

伊奈公民館

講座名	ニイハオ！中国語講座	定員	20人
開催日時	6月～10月までの第2・第4日曜日（6月10日・24日、7月8日・22日、8月12日・26日、9月9日・23日、10月14日・28日） 午前9時～11時	開催場所	伊奈公民館
		費用	無料
内容	発音の基礎から始め、日常会話を中心に中国語を学びます。初めての方も気軽にご参加ください。 まずは大きな声で「ニイハオ！」から始めましょう！		

講座名	間宮 林蔵 歴史講座	定員	20人
開催日時	6月～10月までの第2・第4金曜日（6月8日・22日、7月13日・27日、8月10日・24日、9月14日・28日、10月12日・26日） 午後1時30分～3時	開催場所	伊奈公民館
		費用	無料
内容	郷土が生んだ偉人・間宮林蔵。彼の偉業の歴史をひも解いていきましょう。 いざ、歴史の世界へ！（林蔵ゆかりの地を訪ねる校外学習も予定しています。費用は別にかかります。）		

講座名	からだいきいき！ヘルス体操講座	定員	40人
開催日時	6月～10月までの第1・第3火曜日（6月5日・19日、7月3日・17日、8月7日・21日、9月4日・18日、10月2日・16日） 午前10時～11時30分	開催場所	伊奈公民館
		費用	無料
内容	茨城県立健康プラザ推奨の介護予防リハビリ体操です。 専門の指導士による無理のない体操なので、初めての方でも大丈夫！気軽にご参加ください。		

講座名	銀粘土アクセサリー講座	定員	10人
開催日時	7月11日(水)・25日(水) 午後1時～3時	開催場所	伊奈公民館
		費用	3,800円
内容	粘土細工の感覚で、人工宝石を付けた本物の純銀リングを作ります。 初心者の方にもわかりやすく丁寧にご指導します！		

講座名	知っておこう！裁判員制度講座	定員	20人
開催日時	6月6日(水) 午前10時～11時30分	開催場所	伊奈公民館
		費用	無料
内容	平成21年度から始まる裁判員制度。よく耳にするようになりましたが、みなさんはどんな制度かご存知ですか。 水戸地方検察庁の方が詳しく教えてください。この機会に裁判員制度をもっとよく知っておきましょう！		

谷和原公民館

講座名	はんにゃしんぎょう 般若心経を書く	定員	20人
開催日時	5月30日(水)、6月6日(水)・13日(水)・20日(水)・27日(水) 午後1時30分～	開催場所	谷和原公民館
		費用	3,000円
内容	心の休憩時間を作りませんか。心静かに…毛筆（筆ペン）で般若心経を書いてみましょう。		

講座名	太極拳	定員	20人
開催日時	6月5日(火)・19日(火)・26日(火)、7月3日(火)・17日(火) 午後2時～	開催場所	谷和原公民館
		費用	無料
内容	運動不足の今日このごろ、武術太極拳で運動不足やストレス解消を！ 老若男女、運動不足の解消に… 足腰の強化に…		