



はびきのふれ愛学のすすめ



陵南の森公民館 市民生涯学習講座(秋) 受講生募集

電話のみの受付です。
陵南の森公民館 ☎952-2751

- ◇※先着順、1通話で1人のみ1講座の申し込みです。受付時に住所・氏名・年齢・電話番号が必要です。代理申し込みでもかまいませんが、受講生の住所・氏名・年齢・電話番号(市外の方は勤務先、学校名)が必要です。
- ◇講座募集日時・講座運営費徴収期間は〔別途、受付(募集)日一覧表をご覧ください〕。各講座によって募集日時、講座運営費徴収期間は異なります。お間違えのないようお願いします。
- ◇定員に満たない場合は、9/27(金)まで【平日9:00～17:00、土日祝を除く】受付します。

■受付(募集)日一覧表

電話受付日時	講座運営費徴収期間	講座(事業)の名称
9/5(木) 10:00～	9/5(木) 13:00～17:00 9/6(金)～9/30(月) 9:00～17:00 (土日祝を除く) 徴収場所・陵南の森公民館	男の料理「あ・い・う・え・お」(秋)
		手編み入門講座
		女性セミナー(秋)
		次世代に伝える「郷土の歴史ガイダンス講座」
9/6(金) 10:00～	9/6(金) 13:00～17:00 9/9(月)～9/30(月) 9:00～17:00 (土日祝を除く) 徴収場所・陵南の森公民館	寄せ植え入門講座(秋)
		アロマ入門講座
		はじめてのお料理「あ・い・う・え・お」(秋)
		『パソコンIT』入門講座
		女性のための着付け入門講座
		『かんたん! 家計管理術』

※問合せ 陵南の森公民館 ☎952-2751

講座案内

男の料理【あ・い・う・え・お】

- 料理の基礎 「あ・い・う・え・お」から、ゆっくり、丁寧に学んでいただけます。
☆はじめての方でも安心講座☆
- 対象 : 羽曳野市在住、在勤、在学の男性の方
 - 会場 : 陵南の森公民館 2階 料理実習室
 - 時間 : 19:00～21:00
 - 定員 : 12人
 - 講座運営費 : 1,000円(※欠席しても返金しません)
 - 持物 : エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん(台拭き用・食器用)、筆記用具

開催日	内容	講師
10/10(木)	ハヤシライス・スープ	料理研究家 フードコーディネーター 足立 敦子
10/17(木)	炒飯・スープ	

手編み入門講座

- ◇ 小物作りを通して、かぎ針の基礎、手編みの楽しさを味わいましょう ◇
- 対象 : 羽曳野市在住、在勤、在学の方
 - 会場 : 陵南の森公民館 2階 会議・視聴覚室
 - 時間 : 13:00～15:00
 - 定員 : 20人
 - 講座運営費 : 3,000円(※欠席しても返金しません)
 - 持物 : かぎ針6号、8号

開催日	内容	講師
10/18(金)	かぎ針の使い方を知る	編み物講師 植田 寿々
10/25(金)	小物作り① コサージュ	
11/1(金)	小物作り② ネットレス	

女性セミナー(秋)『誰にでもできる正しい健康法Ⅱ』

- 対象 : 羽曳野市在住、在勤、在学の女性の方
- 会場 : 陵南の森公民館 2階 第2・3研修室
- 時間 : 15:00～16:30
- 定員 : 40人
- 講座運営費 : 1,500円(※欠席しても返金しません)
(※当講座は実技です。動きやすい服装で受講してください。)

開催日	内容	講師
10/18(金)	激しい運動よりも日常簡単にできるストレッチが身体に一番良く効果があらわれます。正しいストレッチ方法で身体の歪みを矯正し、健康でいつまでも若々しく過ごしましょう。	元宝塚歌劇団 ストレッチ講師 中村 素子
10/25(金)		
11/8(金)		
11/22(金)		
12/6(金)		

次世代に伝える「郷土の歴史ガイダンス講座」

羽曳野市の歴史や文化を学び、歴史遺産を継承するために、わたしたちにできることを考え、市内外に発信できる案内人となってみませんか。

- 対象 : 羽曳野市在住、在勤、在学の方
- 会場 : 陵南の森公民館 2階 会議・視聴覚室
- 時間 : 14:00～15:30
- 定員 : 40人
- 講座運営費 : 無料
- 持物 : 筆記用具

開催日	内容	講師
10/22(火)	「郷土の歴史再発見」	NPO法人 フィールドミュージアム・ 史遊会
11/5(火)	「世界文化遺産をめざす古市古墳群をもっと知ろう」	
11/12(火)	「過去を現在に、現在を未来に活かすガイダンス」	
11/26(火)	「古市古墳群散策まち歩き」	

寄せ植え入門講座(秋)

- 対象 : 羽曳野市在住、在勤、在学の方
- 会場 : 陵南の森公民館 中庭
- 時間 : 14:00～15:00
- 定員 : 40人
- 講座運営費 : 2,000円(※欠席しても返金しません)
- 持物 : 手袋、持ち帰り用袋(大きめのもの)

開催日	内容	講師
11/27(水)	この寄せ植え一つで、クリスマスもお正月も楽しんでいただけます。簡単ですので老若男女問わずどなたでも受講していただけます。	フラワー コーディネーター 田辺 加代

アロマ入門講座(秋)

- 対象 : 羽曳野市在住、在勤、在学の方
- 会場 : 陵南の森公民館 2階 料理実習室および実習室
- 時間 : 13:30～15:30
- 定員 : 20人
- 講座運営費 : 3,000円(※欠席しても返金しません)
- 持物 : 10/28 エプロン・三角巾・手拭きタオル・ふきん(台拭き用・食器用)
11/11 タオル・筆記用具・裁縫道具
11/18 タオル・筆記用具

開催日	内容	講師
10/28(月)	ハイビスカスごはん・ネトル塩・ローズマリー風味の大根煮・ダンディライオンゼリー	日本アロマ環境協会認定 アロマセラピー インストラクター 金銅 利江
11/11(月)	ふき取り無用のクレンジング・ハーブサシェ・秋の唇に潤いリップ	
11/18(月)	ヌカスクラブ・ゆず入りバスボム・手の消毒ジェル	

はじめてのお料理 『あ・い・う・え・お』

料理の基礎 「あ・い・う・え・お」から、ゆっくり、丁寧に学んでいただけます。
☆はじめての方でも安心講座☆

- 対象：羽曳野市在住、在勤、在学の方
- 会場：陵南の森公民館 2階 料理実習室
- 時間：19:00～21:00
- 定員：24人
- 講座運営費：2,000円(※欠席しても返金しません)
- 持物：エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん(台拭き用・食器用)、筆記用具

開催日	内容	講師
11/7(木)	ビーフシチュー	料理研究家・ フードコーディネーター 足立 敦子
11/14(木)	酢豚	
11/21(木)	炊き込みご飯	

『パソコンIT』入門講座(秋)

- 対象：羽曳野市在住、在勤、在学の方
- 会場：陵南の森公民館 2階 会議・視聴覚室
- 時間：13:30～16:30
- 定員：16人
- 講座運営費：1,300円(※欠席しても返金しません)
- 持物：筆記用具

開催日	内容	講師
11/22(金)	初めてパソコンに触れる方を対象にマウス操作や文字入力、文字の編集や年賀状の作り方を習得します。	羽曳野ITサポート会
11/29(金)		
12/6(金)		

女性のための着付入門講座(秋)

- 対象：羽曳野市在住、在勤、在学の女性
- 会場：陵南の森老人福祉センター 2階大広間
- 時間：19:00～21:00
- 定員：20人
- 講座運営費：1,200円(※欠席しても返金しません)
- 持物：着物、襦袢、腰紐など。詳しくは受付時に。

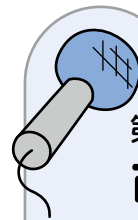
開催日	内容	講師
11/7(木)	着物の着方	着付講師 高岡 陽子
11/14(木)	名古屋帯の結び方	
11/21(木)	名古屋帯の結び方(希望者は二重太鼓の結び方)	
11/28(木)	名古屋帯の結び方(希望者は二重太鼓の結び方)	

かんたん!家計管理術

～7枚の封筒を使って簡単な予算管理を体験!～

- 対象：羽曳野市在住、在勤、在学の方
- 会場：陵南の森公民館 2階 会議・視聴覚室
- 時間：13:30～15:00
- 定員：40人
- 講座運営費：無料
- 持物：筆記用具、計算機

開催日	内容	講師
10/16(水)	家計管理は難しそう、ちょっと苦手…と感じる方も多いと思います。今回の講座で、家計管理のコツを学んでいただけます。	SMBCコンピュータファイナンス株式会社プロミス 心算橋お客様サービスプラザ 赤井 宏



第30回陵南ふれあいフェスタ 市民カラオケ大会 参加者募集

開催日時：10月5日(土)9:00～
会場：陵南の森公民館 研修室
応募受付：9月17日(火)10:00
陵南の森公民館 研修室1(9:30開場)

費用：無料
定員：先着50人
※電話などでの申し込み不可。

応募条件：羽曳野市民
申し込みは、1人1曲。曲目は、事務所備付けの通信カラオケ(DAM)一覧表よりお選びください。(歌は2コーラス)
※申込書は1人1枚配布。
※代理の方での申し込みは(住所、氏名、電話番号、生年月日、曲名、歌手名)を確認の上、おこしください。
※出場順は、陵南の森ふれあいフェスタ実行委員会にて決定します。

問合せ：陵南の森老人福祉センター ☎952-2751

第30回 陵南ふれあいフェスタ

10月2日(水)～10月6日(日) 9:00～19:00(10/6は16:00迄)

公民館サークル 作品展	陶芸・短歌・随筆・七宝焼・川柳・木目込み・写真・切り絵・水墨画・篆刻・俳句・ビーズ・ペン習字・書道・絵画・押し花・絵手紙・押し絵 など
----------------	---

10月4日(金)～10月6日(日) 9:00～19:00(10/6は16:00迄)

陵南の森老人福祉 センタークラブ作品展	書道・紙絵・俳句・写真・手芸・絵手紙・水彩画 など
------------------------	---------------------------

10月5日(土)～10月6日(日) 9:00～19:00(10/6は16:00迄)

公民館サークル作品展 羽老連作品展	手編み・洋裁・パッチワーク・キルト・生け花・手描き友禅 など
----------------------	--------------------------------

10月5日(土)

市民カラオケ大会	9:00～13:00	無料(参加受付は9月広報) 公民館 研修室
人形劇	14:00～15:00	無料 老人福祉センター 大広間 演目「こぶとりじいさん」他 (公民館サークル ポップコーン)
社交ダンス パーティー	13:30～16:30	無料(飲物付) 公民館 研修室 (公民館、老人福祉センター 社交ダンスサークル)

10月6日(日) ☆開会セレモニー

模擬店・即売会	10:00～16:00 (売り切れ迄)	グループ作品の各種即売 (陶器・ビーズ・七宝焼・バザー・飲食物 他)
お茶会	10:00～16:00 (受付15:00迄)	参加費300円(前売券9/4より) (公民館サークル) 中庭茶室
クラブ発表会	9:20～16:00	入場無料 公民館 研修室 (公民館サークル・陵南の森老人クラブ)
鍼灸・マツ サージ体験	10:00～16:00 (受付14:00迄)	無料 老人福祉センター教養娯楽室 (はびきの鍼灸マツサージ師協会)
紙絵づくり (5日・6日)	10:00～16:00 (受付15:30迄)	無料 老人福祉センターロビー (陵南の森老人福祉センター 紙絵サークル)

10月5日・6日 足湯ご利用いただけます。(10:00～16:00まで)

主催 陵南ふれあいフェスタ実行委員会
会場 陵南の森総合センター ☎952-2751

※陵南の森老人福祉センターの作品もご覧いただけます。

