

4 やさしい日本語入門講座 ～外国人にも理解できる日本語～【伊奈公民館】

- 開催日：1月22日（土曜・全1回）
- 時間：午前10時～正午 ■定員：20人
- 参加費：500円 ■講師：市職員

つくばみらい市には、約700人（40カ国以上）の外国籍の住民が暮らしています。本講座では、外国人とのコミュニケーションに心掛けたい「やさしい日本語」について学びます。「やさしい日本語」とは、日常の日本語よりも簡単で、外国の方にも分かりやすい日本語のことです。

5 庭木の剪定教室【伊奈公民館】

- 開催日：10月23日（土曜・全1回）
- 時間：午前10時～正午 ■定員：11人
- 参加費：500円 ■講師：藤澤 征志

庭の植木をご自分で剪定してみませんか。難しいと思われる「枝の透かし方」にはポイントがあります。本講座では実技をまじえながら、適切な枝の切り方を分かりやすく先生が教えてくださいます。また、庭木についての日頃の悩みなども、先生に相談してみましよう。

6 お洒落なお正月飾りを作しましょう！【伊奈公民館】

- 開催日：12月17日（金曜・全1回）
- 時間：午後1時30分～3時 ■定員：16人
- 参加費：3,000円 ■講師：河原 由美

和風のかごに、菊や和花のアーティフィシャルフラワー（造花）をデザインしながら、お洒落なお正月飾りを作ります。ご自分でアレンジした素敵な小物を飾って、新年を迎えませんか！

7 手作りのクリスマスツリーで聖夜を飾ろう！【伊奈公民館】

- 開催日：12月10日（金曜・全1回）
- 時間：午前9時30分～11時30分 ■定員：16人
- 参加費：3,000円 ■講師：河原 由美

深い緑色のモミの生枝をオアシスに挿して形を作り、赤い実や桂皮・松ぼっくりを加えて、卓上に飾って楽しめる大きさ（30cm～40cm）のフレッシュ（生）のクリスマスツリーを作ります。世界に1つの手作りのクリスマスツリーを飾って、家族と『おうちクリスマス』を満喫しましょう！

8 手軽に楽しい消しゴムはんこ【伊奈公民館】

- 開催日：11月16日、12月14日（各火曜・全2回）
- 時間：午前9時30分～11時30分 ■定員：10人
- 参加費：1,500円（2回分） ■講師：本橋 るみか

初めての方も、基本の彫り方のコツをつかめばクリスマス・お正月その他色々なモチーフの作品が作れます。絵が苦手でも全く心配ありません。押し方・使い方を覚えれば、さらに楽しみ方は無限に広がります。手軽に彫って楽しめる消しゴムはんこを趣味に加えてみませんか？

9 男性歓迎！大人のピアノ教室【伊奈公民館】

- 開催日：11月25日、12月2日・9日・16日（各木曜・全4回）
- 時間：午前9時30分～11時30分 ■定員：10人
- 参加費：3,000円（4回分 教本込） ■講師：久積 和香子

指先の鍛錬は脳に良い影響をもたらす、若返りや記憶力アップの効果が期待できます。ピアノは何歳からでも始められます。男性の方も初心者も、大歓迎です！これを機会に、ピアノを楽しみながら弾いてみませんか？

10 初心者のための写真教室【伊奈公民館】

- 開催日：10月14日・21日・28日、11月4日・11日（各木曜・全5回）
- 時間：午後1時30分～4時30分 ■定員：8人
- 参加費：2,000円（5回分） ■講師：岡田 康一

数々の賞を受賞されている先生が、写真の楽しみ方を教えてくださいます。手持ちのカメラの機能を活かし切れていない人が対象です。背景が綺麗にボケた写真や、しびきの水滴が止まった写真などが撮れるようになります。申込時に、所有のカメラのメーカーと機種をご記入ください。（スマホなどのカメラは不可）※11月4日は撮影会を予定しています。

11 ゼロからの手作り小物・家具！【伊奈公民館】

- 開催日：10月7日・21日（各木曜・全2回）
- 時間：午前9時30分～正午 ■定員：10人
- 参加費：2,000円（2回分） ■講師：矢入 雄介

日曜大工を始めたいと思っている方、手始めに木製の小物（椅子・棚）造りに挑戦してみませんか？道具の使い方など初めの一歩からわかりやすく説明を加えながら進めていきます。1回目は椅子（高さ40cm）、2回目は棚（高さ30cm）を作ります。

1 一緒に食べよう朝ごはん！【伊奈公民館】

- 開催日：2月19日（土曜・全1回）
- 時間：午前10時～正午 ■定員：30人程度（10家族）
- 参加費：1家族 500円 ■講師：市職員
- 骨密度測定（希望者）1人200円

子育て中のパパさん、ママさん、朝ごはんは毎日食べていますか？簡単朝ごはんの紹介、骨の健康について学び、ワークショップではお子様と一緒に野菜を使った工作を行います。食生活改善推進員からは、郷土料理の紹介もあります。ぜひご家族でご参加ください。

健康講座

