

# はびきのふれ愛学のすすめ

**募集** 陵南の森公民館(春)の市民生涯学習講座の受講生を募集します。  
『公民館における新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン』  
等に基づいて3密防止などの対策をして実施予定

**申込期間** 各講座の受付開始日時～初回開催日3日前までの平日10:00～17:00  
※定員になり次第締切り

**申込方法** 陵南の森公民館へ電話で申込 ☎072-952-2751 ※電話のみの受付  
●1通話で1人のみ1講座の申込(食育講座は1組単位)。  
受付時に氏名・年齢・電話番号が必要。代理申込可。

**お願い** 下記の点あらかじめご了承ください。  
※最少催行人数に満たない場合は講座を中止する場合があります。  
※お申込み後の、返金はできません。  
※講座運営費、材料費については、各講座初日に持参ください。  
(お釣りの無いようにご用意願います)

・・・注意・・・

陵南の森運動広場は駐車場として使用  
できません。公共交通機関または公共  
施設循環バスをご利用ください。

市ウェブサイト(陵南の森公民館のページ)  
に関連記事掲載中

※本紙掲載の講座や催しなどは、新型コロナ  
ウイルス感染症の拡大状況などにより、  
内容の変更や、延期・中止の可能性が  
あります。詳しくはお問い合わせください。

## R4-01 ●ヨガ入門講座(春)「健康と幸せをよぶヨガ」 申込 4月5日(火)14:00～電話で申込

講師 ヨガ講師 不死川 麻子 氏 会場 陵南の森公民館2階 第2・3研修室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方 定員 25人

講座運営費 2,000円 ※講座初日に持参 持物 マスク、汗ふきタオル、水分補給用飲料、動きやすい服装

5月27日、6月10日、24日、7月8日、22日(金)14:30～15:45(開場14:00)簡単なポーズを中心に、無理なく動いていきます。

## R4-02 ●文芸セミナー(春)「三島由紀夫の傑作演劇『サド侯爵夫人』を読み解く!」 申込 4月5日(火)14:00～電話で申込

講師 大阪大谷大学文学部教授 東 典幸 氏 会場 陵南の森公民館2階 会議・視聴覚室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方

定員 20人 講座運営費 1,600円 ※講座初日に持参 持物 マスク、筆記用具 開催時間 14:00～15:30(開場13:30)

5月17日(火) はじまり「奥様。そんなおそろしいことを!」、5月24日(火) 第一幕「女が男にだまされることなんぞ、一度だって起こりはいたしません」、6月7日(火) 第二幕「お前が貞淑と言うと妙にみだらにきこえる」、6月28日(火) 第三幕「忘れたか、私はサド侯爵だ」

## R4-03 ●篆刻入門講座(春)「自分の名前を刻みましょう」 申込 4月6日(水)10:00～電話で申込

講師 日本篆刻家協会理事 東尾 高岳 氏、他 会場 陵南の森公民館2階 実習室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方 定員 8人

講座運営費 1,200円 ※講座初日に持参 持物 マスク、鉛筆(B以上)、手鏡、小筆2本、ティースプーン

5月13日、6月10日(金)10:00～11:30(開場9:30)自分の名前のハンコを作りましょう(2週で仕上げさせていただきます。)

## R4-04 ●七宝焼き入門講座(春)「金属と釉薬と高温を使って」 申込 4月6日(水)10:00～電話で申込

講師 あじさいクラブ(公民館登録グループ) 会場 陵南の森公民館2階 実習室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方

定員 8人 持物 マスク、ピンセット 開催時間 10:00～11:30(開場9:30)

6月2日(水)「猫のペンダント」、6月16日(水)「素敵なブローチ(何ができるかお楽しみ)」

費用 2,000円(内訳:講座運営費400円、材料費1,600円) ※講座初日に持参

## R4-05 ●メンズクッキング入門講座①(春)「我が家は居酒屋」 申込 4月6日(水)14:00～電話で申込

講師 料理研究家 足立 敦子 氏 会場 陵南の森公民館2階 料理実習室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方 定員 12人

持物 マスク、エプロン、三角巾、ふきん(食器拭き用・台拭き用)、持ち帰り用容器

5月19日(水)「キャベツ焼き 他」、5月26日(水)「和風から揚げ 他」 13:30～16:00(開場13:00)

費用 1,800円(内訳:講座運営費400円、材料費1,400円(@700円)) ※講座初日に持参

## R4-06 ●メンズクッキング入門講座②(春)「小腹が空いたら、粉から作ろう」 申込 4月6日(水)14:00～電話で申込

講師 料理研究家 足立 敦子 氏 会場 陵南の森公民館2階 料理実習室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方 定員 12人

持物 マスク、エプロン、三角巾、ふきん(食器拭き用・台拭き用)、持ち帰り用容器

6月16日(水)「皮から作る焼き餃子」、6月23日(水)「生地から作るピッツア」 13:30～16:00(開場13:00)

費用 1,800円(内訳:講座運営費400円、材料費1,400円(@700円)) ※講座初日に持参

#### R4-07 ●本格手打ちそば道場(春) 申込 4月7日(休) 10:00～電話で申込

講師 そば打ち講師 淵上 清氏、他 会場 陵南の森公民館 2階 料理実習室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方  
定員 6人 (A班3人、B班3人) 計12人 持物 マスク、エプロン、三角巾、タオル(新しいもの2枚)、ふきん(食器拭き用・台拭き用)、持ち帰り用容器

5月12日(休)、6月9日(休)のどちらかを選択 A班 10:00～11:00(受付9:30～)、B班 11:00～12:00(受付10:30～) 有名国産そば粉を使って、そば粉をこねるところから麺切りまで、マンツーマンで指導。(※当日の試食はありませんが、美味しいざるそば・汁そばの作り方も説明あり)。

費用 1,500円(内訳:講座運営費200円、材料費1,300円) ※講座初日に持参

#### R4-08 ●南河内の郷土料理「あかねこ餅をつくろう」 申込 4月7日(休) 10:00～電話で申込

講師 河原城ボランティアクラブ 会場 陵南の森公民館 2階 料理実習室 対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方 定員 12人  
持物 マスク、エプロン、三角巾、ふきん(食器拭き用・台拭き用)、持ち帰り用容器

6月21日(火) 10:00～12:00(開場9:30) 田植えが終わったことに感謝していただく、南河内の昔のおやつです。

費用 500円(内訳:講座運営費200円、材料費300円) ※講座初日に持参

#### R4-09 ●クラフトバンド初級講座(春)「ゴロゴロ野菜のバスケット」 申込 4月7日(休) 14:00～電話で申込

講師 クラフトバンド手芸講師 KEA 認定講師 山見 裕子氏 会場 陵南の森公民館 2階 実習室  
対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方 定員 8人 持物 マスク、速乾性木工用ボンド、小型洗濯ばさみ15個、はさみ、筆記用具、手拭きタオル(またはティッシュ) 開催時間 13:30～15:30(開場13:00)

5月20日(金)「クラフトバンド工芸の概要説明、基本組み」、5月27日(金)「本編みと仕上げ」

費用 1,200円(内訳:講座運営費400円、材料費800円) ※講座初日に持参

#### R4-10 ●クラフトバンド中級講座(春)「テーブル華やぐティッシュBOX」 申込 4月7日(休) 14:00～電話で申込

講師 クラフトバンド手芸講師 KEA 認定講師 山見 裕子氏 会場 陵南の森公民館 2階 実習室  
対象 羽曳野市在住、在勤、在学の方。初級講座受講者及び経験者の方 定員 8人 持物 マスク、速乾性木工用ボンド、小型洗濯ばさみ15個、はさみ、筆記用具、手拭きタオル(またはティッシュ) 開催時間 13:30～15:30(開場13:00)

6月17日(金)「基本組み」、6月24日(金)「本編みと仕上げ」 入門講座経験者対象。ワンステップ進みましょう!

費用 1,200円(内訳:講座運営費400円、材料費800円) ※講座初日に持参

#### 陵南の森老人福祉センター生きがい講座

##### 「そろばんを使った脳トレ入門講座」

【講師】西 優子氏

【会場】陵南の森公民館 2階 会議・視聴覚室

【対象】60歳以上の市民

【定員】21人 【持物】マスク・そろばん・筆記用具

【費用】1,300円(内訳:講座運営費1,000円・教材費300円)

※費用は講座初日に持参

※受講料の返金は一切できませんので、ご了承ください。

【開催日時】5月16日、6月6日・20日、7月4日・25日、9月5日・26日、10月17日、11月7日・21日(月) 10:30～11:30

【申込】4月13日(休) 10:00 陵南の森老人福祉センター(☎072-952-2751)で電話受付開始

※先着順、1人1通話のみ。

申込時に氏名・電話番号が必要。代理申込可。

※定員に満たない場合、申込日以降4月28日(休)までの受付(平日のみ9:00～17:00)

そろばんの経験がない方も安心して受講していただけます



#### 向野老人いこいの家(各種教室) ☎072-952-0033

<会場>向野老人いこいの家 <対象>60歳以上

<申込>4月4日(月)～6日(水)に向野老人いこいの家まで電話で申込。

※教室の日程は変更する場合があります。

##### ●カラオケ教室

(5月～令和5年3月) 毎月第2(火) 14:00～16:00

【定員】40人(先着順) 【費用】無料

##### ●ちぎり絵教室

(5月～令和5年3月) 毎月第2(月) 13:30～15:00

【定員】10人(先着順) 【費用】材料費実費

##### ●大人の折り紙教室

(5月～令和5年3月) 毎月第2(火) 13:30～15:00

【定員】10人(先着順) 【費用】無料

##### ●パソコン教室(①②③から1教室を選択)

<OSはWindows10、Office2013>

##### ①スクラッチプログラム入門

5月18日(火)・19日(水)・25日(火)・26日(水)

##### ②ワード入門

6月15日(火)・16日(水)・22日(火)・23日(水)

##### ③エクセル入門

7月20日(火)・21日(水)・27日(火)・28日(水)

【時間】13:30～16:30 【定員】10人

【費用】テキスト代 ①2,000円 ②③1,500円

※テキスト代を支払って受付完了となります。