

令和5年度 東部公民館前期講座

季節を感じる「春の和菓子」

講師名：清水 崇司 氏

受講者：14名

対象：18歳以上

日にち：4月27日 5月11日

6月8日

☆月ごとにその時々の季節を感じられる和菓子を3～4品作りました。柏餅や水まんじゅうなどバリエーション豊かな和菓子が出来上がりました。



バランスボールで不調改善！

講師名：松井 裕子 氏

受講者：15名

対象：18歳以上女性

日にち：5月9日 5月23日

6月6日 6月20日

☆はすむ有酸素運動で体幹を鍛え、リズム体操を行うことで自律神経が整うバランスボール。自主グループとして活動をスタートします。(10月～)



令和5年度 東部公民館前期講座

初心者のためのギター講座

講師名：磯村 幸平 氏

受講者：11名

対象：18歳以上

日にち：5月25日 6月1日 6月15日
6月29日 7月13日 7月27日
8月10日

☆初心者の方向けにギターの基礎を学びました。「大きな栗の木の下で」「グリーンスリーブス」など練習し、最終回は1人ずつ曲を披露しました。



苔玉(午前の部・午後の部)

講師名：品川 由希 氏

受講者：午前20名・午後19名

対象：18歳以上

日にち：5月30日

☆アジアンタム、ラセンイという2種類の植物を組み合わせて苔でまとめ、カフェにあるようなオシャレな苔玉を作りました。

