【12月】小倉北区市民センター講座案内

市民センター	講　座　名	日にち	時　間	定員	講　師	内　容	受付開始日
小倉中央	「来てっちゃ中央！～あそびにおいでよチュチュタウン！ミニプログラム～」チュチュタウンのクリスマス会	12/1（火）	10:00～11:00	未就園児親子10組	小倉中央市民センター子育てサポーター 靏田ひとみ	親子でクリスマスの雰囲気を楽しみましょう。	11/2（月）
到　津	「みんなまつまれ！ひよこぐみ」クリスマス会	12/2（水）	10:30～12:00	親子15組	英語講師　今田　信枝	季節を感じる行事、クリスマス会をみんなで楽しみましょう。	
貴　船	「ステキな生き方教室」今日から始める「貯筋」生活	12/2（水）	10:30～11:30	50	小倉きふね病院リハビリテーション科　医師　橘　智弘	つまずかない、元気に歩ける体づくりについて学びます。	10/1（木）
泉　台	「年末年始を彩る～和の手しごと講座～」しめ飾りを作ろう	12/4（金）	10:00～12:00	15	*drops*　野上　陽子	水引きやドライフラワーなどを使って、世界に一つだけのしめ飾りを作ります。材料費:1,300円	11/2（月）
中　島	「みんなの健康講座」あなたの野菜、足りていますか？	12/4（金）	10:00～12:00	30	新小倉病院管理栄養士　神宮　碧依	野菜の力や摂取方法を学び、更なる健康へつなげましょう。	11/9（月）
足　立	「あだち みんなのまなびば」うどん作り体験	12/5（土）	10:00～13:00	20	小倉そば塾代表　岡本　道和	人気の手打ちうどん作りを体験した後、試食します。 材料費:500円	11/20（金）
小倉中央	「来てっちゃ中央！ハートフルふれあい人権講座」　人権週間に贈るフルートコンサートと絵本の朗読	12/5（土）	13:00～14:30	50	フルート奏者　石川　由梨佳	人権に関する絵本の朗読と音楽を通して、人権とは何かを考えましょう。	11/2（月）
南小倉	「南小倉あったか講座」いのちの贈り物～ドナーと共に生きる～	12/5（土）	10:00～12:00	30	ピアニスト　児嶋　由紀	ピアノ演奏を交えて、ご自身の腎臓移植体験談を語ります。	11/2（月）
西小倉	「西小倉いきいきカレッジⅡ」冬場の健康法について	12/7（月）	14:00～15:00	20	新小倉病院	寒さや乾燥で体調を崩しやすい冬場の健康法について学びます。	11/13（金）
泉　台	「歯科たま講座」いつまでも自分の口で食べるために	12/8（火）	10:00～12:00	20	公立学校法人九州歯科大学教授　船原　まどか 口腔保健学科学生	「咀嚼力の維持・向上ゲーム」を通して、身体全体の健康に影響をもつことを知ります。	9/1（火）
到　津	「みんなの学び場～そよ風塾」「利他」のDNAをたどる旅へ～医師・中村哲の「源流域」から考える	12/8（火）	10:00～12:00	30	ギラヴァンツ北九州　取締役会長　玉井　行人	中村哲の生涯を通し、変化の激しい社会情勢の中、変わらぬ「助け合い」の精神で持続可能な地域の発展を目指します。	11/1（日）
小倉中央	「来てっちゃ中央！～大人の手仕事講座～」しめ縄づくり	12/8（火）	10:00～12:00	10	小倉中央市民センター職員　高口　美紀	自分で作ったしめ飾りで、お正月を迎える準備をしましょう。材料費:500円	11/2（月）
泉　台	「年末年始を彩る～和の手しごと講座～」心を込めて絵手紙を描こう	12/10（木）	10:00～12:00	10	絵手紙講師　菅藤　弥生	年賀状離れが進む昨今、手作りの絵手紙で心を込めた新年の挨拶をしませんか？材料費:500円	11/2（月）
三郎丸	「みんなで自分磨き講座Ⅱ」紅茶いっぱいのしあわせ	12/10（木）	10:00～11:30	16	元『紅茶亭』オーナー　片上　三枝子	紅茶の美味しい淹れ方を学び、香りや味を楽しみながら「ほっとする時間」を過ごしましょう。 材料費:150円	11/2（月）
中　井	「なかいさくらカレッジPART2」しめ縄手作り時間～わたし色のお正月飾り～	12/10（木）	10:00～11:30	12	ハンドメイド愛好家　石井　忍	古来の伝統文化に親しみつつ、身近な材料で工夫してしめ縄を作成します。材料費:300円	9/10（木）
清　水	「手から幸せ♡」講座新春寄せ植え講座	12/17（木）	10:00～11:30	12	白野江植物公園植栽担当　梶山　眞未	華やかな新春を迎えるのにふさわしい寄せ植えをしましょう。材料費:1,800円	11/2（月）
南　丘	「こぐまの塾」スッキリ暮らそうお片付け！～心もほどけて笑顔になろう～	12/17（木）	13:30～15:30	30	家事ラク収納コンシェルジュ　元重　香代	人生100年時代、心豊かに過ごすために、片付けの極意を学び、実践できるようになりませんか？	11/4（水）
南　丘	「ほたるんラボ」腸活のすすめ～無添加味噌と塩麹づくり～	12/18（金）	10:00～12:00	15	みそラシド代表　佐野　典子　ほか	麹(こうじ)について学び、美味しい味噌や塩麹をつくりませんか。材料・保険代等:2,450円	11/4（水）
貴　船	「きふねセミナー」生け花～四季を生ける日本の美意識～	12/22（火）	10:00～12:00	10	華道家　疋田　恵子	花材の選び方や、生け花の基本を学び、春を迎える作品作りに挑戦します。花材代:2,500円	10/1（木）
清　水	「手から幸せ♡」講座オーブンを使ったランチ講座	12/22（火）	10:30～13:00	15	西部ガス(株)専任講師	メニューはおやき、オムレツ、天板ケーキの予定です。 材料費:500円	11/2（月）
富　野	「福美スクール」おしゃれなXmasネイル講座	12/22（火）	10:00～12:00	20	福岡美容専門学校　講師	ちょっとおしゃれなXmas！取り外しの出来る華やかなネイルチップを作成します。材料費:300円	11/25（水）
北小倉	「人情下町北小倉塾みんなde健康」クリスマスコンサート～心に響く映画音楽の調べ～	12/23（火）	10:00～12:00	40	エレクトーン奏者　上松　康高	懐かしの映画音楽をエレクトーン演奏でお楽しみください。	10/23（金）
桜　丘	「桜うるおい塾Ⅱ」心に潤いを　フラワーアレンジメント	12/23（水）	14:00～16:00	12	フラワーデザイナー　和田　政子	人気のフラワーアレンジメント講座です。自分らしく思いのまま花を飾りましょう。材料費:2,000円	12/1（火）
足　原	「午前10時のサロンあしはら」クリスマスコンサート	12/24（木）	10:00～12:00	60	荻山　勢一　加嶋　明洋 辻　利之　森原　信恵	音楽を通じて、感動や喜びを共有し、馴染みのクリスマスソングを一緒に歌い楽しみます。	12/1（火）
富　野	「とみのカレッジ」おしゃれなしめ飾り作り	12/24（木）	14:00～15:30	15	昇華道　岡村　友利絵	松竹梅や水引きなどを使って、お部屋の中にも飾りたくなるような、おしゃれなしめ飾りを作ります。材料費:2,000円	11/16（月）