

受講生募集!!

# 公民館講座のご案内



※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。 ※各講座とも、定員を超えた場合は抽選となります。  
お申込み時にご確認ください。 ※日程、内容など変更する場合もございます。ご了承ください。

## 野菜ソムリエに学ぶ 玄米菜食レッスン講座

【日時】 5月14日(水)、28日(水)  
6月11日(水)、25日(水)  
午前10時～午後1時  
隔週水曜日(全4回)  
【場所】 健康福祉センター うるみん  
【講師】 大友 美幸 氏 (ジュニア野菜ソムリエ)  
【定員】 25名  
【受付期間】 4月24日(木)～5月2日(金)



【お問い合わせ・申込先】 石川地区公民館 ☎964-3433

## ハーモニカ初心者講座Ⅱ

【日時】 5月21日(水)～6月18日(水)  
午前10時～正午  
毎週水曜日(全5回)  
【場所】 与那城地区公民館  
【講師】 照屋 寛八 氏  
【定員】 20名  
【受付期間】 5月1日(木)～5月14日(水)



【お問い合わせ・申込先】 与那城地区公民館 ☎978-6836

## 超!初心者のパソコン講座

【日時】 5月26日(月)、28日(水)、30日(金)、  
6月2日(月)、4日(水)、6日(金)  
午後2時～午後4時  
毎週月・水・金曜日(全6回)  
【場所】 勝連地区公民館  
【講師】 熊崎 泰司 氏  
【定員】 18名  
【受付期間】 5月12日(月)～5月16日(金)



電源の入れ方から教えます

【お問い合わせ・申込先】 勝連地区公民館 ☎978-7194



2月開講のパソコン講座。受講生からも、焦らず、ゆっくり、分かりやすく、60歳以上でも学ぶ楽しさあり!と評判でした。

講座レポート ⑧

## 平成26年度 うるま市立公民館講座予定表

担当公民館	講座名	内容	開催月	担当公民館	講座名	内容	開催月
石川地区公民館	野菜ソムリエに学ぶ玄米菜食レッスン講座	ヘルシー食材・玄米菜食レッスンしましょ!	5月	勝連地区公民館	超! 初心者のパソコン講座	電源の入れ方から始める、初心者向けのパソコン講座	5月
	はじめてのお茶	茶の心を学ぶ。初心者のための土曜日講座	6月		結書(ゆいしよ)教室	～筆で遊び書き～	6月
	コミュニケーション英会話(基礎編)	外国人講師による基礎的なコミュニケーション英会話	6月		ズンバゴールド	ズンバの曲に合わせてトレーニング。めざせメリハリボディー!	7月
	～子ども夏休み企画～自由研究のヒントあり...	樹木医と一緒にみどりの研究、エコクラフト、おやつ作り等	7月		ももココロさんと漫画教室	漫画の基礎を学びながら、4コマ漫画を描こう!	8月
	バレトン講座	バレエ・ヨガ・フィットネスの複合エクササイズ	9月		親子自然体験 サンゴの大切さを学ぼう!	なぜサンゴが大切なの?親子で一緒に考えよう	8月
	レザークラフト	皮細工でオリジナル小物作り	10月		はじめての腰機織り教室	伝統の織り技術を学び、作品づくりに挑戦!	9月
	うるま市の偉人・歴史・文化	未定	11月		パソコン講座	初心者向けのパソコン講座	9月
	樹脂粘土	来年の干支飾り(ひつじ)作り	12月		沖縄のわらべ唄と民話	親子でわらべ唄・民話を通して、昔あそびを体験する。	9月
与那城地区公民館	ハーモニカ初心者講座Ⅱ	なじみ深いハーモニカで心身の健康を図る。暮らしに彩りを!	5月		おもろさうし講座	「おもろさうし」を読み誦しながら、王朝時代の言語、歴史、文化を学ぶ。	10月
	ダンスムーブメント講座	リズムによって、心地よい動きやストレッチで、心と体を整える。	7月		挑戦してみよう! パン作り	みんなが喜ぶ手作りパン	10月
	家庭菜園	初心者向けの野菜づくりに必要な知識を習得する。	9月	デジタル一眼レフカメラ講座	デジタル一眼レフカメラの基本操作と撮り方を学ぶ!	11月	
	絵本の読み聞かせスキルアップ	表現力の豊かさに触れて学び、イメージしながら絵を読む。	10月	腸もみ講座	エクササイズを取り入れながら、腸もみをマスターする。	12月	
	親子で楽しむ野鳥観察	野鳥観察を通し、自然との触れ合いを楽しむ。	11月				

※講座の内容等、変更する場合があります。一部、健康福祉センターうるみん及び中央図書館で開催する講座があります。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。