

セカンドライフを充実！生きがいつくりの講座一覧

どの講座でも、どの会場でも受講できます

諏訪市公民館【生きがい講座】

申込期間：9/2(月)～9/18(水)

No.	日時	講座名	内容	定員	会場/持ち物
1	9/25 10/2 10/9 10/23 10/30	干支人形作り ～巳年用の人形～ (全5回の連続講座)	来年の干支の「巳(へび)」 の人形を作ります。講師のて いねいな指導で世界に一つ の人形が出来ます。 5回の講座でゆっくり製作し ていきます。	残 7	会場 中洲公民館
	時間	9:00～12:00	受講料		2,000円
申込先 中洲公民館 52-1924					
2	9/29	実験講演会 「空気の流れを見る」	風洞実験装置を使って空気の 流れを観察し、なぜ飛行機や タコが飛ぶことができるの か、野球の変化球はなぜ曲が るのかを考えます。	残 57	会場 四賀公民館
	時間	13:30～15:00	受講料		無料
申込先 四賀公民館 52-0504					
3	10/9	女性セミナー公開講座 曲の背景を 探りながら歌おう ～高野辰之・中山晋平～	「ふるさと」「もみじ」の作 詞者高野辰之、「シャボン 玉」「テルテル坊主」の作詞 者中山晋平の歌	残 94	会場 文化センター
	時間	13:30～15:30	受講料		無料
申込先 諏訪市公民館 53-6219					
4	10/26	楽しい諏訪の散策 「中門川や上川はいつか ら今の流れになったのだ ろうか」	上川から四賀地区で取り込ん だ中門川の土手を辿りなが ら、昔はお城流れていたと いう上川の流れの変化を解き 明かします。	残 22	会場 四賀公民館
	時間	8:30～12:00	受講料		無料
申込先 四賀公民館 52-0504					
5	10/31	神の郷 偉功物語	諏訪にまつわる女神様や諏訪 家にまつわる姫様について紹 介します。	残 14	会場 四賀公民館
	時間	10:00～11:30	受講料		無料
申込先 四賀公民館 52-0504					
6	11/7	高ボッチから眺める諏訪 の絶景	諏訪湖越しにふるさと諏訪の 絶景を楽しみます。運が良け れば雲海の彼方に雄大な富士 山を望むことができます。	残 11	会場 四賀公民館
	時間	8:30～12:00	受講料		無料
申込先 四賀公民館 52-0504					
7	11/19	新ソバを味わう	誰でも簡単に蕎麦打ちがで きる「かねたろう式」の「G ショック加水法による水回し で蕎麦を打ち、新ソバを味わ います。	残 3	会場 中洲公民館
	時間	10:00～12:00	受講料		材料費1,500円
申込先 中洲公民館 52-1924					

セカンドライフを充実！生きがいづくりの講座一覧

どの講座でも、どの会場でも受講できます

諏訪市公民館【生きがい講座】

申込期間：9/2(月)～9/18(水)

No.	日時	講座名	内容	定員	会場/持ち物
8	11/20	現役セラピストが教える リンパケア体操	リンパの流れを意識した体操 で元気に生活できる健康な体 作りをします。	残 16	会場 豊田公民館
	時間	10:00～12:00	受講料		無料
申込先 豊田公民館 52-1587					
9	11/21	己書で巳年の年賀状に挑 戦	己書で巳年の年賀状を作りま す。	残 27	会場 文化センター
	時間	10:00～12:00	受講料		1,000円
申込先 諏訪市公民館 53-6219					
10	11/30	パンでつくる クリスマスリース	クリスマスをより楽しむた め、食べられるパンでクリ スマスリースをつくりま す。作った後は食べても飾 っても楽しめます。	残 3	会場 中洲公民館
	時間	13:30～15:30	受講料		材料費1,000円
申込先 中洲公民館 52-1924					
11	11/29 12/13	筆ペン習字の基本講座 (連続2回講座)	祝儀袋や年賀状などを筆記事 きれいに書けるよう学ぶ講 座です。初めての方でも自 信がつく人気の講座です。参 加経験者の方も復習、癖時 の修正に参加大歓迎です。	残 5	会場 四賀公民館
	時間	9:30～11:30	受講料		無料
申込先 四賀公民館 52-0504					
12	11/18	ちょっと知りたい相続税 対策	財産相続には税金がかかる？ 今回は生命保険と相続税の 関係や生前贈与などの相続 税についての一般知識を学 びます。	残 28	会場 湖南公民館
	時間	10:00～11:30	受講料		無料
申込先 湖南公民館 52-0553					
13	11/26	初めての資産運用	資産運用の運用方法やリス クと上手に付き合うポイン トなどの基礎知識を学びま す。	残 17	会場 豊田公民館
	時間	13:30～15:00	受講料		無料
申込先 豊田公民館 52-1587					
14	12/7	我が家で 本格キムチづくり	化学調味料なしで、調味料 も含めて自然な材料を使っ てキムチ作りに挑戦しま す。	残 3 組	会場 四賀公民館
	時間	14:00～16:00	受講料		3,000円
申込先 四賀公民館 52-0504					

セカンドライフを充実！生きがいつくりの講座一覧

どの講座でも、どの会場でも受講できます

諏訪市公民館【生きがい講座】

申込期間：9/2(月)～9/18(水)

No.	日時	講座名	内容	定員	会場/持ち物
15	12/14	お正月を愉しむ 「カドギでつくる龍のしめ飾りと鶴亀の飾り物」	8月のうら盆の盆ゴザや純じやの祭礼にはカドギ(マコモ)が使われます。そのカドギを使ってしめ飾りや置物を作りお正月の歳神様をお迎えしましょう。	残 9 組	会場 四賀公民館
					持ち物・他 わら工作ができる服装 軍手 ハサミ ※親子向け講座でも募集しています、ご夫婦でもお子様、お孫様と一緒にでも参加できます。
	時間	13:00～16:00	受講料	3,000円	
申込先 四賀公民館 52-0504					
16	12/21	ミニ門松づくり	手作りのミニ門松を部屋などに飾ってよい年を迎えましょう	残 2 組	会場 中洲公民館
					持ち物・他 剪定用のハサミ ※ご夫婦でもお子様、お孫様と一緒にでも参加できます。
	時間	9:30～12:00	受講料	材料費500円	
申込先 中洲公民館 52-1924					
17	12/23	お正月の生け花	迎春のための生け花を学びます	残 10	会場 中洲公民館
					持ち物・他 花器 ハサミ
	時間	13:30～15:00	受講料	材料費2,000円	
申込先 中洲公民館 52-1924					

※申込は各講座申込先の公民館に電話または、窓口でお申し出ください。

〔申込先〕

諏訪市公民館(本館) ☎ 0266-53-6219

豊田公民館 ☎ 0266-52-1587

四賀公民館 ☎ 0266-52-0504

中洲公民館 ☎ 0266-52-1924

湖南公民館 ☎ 0266-52-0553

※平日の午前9時から午後5時まで。本館のみ土曜日でも受付。