてお申し込みください。(右の二次元バーコードからアクセスできます。)

(メールの受信制限をしている方は、「city.tsuchiura.lg.jp」からのメールを受信できるよう設定してください)



■**申込締切**／4月23日(日)(当日消印有効)

■**休館日**／4月10日(月)、17日(月)

■**受講者の決定**／定員を超えたときは抽選となります。結果は、はがきまたはメールでお知らせします。なお、5月16日(火)までに届かないときは、各公民館へお問い合わせください。

※教材費は通知にしたがって納めてください。

※都合により、中止または日程などが変更になることがありますので、ご了承ください。

※詳しくは、各講座を開催する公民館へお問い合わせください。

※個人情報は、講座運営の目的以外には使用しません。

■**表のみかた**

| 講座名     | 曜日 |
|---------|----|
| 開催する日にち |    |
| 時間      | 講師 |
| 内容      | 定員 |
| 持ち物     |    |
| 教材費     |    |

■**往復はがき記入例**

|                      |          |
|----------------------|----------|
| 52<br>(返信)           | □□□-□□□□ |
| 土浦市○○○○○<br>○○○公民館 行 |          |
| (返信・表)               | (返信・裏)   |

(何も記入しないでください)

|                  |                                                                        |
|------------------|------------------------------------------------------------------------|
| 52<br>(返信)       | □□□-□□□□                                                               |
| 郵便番号<br>住所<br>氏名 | (はがき1枚につき<br>1人1講座)<br>希望する講座名<br>氏名(ふりがな)<br>年齢・性別<br>郵便番号・住所<br>電話番号 |
| (返信・表)           | (返信・裏)                                                                 |

■**各公民館地図**



# 上大津公民館

〒300-0025 手野町3252 ☎828-1008

## 時短で美味しい らくらくごはん

5/31、6/28、7/26

時18:30~20:30 講石澤宏依  
(クッキングスクールネモト) 内おかずのリメイク術  
と余った食材の効果的な活  
用法を学んでみましょう。

定16人 持筆記用具、エプ  
ロン、三角巾、ふきん ¥  
3000円

## 夏の和菓子づくり

6/7・21

時10:00~12:00 講田中 誠  
(田中清月堂) 内涼しげな美  
味しい夏の和菓子を味わっ  
てみませんか。今回は錦玉  
とくず桜を作ります。

定25人 持筆記用具、エプロ  
ン、三角巾、ふきん、持ち  
帰り用容器 ¥1000円

## バランスボール エクササイズ!!

6/23・30、7/7・14・21・28

時10:30~11:30 講木村聡志  
内お腹や足腰せに最適な方  
法で憧れのくびれを作る。

定15人 持バランスボール、  
ヨガマット、飲み物、タオ  
ル、動きやすい服装、室内  
靴 ¥無料

## 上大津地区の 歴史を探る

6/10・24

時10:00~11:30 講土浦市  
学芸員 内上大津地区の歴史  
にスポットをあて、郷土の  
歴史を探ります。①上大津  
地区の発掘調査の成果につ  
いて、②沖宿出身の幕末の

医師安村江癡について 定30  
人 持筆記用具 ¥200円

## 手作り雑貨を作ろう (小・中学生向け)

7/8・22

時10:00~12:00 講倉持佳子  
(FEJライセンススクール)

内①デコパージュで作る  
トートバック、②手作りマ  
カロンを使ったインテリア  
雑貨 定20人 持ハサミ、ウ  
エットティッシュ、木工ボ  
ンド ¥1600円

## 体験から学ぶ 高齢者福祉講座

7/29、8/5・12・19

時10:00~12:00 講筑水会  
ライフサポートサランナ

ほか 内高齢者の心身の状態  
や認知症の症状、支援制度や  
施設について体験を通して  
学びます。 定20人 持筆記用  
具、動きやすい服装 ¥300円

## 土浦周辺古道を歩く 「志筑みち、鹿島・水戸街道」

5/28、6/4・11・18

時8:30~13:00 講市観光ボ  
ランティアガイド 内土浦周  
辺古道シリーズ第1弾。鹿  
島街道、志筑みち、藤代・

牛久間約30\*を散策しま  
す。 定40人 持筆記用具、  
タオル、飲み物、動きやす  
い服装 ¥1000円

## 暮らしに役立つ年金・ 医療保険の基礎知識

8/20

時10:00~11:30 講池田正雄  
内近年、制度が変化してい  
る年金・医療保険の基礎を  
解説します。 定30人 持筆記  
用具 ¥無料

※3 小学1~3年生は保護者同伴。

# 六中地区公民館

〒300-0836 烏山二丁目2346-1 ☎842-3585

## お手軽! 日曜大工講座

6/20・27、7/4

時13:30~15:30 講新田孝司  
(いばらぎ大工棟梁の会) 内  
初心者大歓迎! プロの大工  
の指導でマガジンラックな  
どを作ってみましょう。 定

15人 持かなづち、のこぎり、  
さしがね、かん 4500円

## かんたん!生地から 作るベーグル講座

6/14・21・28、7/5

時9:30~12:30 講藤田真紀  
(マキのパン屋) 内ヘルシー  
でおいしい卵・乳製品を使  
わないベーグル。たっぷり

野菜のサンドも味わえま  
す。 定20人 持筆記用具、  
エプロン、三角巾、手ふき  
¥4500円

## ジャイロキネシス 〜イスに座って行うヨガ〜

6/7・21、7/5・19、8/2

時13:30~15:00 講田中裕美  
(ジャイロキネシス認定ト  
レーナー) 内からだ本来の  
動きを取り戻し体幹を鍛え

柔軟性を高めます。イスに  
座って動くので普段運動を  
していない方もどうぞ。 定  
25人 持ヨガマット ¥無料

## 初夏のガーデニング

6/8・15・22

時13:30~15:30 講湯原英之  
(坂田園芸) 内夏に向けて庭  
やベランダを涼しげに。基  
本を学びます。(場所は坂田

園芸) 定20人 持筆記用具、  
園芸用手袋、移植ゴテ、剪  
定ばさみ、汚れてもいい服  
装 ¥6000円

## 大人気! ハッピー手相講座

6/16・23、7/7・21、8/4

時10:30~12:00 講青木 智  
(手相家) 内自分の手相が  
しっかり分かります。手相  
の楽しさ面白さを知りハッ  
ッピーに。 定15人 持筆記用  
具、ルーペ、ペンライト ¥

2500円

## 健康社交ダンス

6/11・18、7/2・16、8/6

時17:00~18:00 講矢口 潔  
(ボールルームダンス連盟) 内  
初心者向け、リズムに合わ  
せて踊ってみませんか? 若  
返りに非常に効果がありま  
す。 定男20人、女20人 持

ダンスシューズ ¥無料

## おもしろ理科教室 (小学校高学年向け)

8/20

時10:00~11:30 講松井 透  
(日本技術士会) 内ポンポン  
船を作ってみよう! ポンポ  
ン船が動く仕組みを理解し、  
実際に作成します。夏休み  
の自由研究にどうですか?

定20人 持筆記用具 ¥300円

## みんなで歌おう! なつかしい歌

6/25、7/2

時14:00~15:00 講嘉納奈  
津季 内誰もが知っているわ  
らべ歌や童謡などをみんな  
で歌いましょう。 定30人  
持筆記用具 ¥無料