

わくわく♪新年度芦城公民館の講座
////////////////////////////////////

募集要項

受付期間 3月2日(火)～3月13日(土)まで

受付時間 10:00～16:00

申込み初日の混雑を避ける為、受付期間を設けました。
新型コロナウイルス感染拡大防止にご協力下さい。

◎募集期間終了後、定員に余裕がある講座に関しましては
電話・窓口において随時受付いたします

受講決定

抽選結果および受講決定につきましては3月下旬頃までに
郵送にてお知らせいたします。

申込方法

下のいずれかの方法にてお申込ください。

- ①電話
- ②窓口

※お電話でお申し込みの際は時間帯により
ましては混雑する場合がございますので
ご了承ください。

講座の詳細は
こちらへ



お問合せは 小松市立芦城公民館 (芦城センター内)
こちら! 小松市相生町11番地 ☎21-6821

指定の定員数を
超えた講座は
抽選となります



ROJYO 芦城地区生涯学習センター 市立芦城公民館だより



芦城校下人口 ▶ 9,828人
男 ▶ 4,770人
女 ▶ 5,058人
65才以上 ▶ 2,720人 (27.7%)
世帯数 ▶ 4,494世帯 (2/1現在)

発行元：小松市立芦城公民館
小松市相生町11番地
TEL (0761) 21-6821
FAX (0761) 21-9943

2021.3
令和3年3月1日発行
VOL.98



6/1 芦城センター リニューアルOPENしました♪

子どもや親子連れ、シニアまで幅広い世代の学びと交流の
拠点として、教室内容や講座もさらに充実させていきます!



学びの拠点
として

New!

新講座のご紹介
教室内容や講座も充実し
リニューアル!
お気軽にお問い合わせ下さい

くわしくは4ページへ

ふれあいの
場として

令和3年度 市立芦城公民館 主催講座 申込書

※希望する教室番号を○で囲んでください。(一講座につき一枚の申込書でお申込み下さい。)

① ジュニア百人一首教室	② ジュニア絵画教室	③ ペーパークイリング教室
④ 初めてのパソコン教室	⑤ いきいきビューティアップ &エイジングケア講座	⑥ 引き締め! 脂肪燃焼! 女性のシェイプアップ ボクシング
⑦ アンチエイジングヨガ教室	⑧ 夜のリラックスタイム～ ナイトピラティス	⑨ バランスボールエクササイズ ※バランスボールレンタルを 希望する・希望しない (どちらか○)

ふりがな
お名前

※ペーパークイリング教室 親子で参加の方は全員のお名前を記入ください。

ご住所 〒923-

ご連絡先

小松市 町

※ジュニア百人一首 ジュニア絵画教室 ペーパークイリング教室の場合 (学校名)

【 小学校 (新) 年生】

Topics 受賞おめでとうございます

12月13日(日)第一地区コミュニティーセンターにて開催された第64回小松市公民館大会の席上、芦城校下からは次の方々表彰されました。

＜小松市優良職員＞
大和町公民館 館長 上田 秀昭
芦城校下公民館 主事 八幡 教子



また、石川県公民館連合会功労者として、後藤英司氏の伝達式も行われました。今後とも地域の融和、活性化のためご尽力たまりますよう、お願い申し上げます。

小松市公民館連合会 中央ブロック研修会

令和2年12月4日(金)芦城センターにて、小松市公民館連合会中央ブロック研修会が開催されました。

テーマは「コロナ禍におけるボランティア活動の意義と心のケア」

講師 浄土真宗本願寺派 布教使・テンプル食堂よしざき 代表 八幡 真衣氏

八幡氏は子供たちや大人達の心のケアを中心に子ども食堂やお寺パントリーを開設



し精力的に活動をされています。現在のボランティア活動についての現状や、これからのあり方についてのお話を伺い、コロナ禍での心のケアをまず第一に人と人のつながり、場の提供の大切さを学びました。

芦城中学校校区「立志のつどい」

2月6日(土)芦城中学校校区「立志のつどい」が小松市公会堂大ホールで行われ、中学2年生145名が心を新たにしました。主催者の池田辰雄校下公民館長が開会の挨拶、石黒和彦市教育委員会教育長、村西卓芦城校下連合町内会会長からご祝辞を賜りました。記念品の贈呈に引き続き藤田信宏芦城中学校校長が励ましの言葉を述べられ、これに応え生徒代表の袖野大和さん、山下結菜さんが誓いの言葉を述べました。この後、DIA+(ダイアプラス)さんによるダイナミックで迫力ある和太鼓の演奏に心を躍らされました。



ご協力頂いた関係者の皆様に心より感謝申し上げます。



ひとりの力がみんなの力に!

芦城校下公民館 町公民館館長・主事・担当のみなさん

芦城校下公民館

館長 池田 辰雄
主事 八幡 教子
顧問 後藤 英司

大文字 館長 相河	本鍛冶 副館長 千植代	西本折 館長 江下	東 館長 明	白嶺 主事 金谷	白山 主事 堀田	幸 副館長 成池武清	桜木 館長 鶴賀	上本折 主事 森橋	土居原 担当主事 須土宮磨井美	八幡 主事 山笹水田	西 主事 吉打広川	本折 主事 大丸市谷	栄 主事 江土藤指定	末広 主事 阿宮武田
親人 正記男	正記男	和寿	昭二	良太郎	哲哉	恭雅哲智	仲夫	重靖久	充由敏子	克健健年	晋圭平寛明	慎政靖一	雅馨人	寛弘直之純

公民館のお世話をさせていただき有難うございます

相生 主事 中野善隆	有明 館長 西出裕信	育成 担当 北川繁幸	八日市 館長 石川腰山	三日市 館長 伊野史男	日本吉 館長 木下滝哉	寺 主事 中徳敏一	城南 館長 堀田博治	清水 館長 馬場智子	鈴屋 館長 亀田隆一	龍助 主事 大角喜也	本大工 主事 高村和弥	芦田 副館長 石中五田	福乃宮 主事 田木池田	大和 主事 竹上野	錦 主事 平野大	旭 館長 徳山雅一	日の出 主事 川福山
善隆	裕信	繁幸	腰山	史男	滝哉	敏一	博治	智子	隆一	喜也	和弥	五田	池田	野	大	雅一	岡本

令和2年度 教室 あしあと

脂肪燃烧！シェイプアップキックボクシング

10月～1月 月2回 火曜日(全6回)

運動不足解消と自宅で過ごすことが多くなり、溜まったストレスや脂肪を燃焼し、スリムになろう!というコンセプトで10月から、立ち上がった教室です。キックボクシングの動きにより、ウエスト部分をひねりつつ、肩甲骨まわりや二の腕の引き締め、レッツ!シェイプ!実年齢より若く、美しい体に!

来年度は土曜日の午後に時間変更いたします。



親子で体験！多肉植物の寄せ植え教室

12月20日 クリスマスリース作り

ぶっぴりとしたかわいい多肉植物を使ってクリスマスのリースづくり。親子でクリスマスの飾りと寄せ植えを楽しみました。「これどうや〜?」「これかわいいいんねえ〜!」親子で一緒につくった思い思いのリースがクリスマスを彩りました。



ジュニア百人一首教室

6月～3月 第2・3・4土曜日(全36回)

今年度は、6月、7月と対戦方式ではなく個人練習をおこなったり、時間短縮など制限のある中での実施となりましたが、新型コロナウイルスに負けない元気な様子や真剣に札を取り合う様子が「北國こども新聞」に掲載されました。

かるたは集中力や暗記力、またスピードや体力も鍛えられます。礼儀も身に付きます。



アンチエイジングヨガ教室

6月～3月(8月休み) 第2・4火曜日(全18回)

先生のゆったりとした声にあわせ、凝り固まった身体をほぐし、気持ちよくポーズ。

リラックス効果と顔ヨガで老化防止としわとたるみにアプローチする教室です。筋力アップで老化肌をますますイキイキとした若々しい体に!



初めてのパソコン教室

6月～3月(8月休み) 第2・4水曜日(全18回)

リモート会議や自宅勤務など、ますますPCによるITの技術取得は必須になってきています。

この教室では初めての方に、まずはパソコンに触れ慣れ親しんで頂き、基礎から応用まで少しずつ習得して頂いています。



令和3年度 **新規教室ご紹介!** 要 CHECK

新しい生活のかたちを取り入れたNEW STYLE & LIFEを!

New! **「いきいきビューティアップ&エイジングケア講座」**

美容歴20年エステティシャンからお伝えするビューティアップ講座です。マスクメイクや自宅でできるたるみケアボディケアや食事などエイジングにアプローチしたアドバイスをさせていただきます。

マスク顔もきれいに!
表情筋アップ



川本 涼子 先生

「ナイトピラティス」

姿勢・呼吸を整えて健康な身体づくりを目指します。腰痛・肩こり・膝痛改善にもお薦め!一日の疲れを癒し身体と心をリフレッシュしましょう。

夜のほっこりひととき



【講師】新保ともみ
「ST-ART UP」主宰
小松市でピラティス・エアロビクス・健康体操の教室を開催しています。
「健康になりたい」「学びたい」「仲間を作りたい」をテーマにした教室を通じて運動を継続することの大切さを伝えています。



新保 ともみ 先生

「ジュニア絵画教室」

楽しく伸ばす!のびのび感性!

毎回おもしろいテーマを絵の具などを使って楽しく描きます。同じものを表現するにも自分と他の人とは感性や感じ方の違います。自分の世界観や感性を思いっきり表現してみよう!



金森 和美 先生

「バランスボールエクササイズ」

楽しい音楽に合わせてバランスボールで弾みながら有酸素運動を行います。手足を動かし、お話ししながら楽しく行えるエクササイズです。また脳活性にも効果的です。

楽しく身体を動かそう

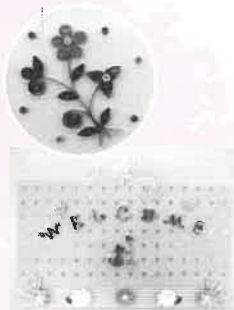


池田 由衣 先生

「ペーパークイリング教室」

くるくる巻いてつくる
かわいいアート

専用のペーパーのなかから好きなものを選んで、専用の器具を使いくるくるまわめて形をつくりまわす。動物やお花など子ども~大人まで夢中になれるくらいおもしろいクラフトアート。ぜひ体験下さい。



仏師田 暁栄 先生

令和3年度 小松市立芦城公民館
「主催教室受講生募集」

3月2日よりお申込み受付スタート!!

<p>番号①</p> <p>ジュニア百人一首教室</p> <p>小3~小6対象 定員:40名 日時:第2・3・4土曜日 9:30~12:00 【全34回】 受講料:100円×34回=3,400円 教材費:1,600円 講師:太田 紀子 先生</p>	<p>番号②</p> <p>ジュニア絵画教室</p> <p>小学生対象 (保護者のお迎えをお願い致します) 定員:12名 日時:基本第1土曜日 10:00~11:30 【全10回】 受講料:100円×10回=1,000円 教材費:全500円 講師:金森 和美 先生</p>	<p>番号③</p> <p>ペーパークイリング教室</p> <p>小学生~成人対象 (小1~4は付き添いをお願いします) 定員:8名 日時:第3土曜日 10:00~11:30 【全5回】 受講料:大人200円×5回=1,000円 子ども100円×5回=500円 教材費:全500円程度 講師:仏師田 暁栄 先生</p>
<p>番号④</p> <p>初めてのパソコン教室</p> <p>一般対象 定員:11名 日時:第1・3水曜日 19:00~20:30 【全16回】 受講料:200円×16回=3,200円 教材費:全1,000円 持ち物:ノートパソコン(レンタル可) 講師:出口 美子 先生</p>	<p>番号⑤</p> <p>いきいきビューティアップ&エイジングケア講座</p> <p>一般女性対象 定員:12名 日時:第3水曜日 10:00~11:30 【全5回】 受講料:200円×5回=1,000円 教材費:全500円程度 持ち物:手鏡他必要に応じて 講師:川本 涼子 先生</p>	<p>番号⑥</p> <p>引き締め!脂肪燃焼!女性のシェイプアップボクシング</p> <p>一般女性対象(体力に自信のある方) 定員:30名 日時:第2・4土曜日 13:30~14:30 【全16回】 受講料:200円×16回=3,200円 教材費:なし 講師:高桑 桂 先生</p>
<p>番号⑦</p> <p>アンチエイジングヨガ教室</p> <p>一般対象 定員:12名 日時:基本第2・4火曜日 14:00~15:00 【全18回】 受講料:200円×18回=3,600円 持ち物:ヨガマット 講師:打田 郁恵 先生</p>	<p>番号⑧</p> <p>夜のリラックスタイム~ナイトピラティス</p> <p>一般女性対象 定員:12名 日時:第1・3水曜日 19:30~20:30 【全10回】 受講料:200円×10回=2,000円 持ち物:ヨガマット・5本指ソックス 講師:新保 ともみ 先生</p>	<p>番号⑨</p> <p>バランスボールエクササイズ</p> <p>一般対象 定員:20名 日時:基本第2・4金曜日 11:00~12:00 【全10回】 受講料:200円×10回=2,000円 持ち物:バランスボール(レンタル可(10名) or 推奨のボールを購入 or 自宅にあるもの) 講師:池田 由衣 先生 他</p>

★受講料、教材費は年間一括払いです。各講座の初回にお支払い下さい。
★欠席等による受講料、教材費の払い戻しはできませんのでご了承下さい。
★教室の様子を写真に記録して紙面に掲載させていただく場合がありますので予めご了承下さい。
★新型コロナウイルス感染症対策の為、マスクの着用、手指消毒、検温にご協力をお願いします。