

平成30年度 市民学園講座

市内在住者対象

子育て応援プログラム

いきいきライフ講座 託児付

～健康・物づくり、料理等の講座を通して生活を豊かにしませんか～（講座ごとの申し込みです）

講座	月・日・曜日	時 間	内 容・定 員	講 師	会場・受付開始・受講料
1	①5/8(火) ②5/15(火) (全2回)	10時～ 11時30分	女性のための 身体メンテナンスヨガ (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	ヨガ講師 グッド 智仁 氏	4階 和室 4/11(水)～ ¥540(2回分)
2	5/23(水)	10時～ 12時30分	変わり太巻きすしづくり (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	料理講師 赤塚 由加里 氏	6階 クッキングスタジオ 4/25(水)～ ¥270+材料費¥600
3	① 6/13(水) ② 6/20(水) (全2回)	10時～12時	初心者パッチワーク教室 (15名)(1歳～4歳児の託児付き)	パッチワーク講師 佐藤 早苗 氏	7階 学習室704 5/16(木)～ ¥540(2回分)
4	6/27(水)	10時～ 12時30分	地産地消料理教室 (ふき料理、浅漬け)(24名) (1歳～4歳児の託児付き)	自然の味をとりもどそう会 代表 小林 良雄 氏 小林 昌子 氏	6階 クッキングスタジオ 5/24(水)～ ¥270+材料費(¥400)
5	① 7/25(水) ② 8/1(水) ③ 8/8(水) (全3回)	10時～ 11時30分	初心者英会話教室 (20名) (1歳～4歳児の託児付き)	英語講師 天内 靖子 氏	6階 学習室601 6/26(水)～ ¥810(3回分)
6	8/22(水)	10時～12時	整理収納講座 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	整理収納アドバイザー 前田 志津 氏	7階 学習室704 7/24(火)～ ¥270
7	① 9/5(水) ② 9/12(水) (全2回)	10時～12時	防災ずきん作り (20名)(1歳～4歳児の託児付き)	高山 玉恵 氏	6階 学習室601 8/7(火)～ ¥540(2回分)
8	9/19(水)	10時～ 11時30分	免疫力を高める「笑いヨガ教室」 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	笑いヨガティーチャー 峯田 美恵子 氏	1階 音楽スタジオA 8/21(火)～ ¥270
9	9/26(水)	10時～ 12時30分	ハロウィンに向けて かぼちゃのラップサンド (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	料理講師 赤塚 由加里 氏	6階 クッキングスタジオ 8/29(水)～ ¥270+材料費¥550
10	10/3(水)	10時30分～ 11時45分	体幹トレーニング教室 (24名)(1歳～4歳児の託児付き)	カポエイラ流 体幹トレーニング講師 大和田 秋秀 氏	2階 多目的ホール 9/6(木)～ ¥270
11	① 11/14(水) ② 11/21(水) (全2回)	10時～ 11時30分	初心者編み物教室(15名) (1歳～4歳児の託児付き)	小堀 喜代 氏	7階 学習室704 10/17(水)～ ¥540(2回分)
12	11/27(火)	10時～ 11時30分	健美操教室(20名) (1歳～4歳児の託児付き)	健美操講師 山口 広子 氏	4階 和室 10/24(水)～ ¥270
13	12/8(土)	9時30分～ 12時	「木工教室」(10組) 老若男女(含む親子) (4年生以下は保護者同伴)	石塚 久賀 氏	地下 工芸スタジオB 11/7(水)～ ¥270+材料費
14	12/12(水)	10時～ 12時30分	お正月料理教室(24名) (1歳～4歳児の託児付き)	自然の味をとりもどそう会 代表 小林 良雄 氏 小林 昌子 氏	6階 クッキングスタジオ 11/16(金)～ ¥270+材料費¥500

平成30年度 子育て応援プログラム

「いきいきライフ講座」開設要項

- 申し込みは各講座ごとに受付をいたします。
(受付時期は生涯学習センターまたは「広報くしろ」で確認をお願いいたします。)
- 対 象：釧路市内在住者
- 託 児：講座によっては開設の時間帯で、1歳から4歳児をお預かりします。
- 募集定員：各講座15名から24名
- 受講料等：受講料、材料費等は講座ごとに異なります。
- 日 程：講師の都合などにより日程が変更になる場合があります。

講座申込み

一般財団法人 釧路市民文化振興財団

釧路市生涯学習センター

釧路市幣舞町4-28

0154-41-8181

電話または窓口で受け付けます。

受付時間8:50～20:30

(月曜日休館)