

はじめての方も気軽に楽しめる講座が盛りだくさん！

先着15名(午前・午後各)	
お土産に仕立てる、飾り巻き寿司講座	
飾り巻き寿司の代表的な絵柄である薔薇(ばら)巻きを、定番の味わいと洋風アレンジの二種類を作ります。素材の違いにより、見た目や味わいの変化を楽しんでいただけます。お土産用の折り箱に詰め、掛け紙をかけてお持ち帰りいただけます。ご自宅で再現しやすいように丁寧にお伝えします。	
開催日	9月23日(水)
時間	午前の部11:00～13:15 午後の部14:00～16:15
講師	笹森清正
参加費	3,000円
持ち物	布巾2枚(調理用と清掃用)、包丁、ラップ、巻きす(大き目)

全2回で完了する講座です 先着10名	
生花の風合いを残したレカンフラワー	
自宅に咲いた花やプレゼントの花を着色せず立体的に残す技術が学べる作品づくり。 手作りだからこそ作品の中に想いを閉じ込められる幸せ時間と小さな花畑を未来に届ける思いづくりに。	
開催日	11月20日(金)
時間	11月27日(金) 13:00～16:00
講師	柳町房子
参加費	3,500円(2回分)
持ち物	小ばさみ、ウェットティッシュ、あれば小花生花

先着20名	
占い百科「音声で人間関係を知る」	
占いの百科事典を文字通り講座の中で習得して行けます。初歩から最高難易度まで。自分を愛し人を愛する得を学べる嬉しく楽しい講座です。仲間との輪が濃くなります。	
開催日	10月29日(木)
時間	11月19日(木) 13:00～15:00(両日)
講師	石井天晟
参加費	1,000円
持ち物	筆記用具

先着14名	
パソコンで遊ぼう「布バッグにアイロンプリント」	
画像の取り込み、印刷、アイロンをゆっくり順番に進めていきます。世界に一つだけの「オリジナル布バッグ」をつくります。	
開催日	11月3日(火)
時間	13:30～15:30
講師	橋本典子
参加費	1,500円
持ち物	USBメモリー、筆記用具

先着10名	
春を彩る「可愛い小さなおひな様」	
♥初心者の方から楽しめます。直径3cmの小さな玉のおひな様。おひなさまと袋は下絵付き。袋に刺繍のような絵を描きます。春の訪れを待ちながら、楽しく手作りをしてみませんか？小さく飾りやすく、インテリアとしても楽しめます。(屏風とスタンド付きです)	
開催日	11月12日(木)
時間	9:30～12:30
講師	大牧時子
参加費	1,200円(会場使用料込)
持ち物	エプロン、飲物

先着14名	
パソコンで遊ぼう「名刺を作ろう！」	
パソコンを使ってご自分の名刺を一から作成します。フォント、レイアウト、文字の配置などを学びながら最後は印刷して、そのまま持ち帰れる名刺が完成します。 お仕事や地域活動、趣味の交流にも使える「私らしい名刺」を一緒に作りましょう。	
開催日	10月28日(水)
時間	13:30～15:30
講師	橋本典子
参加費	1,200円
持ち物	USBメモリー、筆記用具

先着 各4名	
中国茶・台湾茶を楽しむ	
個性の異なる中国茶、台湾茶を4種味わっていただきます。茶葉ごとに異なる香りや味わい、余韻の違いを楽しみながら奥深い魅力にふれていただきます。男女問わず歴史大好きな方もぜひご参加ください	
開催日	午前の部11月22日(日)
時間	午後の部11月22日(日) 午前10:00～11:30午後13:00～14:30
講師	富田美紀
参加費	1,500円
持ち物	特になし

先着15名	
クリスマス・グリーンリース	
本物のグリーンで、クリスマスを彩るオリジナルリースを作ります。香りや自然の風合いを楽しみながら素敵な冬のインテリアに。	
開催日	12月5日(土)
時間	13:00～16:00
講師	小泓明美
参加費	3,700円
持ち物	レジャーシート、ごみ袋、ハサミ

先着8名	
薬膳・発酵 夢見る大人の家庭料理	
寒い冬に負けない！ 冬の養生を知りご自分の体質に合わせた薬膳茶をブレンドします。体が温まる発酵スイーツと一緒に薬膳の基礎にふれてみましょう。	
開催日	12月5日(土)
時間	10:00～12:00
講師	富田美紀
参加費	2,000円
持ち物	使い捨て手袋
お手拭き、ティースプーン、ティーカップ(150～160ml)	

<各会場/住所・TEL>

- 鹿島市中央公民館… 鹿嶋市宮中4631-1
(TEL0299-83-1551)
- 鹿嶋市大野公民館… 鹿嶋市津賀1919-1
(TEL0299-69-1116)
- 鹿嶋市豊津公民館… 鹿嶋市大船津4277-6
(TEL0299-83-5680)
- 鹿嶋市立鹿島公民館… 鹿嶋市城山4-7-17
(TEL0299-83-5650)
- 鹿嶋市豊郷公民館… 鹿嶋市須賀1692-1
(TEL0299-82-7246)
- 鉾田市大洋公民館… 鉾田市汲上2601
(TEL0291-39-3305)

みなさまをお待ちしております

◇参加費は、教材費・テキスト代・消費税が込みになっております

先着 各10名	
"ハーブティー" ブレンド体験	
沢山のハーブの中から試してみたいレシピを選んでハーブティをブレンドして、クリスマスを迎えるアドベントカレンダー仕立てに飾りつけましょう!何かと慌ただしい12月もハーブティーでリラックスしながら、クリスマスの飾りつけで気分を上げて過ごしましょう!「最後にハーブティーのお茶会付きです♪」	
開催日	11月28日(土)
時間	11月29日(日) 12月6日(日) 13:00～15:30
講師	おざわとせ
参加費	3,000円
持ち物	筆記用具

先着5名	
おしゃれでモダンないけ花	
お正月の花をいけます。眠っている花器を出して、いけ花でお正月を清々しい気持ちで迎えましょう。 メリハリをつけてスッキリいけましょう!!	
開催日	12月26日(土)
時間	14:00～16:00
講師	横田美知子
参加費	3,250円
持ち物	水盤、鉢み、剣山、花入れバケツ

先着20名	
書道かな文字…福をあおるうちわ作り	
縁起物のうちわに、やさしい「かな文字」で簡単な言葉や文字を書き作品を仕上げます。 親子参加も可能です(小学生対象)。「福をあおるうちわ」で良い事いっぱい広がりますように…。	
開催日	10月18日(日)
時間	9:00～12:00
講師	田谷頼子
参加費	1,000円
持ち物	小筆、筆ペン、水性カラーペン、鉛筆、消しゴム、ハサミ(無い方は貸出有り)

先着10名	
誕生日と色で知る「自分らしさと人間関係」…文恵絵セラピー	
色と文字を使い自分自身の事・周りの人との関係をその人の誕生日・運命の色を知る事によって人間関係をスムーズにしていきます。	
開催日	10月10日(土)
時間	2月20日(土) 10時～12時
講師	浅香文恵
参加費	1,750円
持ち物	特になし

先着20名	
世界の打楽器体験 ドラムサークル	
音楽経験や技術は不要でお子様からご年配の方まで、どなたでもご参加いただけます。みんなが輪になって、即興的につくりあげる打楽器パーカッションのリズムアンサンブルです。参加者が一体感を感じながら楽しい時間を共有します。	
開催日	10月1日(木)
時間	10月21日(水) 12月20日(日) 13:30～15:00
講師	本沢翼
参加費	1,000円
持ち物	タオル、飲物

先着10名	
「姿勢調整」と「体幹強化」	
運動補助用具を使って、骨盤や骨格など歪みを整え、更に筋トレ等で体感を強化し姿勢を保てるようにします。姿勢が改善され動きが楽になります。	
開催日	11月14日(土)
時間	2月25日(木) 10:00～12:00
講師	石田敏雅
参加費	1,250円
持ち物	動き易い服装、ヨガマット、タオル、上履き、飲物

全2回で完了する講座です 先着14名	
パソコンで遊ぼう「ミニアルバム」	
スマホ写真を”形に残す”楽しさを体験、思い出をA4サイズのアルバムにしてみませんか。	
開催日	2月11日(木)
時間	3月11日(木) 13:30～15:30
講師	橋本典子
参加費	1,950円(2回分)
持ち物	USBメモリ、筆記用具

先着6名	
TEA世界のお茶文化	
一杯のお茶で世界を旅してみませんか？紅茶に纏わる文化やマナー、歴史に触れ、その土地が育む香りと味わいが感じられる3種を三カ国からご紹介します。後半で冬のマサラチャイを作ります。スパイスキット付き。	
開催日	12月19日(土)
時間	10:00～11:30
講師	富田美紀
参加費	2,000円
持ち物	カップ&ソーサー

…申込み先…

「かしま灘楽習塾事務局(鹿嶋市立中央公民館2F) 事務局まで
□事務局開設時間:(火)～(金)の9時～15時(除く祝日)
□TEL:0299(85)2601 □FAX: 0299(85)2602
□✉:nadapost@nadajuku.com