

◆◆◆ 平成28年度 うるま市立公民館講座 開講予定一覧 ◆◆◆

担当 公民館	講座名	内容	開催月
石川地区公民館	実践的アドラー心理学	前向きに生きる勇気が出る講座	5月
	かぎやで風講座	琉舞「かぎやで風」を男性のみで踊ります	6月
	うたごえ講座	愛唱歌と沖縄民謡によるヴォイストレーニング	6月
	産後のバランスボール講座	赤ちゃんと一緒に、産後の体力UP!	9月
	ソーイング講座	簡単チュニック作り	10月
	着付け講座	着付けの基礎から名古屋帯の結び方までを学ぶ	11月
	アイシングクッキー	アイシングの基礎と行事向けのクッキー作り	11月
	足裏健康法	自分の健康は自分で守る! 足つばで血行を良くする方法を学び自己治癒力を高めよう	10月
	読み読み講座 ～楽しい朗読・読み聞かせ～	お話の膨らませ方、ひきつけ方等、読んで楽しく聞いてわくわくする音読のコツをお伝えします	未定
与那城地区公民館	ステップダンス	ラテンの軽快な音楽と心地よいリズムで身体を動かし頭の体操も兼ねる	5月
	島唄・カチャーシー講座	歌・三味線・太鼓・三板の伴奏で民謡・島唄の合唱・カチャーシー	7月
	古典琉球舞踊鑑賞講座	琉球古典芸能コンクールの課題曲を、舞踊の背景・着付け・衣装・髪型・小道具の解説	未定
	伊江島ハンドゥグワー歴史めぐり	悲歌劇についての座学・辺土名のハンドゥグワー生家歴史巡り	12月
	盆栽講座	盆栽の剪定・針金の巻き方等の指導	1月

担当 公民館	講座名	内容	開催月
勝連地区公民館	フラワーアレンジメント	生活に彩りを…身近なお花をアレンジメント!	5月
	親子IT講座	「ITっておもしろい!」親子で、ITを身近に感じてみよう!	6月
	アロマを使ってボディートーク	身体がほぐれると心もほぐれるアロマケア	6月
	氣質学	氣質学からみるコミュニケーション術	7月
	つまみ細工	針と糸が苦手な私でも出来ちゃった! ちりめん小物作り	7月
	パソコン講座	初心者講座(前半)	未定
	セルフジェルネイル	自分で出来るジェルネイルとセルフケア	9月
	沖縄そば作り	今年の沖縄そばの日は、自分で作る手打ち麺でくわち〜さびら!	9月
	お豆腐をつかったスローフード	お豆腐を使ったいろいろな料理にチャレンジ!	10月
	ストレッチポールエクササイズ	ストレッチポールを使い体幹と体調を整える	10月
	リトミックアート	音と色彩・五感を使って、自由に表現	10月
パソコン講座	初心者講座(後半)	未定	

※ 講座の内容等、変更する場合があります。詳細については広報でお知らせ致しますのでご確認ください。



公民館だより

石川地区公民館 ☎964-3433
勝連地区公民館 ☎978-7194
与那城地区公民館 ☎978-6836

～実践的アドラー心理学～
前向きに生きる勇気が出る講座

【日時】5月19日(木)～8月4日(木)
午後2時～午後4時
第1・3木曜日(全6回)

【場所】石川地区公民館 【講師】福岡 百合子氏

【定員】20名 【受付期間】5月9日(月)～5月13日(金)

お問い合わせ・申込先/石川地区公民館 ☎ 964-3433



受講生募集!!

公民館講座のご案内

※各講座とも、定員を超えた場合は抽選となります。
※日程、内容など変更する場合がございます。ご了承ください。
※受講料は無料ですが、講座によっては教材費を徴収する場合があります。お申込み時にご確認ください。

男性参加も大歓迎!!



フラワーアレンジメント

【日時】5月25日(水)～6月8日(水)
午後2時～午後4時
毎週水曜日(全3回)

【場所】勝連地区公民館
【講師】安慶名 みか氏

【定員】15名 【受付期間】5月2日(月)～5月13日(金)

お問い合わせ・申込先/勝連地区公民館 ☎ 978-7194



ステップダンス

～懐かしいディスコ音楽の軽快なリズムで体と頭の体操をしよう～

【日時】5月11日(水)～6月8日(水)
午後2時～午後4時
毎週水曜日(全5回)

【場所】与那城地区公民館 【講師】安座間 盛秋氏

【定員】30名 【受付期間】4月11日(月)～4月28日(木)

お問い合わせ・申込先/与那城地区公民館 ☎ 978-6836

