

信篤公民館

2026年春・夏 公民館主催講座

No.	講座名	日程	内容	講師	定員	対象	費用
1	シニアのストレッチで 元気になろう	5/13・20 10:00～11:30 (全2回 水曜日)	ストレッチで柔軟な体作り、 フレイル予防に繋げよう	パーソナルトレーナー	12人	高齢者	
2	バイオリンと二胡 花によせてコンサート	5/30 14:00～15:30 (全1回 土曜日)	バイオリンと二胡の癒しの音色をお楽し みください *1件の応募で2人まで申し込み可	張会斌二胡アカデミー 高田福江 バイオリニスト 釣谷有里 ピアニスト 長島千聡	35人	一般	
3	みつばちからの贈り物	6/3 10:00～12:00 (全1回 水曜日)	蜂の命から生まれた世界で一つのミツ ロウクリームを作ろう	養蜂家 田中 リオ	14人	一般	1,500円
4	いちから始める韓国語	6/5・12・19 13:00～14:30 (全3回 金曜日)	ハングル文字を学び、挨拶や名前、簡単 な会話を楽しむ	韓国語講師 文 銀英	15人	一般	
5	魅せる 苔のミニテラリウム	6/25 13:30～15:00 (全1回 木曜日)	小さなボトルの中に無限の世界が広がる 苔テラリウム。 植え方、育て方、メンテナンスについて 学び、魅力的な苔の森を作ってみましょ う。	涼水庵 鈴木 敏之	10人	一般	1,500円
6	布ぞうりを作って 健やかに暮らそう	6/26・7/3 10:00～12:00 (全2回 金曜日)	古布を使って体に良い布ぞうりを作り、 健康に過ごす。 大人のTシャツ程度の布持参	菊池 貞子	10人	一般	800円