

No.	講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	参加費	公民館
8	楽しく！話してみよう	7月7日・14日・21日	木	午前10時～ 11時30分	3回	12人	無料	谷和原
	<p>「話す」って楽しい！！</p> <p>「ラヂオつくば」のパーソナリティを務める講師の下、体験を通して学んでいきます。「上手に話そうと思わなくていいんだよ！」「身近にあることを取り上げ話すことで共感が得られるんだよ」そんな内容です。お子さんの成長とともに、人前で話す機会が増えることもあると思います。そこで、人前で「楽しく！話す」秘訣を体験してみませんか？</p> <p style="text-align: right;">講師：赤羽 <small>あかばね</small> 敦子 <small>あつこ</small></p>							
9	小さなお花の教室	8月2日、9月6日、 10月4日、11月8日、 12月6日	火	午前10時～ 11時30分	5回	15人	5,000円	谷和原
	<p>フラワーアレンジメント教室</p> <p>お花は「人をきれいにする・人をやさしくする」と言われます。そんなお花を身近に感じてみませんか？まずはフラワーアレンジメントの基本を学び、ハロウィンやクリスマス、お正月のアレンジにチャレンジしてみましょう。</p> <p style="text-align: right;">講師：河原 <small>かわはら</small> 由美 <small>ゆみ</small></p>							
10	真夏の音楽祭	8月24日	水	午前10時30分 ～正午	1回	30人	無料	谷和原
	<p>音楽は「心」の栄養剤</p> <p>茨城県警察音楽隊の方々の演奏で、暑い！暑い！ひとときを、さわやかに過ごしてみませんか？そして、音楽で心に栄養補給してみましよう！心が「ホット」し、そしてウキウキしてくるはずです。当日は「ジブリの音楽」も演奏予定ですので、お子さんから大人まで楽しめる音楽会です。</p> <p style="text-align: right;">演奏：茨城県警察音楽隊</p>							

料理講座

問 伊奈公民館 ☎ 58 - 5081 / 谷和原公民館 ☎ 52 - 2141

No.	講座名	開講日	曜日	時間	回数	定員	参加費	公民館
1	季節の和菓子を作ろう	5月19日 6月2日・16日 7月7日・21日	木	午前10時～正午	5回	12人	3,000円	伊奈
	<p>四季折々の伝統の和菓子。見た目もきれいで、食べるのがもったいないような季節感あふれる素敵な和菓子を作ることができます。できあがった和菓子はケースに入れて持ち帰っていただきます。今回は春から夏にかけての和菓子を作ります。初めての方でも、先生がレシピを基にゆっくり丁寧に進めてくださいます。</p> <p style="text-align: right;">講師：吉武 <small>よしたけ</small> 礼子 <small>れいこ</small></p>							
2	農園で石窯ピザに挑戦！	5月26日	木	午前9時～午後1時	1回	20人	1,600円	伊奈
	<p>家族で、友だち同士で、みんなで楽しめる石窯ピザ作り体験にチャレンジしてみませんか。ピザ生地はつくば産小麦ユメシホウと米粉のミックスで、ソースも手作りです。生地作りから始め、野菜も自家農園で栽培したものを使います。石窯で焼いた後は自分で作ったものを食べます。少し位、形が変でも大丈夫。お店で食べるより、おいしく感じるかもしれません。飲み物・デザート付き。当日は、伊奈公民館に集合後、バスでつくば市へ移動します。</p> <p style="text-align: right;">講師：中泉 <small>なかいずみ</small> 美江子 <small>みえこ</small></p>							
3	ご飯をたべよう① 飾り巻き寿司 作ってみよう！	4月28日	木	午前10時30分 ～午後1時	1回	12人	2,200円	谷和原
	<p>こどもの日を祝う 楽しく！おいしく！彩りを！</p> <p>子どもの日をテーマに楽しく！美味しく！今、人気の飾り巻き寿司（のり巻き）作りにチャレンジします。巻いて切り分けたとき「わぁ!!」と、驚く感動的なお寿司です。</p> <p style="text-align: right;">講師：関 <small>せき</small> 恵美 <small>めぐみ</small></p>							
4	ご飯をたべよう② ライスバーガーを 作ってみよう!!	5月12日	木	午前10時～正午	1回	12人	1,200円	谷和原
	<p>今話題のライスバーガーをご家庭で！</p> <p>残りご飯でも作ることでできる「ライスバーガー」と「ライスサラダ」を作ってみましよう。残りご飯を、フライパンで焼いて、レタスと焼肉??それともレタスと鳥のから揚げにタルタルソース?? 昨夜の残りのきんぴら? 残りもののおかずを活用して「節約メニュー」と参りましよう。子どもから大人まで楽しめるメニューのできあがりです。</p> <p style="text-align: right;">講師：浅沼 <small>あさぬま</small> 敏子 <small>としこ</small></p>							