

令和3年度 男女平等参画推進センター後期講座 講座内容詳細

対象	曜	講座名	講師	期間	回数	時間	定員	受講料・教材費等(円)	持ち物
女性	月	①初めてのヨガ Aコース	藤村さなえ	10/4～11/1	5	10:00～11:30	15	受 1,275 教 なし	ヨガマット、タオル、動きやすい服装、飲み水（ペットボトル等）
		②初めてのヨガ Bコース	藤村さなえ	11/8～12/6	5	10:00～11:30	15	受 1,275 教 なし	
	水	③学び直しの英会話（初級）	柿崎 千秋	10/13 ～12/1 ※11/3を除く	7	10:00～12:00	8	受 3,500 教 700	英和・和英辞典（電子辞書可）、筆記用具
	金	④カラオケ講座 楽しく歌おう演歌&歌謡曲	渡辺 正一	10/15～ 11/19	6	13:30～15:30	20	受 1,500 教 500	飲み物（ペットボトル等）、筆記用具
男性・女性	月	⑤お正月料理 家庭でできる簡単おもてなしメニュー	平山あつ子	12/6	1	9:30～12:00	24	受 475 教 1,525	エプロン、三角きん、布きん、手ふき、持帰り容器、筆記用具
	火	⑥おうちレストラン 秋の食材でレストラン風メニュー	折原 ゆみ	10/5 10/19 11/2 11/16	4	18:00～20:00	24	受 2,000 教 2,900	エプロン、三角きん、布きん、手ふき、持帰り容器、筆記用具
	木	⑦朝のパンづくり	小野 雅美	10/14 10/21 10/28 11/4	4	9:30～12:00	24	受 1,900 教 1,500	エプロン、三角きん、布きん、タオル2枚（発酵時使用）、持帰り容器、筆記用具
		⑧毎日を変える魔法のふろしき術 模様～歴史～応用	村田なちこ	10/14 10/21 10/28 11/11 11/18	5	10:00～11:30	15	受 1,275 教 525	風呂敷（お手持ちの物）、筆記用具
		⑨夜のパンづくりAコース	小野 雅美	11/11 12/9 1/13 2/10	4	18:00～20:30	24	受 1,900 教 1,500	エプロン、三角きん、布きん、タオル2枚（発酵時使用）、持帰り容器、筆記用具
		⑩夜のパンづくりBコース	小野 雅美	11/18 12/16 1/20 2/17	4	18:00～20:30	24	受 1,900 教 1,500	
		⑪手作りクリスマスケーキ Aコース・Bコース	小野 雅美	12/2	各1	A 9:30～12:00 B 18:00～20:30	各24	受 475 教 1,025	エプロン、三角きん、布きん、持帰り容器、筆記用具
	金	⑫美味しく学ぶ野菜とスパイス料理	蛸澤 園子	10/22 11/26	2	9:30～12:00	12	受 1,250 教 1,600	エプロン、三角きん、布きん、手ふき、持帰り容器、筆記用具
親子	土	⑬小学生親子陶芸教室Aコース カレー皿作りに挑戦！	石川 徹	10/23 11/20	2	10:00～12:00	6組 (15)	受 680 教 1,000 (1名あたり)	エプロン、手ふき、粘土べら、筆記用具 1日目は粘土をこねて成形。2日目は乾燥・素焼きをした作品表面に釉薬（ゆうやく）をかけます。作品引渡し日は受講時にお知らせします。 お子様のみの参加はできません
		⑭小学生親子陶芸教室Bコース カレー皿作りに挑戦！	石川 徹	1/22 2/19	2	10:00～12:00	6組 (15)	受 680 教 1,000 (1名あたり)	

▼講座の申込方法▼

「受付期間」9月9日(木)まで(当日消印有効) 「対象者」市内に在住・在学・在職している方

「申込方法」センター窓口、ホームページ、郵便はがきにて受付。はがきの場合は以下の必要事項を記入の上お送りください。①希望講座名(はがき1枚につき1講座) ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年代 ⑤電話番号【託児希望の方】⑥子どもの名前(ふりがな) ⑦子どもの生年月日

「受講決定」応募者多数の場合は抽選で決定し、結果を通知。定員に満たない講座は随時受付。申込人数が少ない講座は中止の可能性あり。

「その他」新型コロナウイルスの感染拡大の影響により講座の中止、延期、定員の変更等が生じる場合があります。

受講料と教材費の納入方法及び持ち物は受講決定時に通知。

「託児」1歳からの託児を行います(無料 定員各10人 講座申込時に要予約)

苫小牧市男女平等参画推進センター ☎0144-32-3544 〒053-0021苫小牧市若草町3-3-8市民活動センター4階