

## 1部：10：00～12：00

講座名	講座内容	必要なもの	講師名	定員	参加費
やさしいスクエアダンス体験	アメリカからやってきた、楽しいウォーキングダンスを講習します。	動きやすい服、飲料、運動靴、タオル	原口 孝一	20	0円
中国語と中国	中国語習得の第一歩を踏み出しませんか！隣国への理解が深まるかもしれません。	なし	石原 貞男	15	0円
漢方薬ってナニ？ 謎だらけの薬用植物	漢方薬、実は病気でなくても使えます。元気で長生きしたい方、植物のチカラに注目！	筆記用具	伊藤 徳家	28	0円
茶道	日本古来の茶道を体験しませんか。初心者大歓迎。	なし	佐藤 順子	10	100円
四街道にある中世の城館跡巡り	四街道市域にある中世の城館跡を説明します。余湖浩一氏の鳥観図、四街道の歴史など。	筆記用具	飛田 周彬	20	0円

## 2部：13：30～15：30

講座名	講座内容	必要なもの	講師名	定員	参加費
初めての楊名時健康太極拳	動きやすい服装で来てください。裸足での運動になります。	飲料、動きやすい服装で	青柳 理帆	20	0円
Excelを利用した健康管理	「通院の検査値」や「自己記録データ」についてグラフ化し、自己管理の目安にします。	筆記用具、メモ用紙、EXCEL搭載ノートPC(持参可であれば)	鶴田 輝之	10	0円
がり版アート 絵てがみ孔版画	日本生まれの孔版画で、絵てがみ、豆本(10cm×7.4cm)、布バックの中から1点制作。	筆記用具、はさみ	西岡 とし子	15	1,000円 (中学生以下無料)
プロが教える正しい老後資金の作り方とNISAについて	日本で必要な老後資金とそのため方、お金の増やし方、NISA活用術を説明します！	電卓、筆記用具	安藤 徳光	20	0円
いけばなを楽しむ	初心者大歓迎。お部屋に花をいけてみよう。	タオル、クラフトハサミ	吉橋 康江	10	1,500円
使われ始めた水素エネルギー	実用化されつつある水素エネルギーについて専門家が分かりやすく解説します。	筆記用具	阿部 勲夫	20	0円