

2024年度 荒木コミュニティセンター講座生募集

〈2024年4月～2025年3月まで〉

あなたも参加しませんか？
「いつでも」「楽しく」「みんなで」
学ぶ講座です。

今、こどもを育てている方は

こどもと暮らしを楽しむ講座

- 【目標】 こどもとたくさん遊ぼう。自分の暮らしも大切にしよう。友だちをつくろう。いろいろな体験を通して、自分もこどもも成長しよう。
- 【内容例】 自分のための癒しと楽しみ（エアロビクス・クッキング・手芸・陶芸・アロマセラピー・編み物・ステンシルなど）、こどもといっしょに遊ぶ楽しみ（夏休みに親子活動としていろいろなところへ出かけます）。

食に関心のある方は

食を楽しむ講座

- 【目標】 身体と心のバランスを整えて、より健康で豊かな育ちを手助けできるように、みんなの食を見直そう。
- 【内容例】 食育の勉強会、クッキング教室、お弁当づくり、小学校、幼稚園児を対象としたクッキングなど。

からだを動かしたい方は

軽スポーツを楽しむ講座

- 【目標】 軽スポーツを楽しみながら、自分の健康管理と友だちづくりをしよう。
- 【内容例】 さまざまな軽スポーツにチャレンジして、楽しみながら自分の健康管理をする。グラウンドゴルフ、卓球、ペタンク、ストレッチ、カローリング、ウォーキング、ボーリングなど。大社体育館、浜山公園、大社町外へも出かけます。

健康や食生活に関心のある方は

元気を食べる講座

- 【目標】 おいしく食べて、元気になる方法を勉強しよう。
- 【内容例】 食材の産地の視察研修、季節を大切に料理づくり（笹巻き作り・クリスマスのおもてなし料理・お正月料理）、減塩のための講座など。

荒木コミュニティセンター主催 講座のご案内

ほのぼのくらぶ

赤ちゃんや小さいこども
を育てている方は

- 【目標】 赤ちゃんや小さなこどもといっしょに、おともだちをつくろう。
- 【内容例】 R5年度は、虫歯予防教室、運動あそび、みずあそび、てがたあしがたアート、いもほり遠足、クリスマス会、栄養士さんとクッキング、骨盤ケア、ヤクルト健康教室を行いました。今年度も子育てを頑張る親と子どもたちを応援するイベントを計画します。LINEのオープンチャットでメンバー募集中！無料でイベント情報をGETして、気になるイベントへ参加しませんか。お気軽に荒木コミュニティセンターへお問合せ下さい！



花が好きな方は

花を楽しむ講座

- 【目標】 花をいろいろな方法で楽しもう。花を楽しみながら環境について考えよう。
- 【内容例】 寄せ植え、押し花、フラワーアレンジメント、花や植物の展示施設、環境に関連する施設の見学と研修など。コミセン花だんのお世話もしています。

おどりの郷土芸能に関心のある方は

大槌おどりをおぼえる講座

- 【目標】 大槌おどりをメインに、郷土芸能をみんなでおぼえて次の世代へ伝えよう。
- 【内容例】 ふるさと荒木の「大槌おどり」をみんなでおぼえる。地域のみなさんや、こどもたちに伝える。さまざまな郷土芸能について、勉強したり練習したりする。

歴史に関心のある方は

ふるさと探訪講座

- 【目標】 ふるさと荒木の自然や文化を探訪して、もっと荒木を好きになろう。
- 【内容例】 地域の史跡や自然を調べたり、訪ねたりして理解を深める。学んだことをまとめて、地域のみなさんやこどもたちに伝える。荒木地区の探訪、大社全体の歴史や文化の学習、地区外への研修もあります。

うたうことが好きな方は

合 歡 の 会

- 【目標】 なつかしい童謡や唱歌をうたいながら、友だちをつくろう。生活を楽しくしよう。
- 【内容例】 童謡・唱歌を楽しくうたう。幼稚園や福祉施設との交流会、他の地域の方との歌の交流会などもあります。
(活動は原則として、第2・4土曜日午後1時30分～3時30分)

【申込方法】 荒木コミュニティセンターへ、下の申込書・電話・FAX・メールのいずれかで申し込んでください。電話 53-5440 FAX 53-5443
メール araki-cc@local.city.izumo.shimane.jp



【申込期間】 3月21日(木)～4月10日(水)

【参加費】 1500円/年 その他教材費は実費

【開講式】 4月25日(木) 9:30～

- *各講座の初回は4月中旬に開催します。申し込まれた方に日程を連絡します。
- *2023年度に受講された方も、あらためて申し込んでください。

ふりがな 氏名		電話番号	
住所	〒	町内名	
受講を希望する講座名（複数でも可）			