

平成20年度 乳幼児学級

乳幼児の自主的な芽生えを育てながら、豊かな心とたくましさをもつための子育てを学びます。子育てについて不安や悩みを解消したいみなさん、仲間との交流を持ちませんか。どの公民館にも託児の用意があります。

- ◆対象 市内に在住の乳幼児（0～5歳）を持つ父母・祖父母等
※1歳以上のお子さんが活動できます
 - ◆受講料 無料（材料代等は自己負担）
 - ◆申込方法 傷害保険料（一人320円、親子一人ずつでは640円）を添えて各公民館、カルチャーセンターへ
 - ◆申込開始 5月8日（木）から（受付初日は電話による受付はしません。定員になり次第締め切ります）
- ※詳しくは、各会場へお問い合わせください。（講師等敬称略）

イルフプラザ ☎24-8401
カルチャーセンター ☎24-8442

湊公民館 ☎22-2300
☎23-1598

川岸公民館 ☎23-2200
☎23-1681

長地公民館 ☎27-8080
☎26-1317

期日	テーマ（内容・講師名）
5/30 (金)	開講式 オリエンテーション 子育て座談会 パート1
6/6 (金)	子育て座談会 パート2 ～乳幼児期に大切にしたいこと～ 市内保育園園長
6/13 (金)	親と子のきずな ～子どもの心の安定をはかる～ 松澤 弥栄
6/27 (金)	幼稚園の皆さん こんにちは ～ヤコブ幼稚園訪問～ 園長・保育士
7/11 (金)	おいしいよ！ ママのおやつ ～手作りおやつレシピ～ 健康推進課 栄養士
7/18 (金)	たのしいたとリズムあそび ～感性を育てる リトミック～ 濱 美恵子
7/25 (金)	出前講座 ～子どもの病気について～ 岡谷病院 看護師
8/29 (金)	やまびこ公園へハイキング ～自然観察の楽しみとふれあい～ 田口 慎
9/12 (金)	諏訪湖遊覧を楽しもう ～遊覧船に乗って～
9/26 (金)	消防車と仲良しになろう ～消防署の見学～ 岡谷消防署署員
10/3 (金)	夢の世界を楽しむ ～パネルシアターと読み聞かせ～ 小松 令子・図書館職員
10/10 (金)	親子の紙細工 ～ママといっしょにかみざいく～ 岩波 玉穂
10/17 (金)	童画に親しむ ～イルフ童画館にて～ 講師 館長・学芸員
10/24 (金)	子育て悩み相談 講師 小林 陸江
11/7 (金)	お母さんのためのエアロビクス ～心もからだもリフレッシュ～ 上條 宏栄
11/14 (金)	子育て座談会 パート3 閉講式

【四館共催】
希望者による救急救命法講習会
11/21（金）午前10時～11時30分
カルチャーセンター
全16回 定員40名
午前10時～11時30分

期日	テーマ（内容・講師名）
5/28 (水)	開講式 子育て座談会①
6/4 (水)	大きな牛さんと遊ぼう ～牧場訪問～ 県畜産試験場 平澤 博一
6/11 (水)	入園までに身につけたいこと ～育ちの保証～ 保育園園長
6/18 (水)	おむすび持参の諏訪湖遊覧 ～湖周の山並と街～
7/2 (水)	子育て支援の数々 ～公的サービスの利用～ 子ども課子育て支援
7/9 (水)	パネルシアターと絵本選び ～図書館訪問～ 小松令子 図書館職員
7/23 (水)	乳幼児の歯磨き ～習慣づけよう～ 健康推進課歯科衛生士
7/30 (水)	親子のシャボン玉遊び ～シャボン玉に入る～ 社会教育指導員
9/3 (水)	楽しいたとリトミック ～手遊びとわらべうた～ 濱 美恵子
9/10 (水)	子育て座談会② 講師 保育園園長・保育士
9/17 (水)	落書き指導 ～乳幼児の美術指導～ 濱 詔子
9/24 (水)	少年期につながる乳幼児 期の指導～後悔しない～ 教育相談員
10/1 (水)	バッタや団栗と遊ぼう ～湊からかさ平～
10/15 (水)	母親のリフレッシュ講座 ～吾子のつぶやき屏風～ 市川 史
10/22 (水)	折り紙で遊ぼう ～動物の折り紙など～ 腰原 祥子
11/5 (水)	子育て座談会③ 閉講式

全16回 定員20名
午前10時～11時30分

期日	テーマ（内容・講師名）
5/28 (水)	開講式 オリエンテーション ～座談会 育児の喜び悩み～
6/4 (水)	親子でリトミック ～仲良く楽しく～ 濱 美恵子
6/11 (水)	交流保育 ～成田保育園訪問～ 成田保育園園長・保育士
6/25 (水)	親子で遊ぶ ～楽しいシャボン玉～ 社会教育指導員
7/2 (水)	育児講座（その1） ～子育て・自分育て～ 県福祉大学校 小林 陸江
7/9 (水)	ママクッキング ～頭のよくなるおやつ～ 健康推進課栄養士
7/16 (水)	育児講座（その2） ～親子の絆を深めるために～ 松澤 弥栄
7/23 (水)	やまびこ公園ピクニック ～自然を体いっぱい感じて～
8/27 (水)	親子で運動 ～知力を伸ばす運動～ 松本短期大学 柳沢 秋孝
9/3 (水)	警察署へ行こう（雨天10日） ～交通安全・防犯対策・護身術～ 岡谷警察署署員
9/17 (水)	育児座談会～育児の悩み解消～ 夏明保育園園長・つるみね保 育園園長・川岸保育園園長
9/24 (水)	諏訪湖遊覧（雨天10月1日） ～遊覧船でふるさと一周～
10/8 (水)	エアロビクスで体力アップ ～親子で楽しく～ 健康運動指導士 上條 宏栄
10/15 (水)	読書で豊かな心 ～パネルシアターと読み聞かせ～ 小松 令子・図書館職員
10/29 (水)	知性を育てる折り紙 ～楽しい折り紙遊び～ 鈴木 清
11/19 (水)	閉講式・反省・交流 ～楽しく歌って和やかに～ クインテットママ

全16回 定員30名
午前10時～11時30分

期日	テーマ（内容・講師名）
6/6 (金)	開講式 オリエンテーション
6/13 (金)	うたとリズムあそび ～親子で楽しいリトミック～ 濱 美恵子
6/20 (金)	子育て座談会 ～子育ての喜びと悩み～ 保育園園長ほか
6/27 (金)	乳幼児期に育てたい心 田村 みどり
7/4 (金)	保育園見学 ～東堀保育園～ 東堀保育園
7/11 (金)	親子の絆 松澤 弥栄
7/18 (金)	一緒に音楽を楽しみましょう 進藤 久美子
7/25 (金)	自然でのあそび ～やまびこ公園～
8/29 (金)	諏訪湖一周遊覧
9/5 (金)	シャボン玉あそび ～親子で遊ぼう虹の世界～ 社会教育指導員
9/19 (金)	夢の世界を楽しむ ～パネルシアターと読み聞かせ～ 小松 令子・図書館職員
9/26 (金)	親子の紙工作 ～紙を使っておもちゃ作り～ 岩波 玉穂
10/3 (金)	子どものおやつ作り 健康推進課職員
10/10 (金)	消防署見学 ～救急処置と消防署見学～ 岡谷消防署署員
10/17 (金)	子どもの健康 ～子どもの病気について～ 岡谷病院看護師
10/31 (金)	閉講式 反省会

全16回 定員30名
午前10時～11時30分

平成20年度 高齢者セミナー・学級

高齢者のみなさんが、楽しく学び合
いながら仲間づくりの輪を広げ、健康
で生きがいのある日々を過ごせるよう
支援します。仲間を誘ってお気軽にご
参加ください。

- ◆対象 市内に在住の概ね60歳以上の方
- ◆受講料 無料（材料代等は個人負担）
- ◆申込方法 直接または電話で各公民館、カルチャーセンターへ
- ◆申込開始 5月8日（木）から（受付初日の電話による受付はしません。定員になり次第締め切ります）

※詳しくは、各会場へお問い合わせください。

（講師等敬称略）

イルフプラザ 24-8401
カルチャーセンター 24-8442

湊公民館 22-2300
23-1598

川岸公民館 23-2200
23-1681

長地公民館 27-8080
26-1317

期日	テーマ（内容・講師名）
5/29 (木)	開講式 心に太陽 くちびるに歌 行田 敏一
6/5 (木)	写真に魅せられて ～白鳥 尾瀬 白川郷の世界～ 鮎澤 毅
6/19 (木)	健康体操 深澤 由子
6/26 (木)	出前講座 食の安全 ～食品表示から学ぶ正しい食品情報～ 長野農政事務所 所員
7/10 (木)	野菜と健康 食品会社・坂本 秀樹
7/17 (木)	自己表現の楽しさを学ぶ 山田 千津子
7/24 (木)	音楽を楽しむ 二胡・トランペット・ピアノ 劉鉄鋼・小口悌司・小口悦子
8/28 (木)	出前講座 ～江戸時代の女性の旅～ 県立歴史館 学芸員
9/4 (木)	海外への三つの夢の旅 ～日食 オーロラ 万里の長城～ 今井 文明
9/18 (木)	俳句を学ぶ 原 天明
9/25 (木)	放送大学共催講座 ～宇宙の中の人間と生命～ 海部 宣男
10/2 (木)	バスハイク (目的地・アンケートに より決定)
10/16 (木)	体験を語る 受講生の話
10/23 (木)	文学講座 平林たい子の世界 市川 一雄
11/6 (木)	出張講座・おもしろ美術講座 信州の画家たち 信濃美術館 学芸員
11/13 (木)	俳句添削鑑賞 原 天明 閉講式
全16回 定員120名 午前10時～11時30分	

期日	テーマ（内容・講師名）
5/30 (金)	開講式 ～猿の話・カラスの話～ 農林水産課・県農林課
6/6 (金)	東山魁夷の美世界 ～おもしろ美術講座～ 信濃美術館学芸員
6/13 (金)	山小屋の夜話 ～人と動物と草花と～ 山小屋経営者 小平忠敏
6/20 (金)	戦国時代の山城の実際 ～花岡城址の現地見学 文化財協会 宮坂武男
7/4 (金)	光源氏をとりまく女たち ～源氏物語の千年紀～ 井上 若菜
7/11 (金)	江戸時代 諏訪湖の漁業 ～鵜飼、鯉馳、流網～ 瀨 善信
7/18 (金)	犯罪被害者支援法 ～その時どうするか～ 犯罪被害者支援センター
7/25 (金)	健康維持のためのアロエバ ～効用、歴史、栽培～ 小平 安男
9/5 (金)	戦時下を生きた人々 ～語り継ぐ戦争体験～ 小川 利夫
9/12 (金)	日本酒づくりあれこれ ～銘柄毎の醸造法～ 酒造会社 宮坂 裕之
9/19 (金)	相続の準備 ～今、しておく事～ 税理士会 今井 紅
9/26 (金)	シルク岡谷の歴史 ～発生、発展、終末～ 蚕糸博物館学芸員
10/3 (金)	バスハイク ～無言館、塩田平～
10/10 (金)	健康体操をしよう ～日々行うこと～ 深沢 由子
10/17 (金)	懐かしい歌 ～歌に込められた想い～ 降幡 智敏
10/24 (金)	閉講式 野鳥の世界 ～保護活動と観察～ 野鳥の会 林 正敏
全16回 定員45名 午後1時30分～3時	

期日	テーマ（内容・講師名）
6/6 (金)	開講式 文学を楽しむ（その1） ～枕草子 清女から見た平安時代～ 細田 博人
6/13 (金)	歌はともだち ～元気に歌いましょう～ 行田 敏一
6/20 (金)	国際理解（その1） ～世界を旅して～生と死を考える～ 湖畔病院 井口 寛次
6/27 (金)	地域講座（その1） ～川岸小学校音楽会見学～
7/11 (金)	国際理解（その2） ～太陽・オーロラの神秘～ 今井 文明
7/18 (金)	健康講座（その1） ～のびのび・真向法～ 深澤 由子
7/25 (金)	福祉講座 ～介護保険・福祉の話～ 介護福祉課職員
8/1 (金)	健康講座（その2） ～健康長寿の食事～ 健康推進課職員
9/5 (金)	文学を楽しむ（その2） ～土田耕平の童話・童謡～ 近藤 信也
9/12 (金)	地域講座（その2） ～諏訪の動物たち～ 哺乳類学会 両角 源美
9/19 (金)	健康講座（その3） ～フラダンスで元気になる～ 幅口 順子
9/26 (金)	健康講座（その4） ～野草の話（秋）～ 鈴木 通夫
10/3 (金)	郷土の歴史（その1） ～山城探訪～ 文化財協会 宮坂 武男
10/10 (金)	バスハイク ～みんなで協議して決定～
10/31 (金)	郷土の歴史（その2） ～岡谷・川岸の古代を訪ねて～ 県考古学会 会田 進
11/14 (金)	閉講式 楽しく歌う 学級を振り返って
全16回 定員50名 午後1時30分～3時	

期日	テーマ（内容・講師名）
6/3 (火)	開講式 石造物から見た祈りの心 横内 達夫
6/10 (火)	一緒に音楽を楽しみましょう 進藤 久美子
6/17 (火)	草花の育て方 園芸指導員 中谷 豊
6/24 (火)	ニュースポーツを楽しみましょう スポーツ振興課職員
7/1 (火)	金石文化を楽しむ 細田 博人
7/8 (火)	世界を旅して ～生と死の世界を考える～ 湖畔病院 井口 寛次
7/15 (火)	南極の話聞こう 自衛隊諏訪地方事務所職員
7/22 (火)	音楽鑑賞 ～ハワイアン音楽を聴こう～ アロハウインズ
9/2 (火)	落語を楽しむ ～笑うかどには福来る～ すわか八福神
9/9 (火)	バスハイク ～信濃美術館と善光寺～
9/16 (火)	老人医療の話 ～認知症について～ 岡谷病院リハビリテーション科
9/30 (火)	水生昆虫の話 日本陸水学会 茅野 靖夫
10/7 (火)	東山魁夷と信州 信濃美術館学芸員
10/14 (火)	山城探訪 文化財協会 宮坂 武男
10/21 (火)	七宝焼きに挑戦しよう 社会教育指導員
10/28 (火)	閉講式 反省会
全16回 定員50名 午後1時30分～3時	

平成20年度 女性セミナー・学級

もっと自分自身を磨きたい、もっと生活を楽しまたい…そう思っていませんか？女性を対象としたさまざまな学習の場を提供しています。新しい生き方、生活の楽しみ方を受講生のみなさんで発見してみませんか？

- ◆対象 市内に在住・在勤の16歳以上の女性
- ◆受講料 無料（材料代等は個人負担）
- ◆申込方法 直接または電話で各公民館、カルチャーセンターへ
- ◆申込開始 5月8日（木）午後7時から（受付初日の電話による受付はしません。定員になり次第締め切ります）

※詳しくは、各会場へお問い合わせください。

（講師等敬称略）

イルフプラザ ☎24-8401
カルチャーセンター ☎24-8442

湊公民館 ☎22-2300
☎23-1598

川岸公民館 ☎23-2200
☎23-1681

長地公民館 ☎27-8080
☎26-1317

期日	テーマ（内容・講師名）
5/28 (水)	開講式 はじめまして！ ～ハーブティーを楽しみましょう～ ハーブコーディネーター 笠原 ゆみ子
6/4 (水)	出前講座 ～ゴミはどこへいくの～ 環境課職員
6/18 (水)	墨絵の世界体験 ① 長野県水墨画協会副会長 武井 寿々子
6/25 (水)	更生保護の話しあれこれ 岡谷地区保護司会副会長 吉見 大蔵
7/2 (水)	墨絵の世界体験 ② 長野県水墨画協会副会長 武井 寿々子
7/16 (水)	イルフ童画館開館10周年 ～武井武雄の世界～ イルフ童画館学芸員
7/25 (金)	諏訪の長い夜 ～イルフ童画館見学～ イルフ童画館学芸員
7/30 (水)	食の安全 ～私達が安心して暮らすために～ 関東農政局地域第2課
9/3 (水)	【4館合同講座】 ～文学散歩～ 森鷗外の名作「雁」の鑑賞
9/10 (水)	心の健康 ① ～現代社会を生きぬくために～ 放送大学 准教授 金高 茂昭
9/17 (水)	心の健康 ② ～現代社会を生きぬくために～ 放送大学 准教授 金高 茂昭
9/24 (水)	料理実習 ～簡単・おいしい漬物ほか～ 岡谷市農業婦人グループ
9/28 (日)	【4館合同バスハイク】 ～東京文学散歩～
10/8 (水)	リンパセラピー ～体の中から健康に～ リンパセラピーアドバイザー 荒井利恵
10/15 (水)	閉講式 ～野の花を飾ろう～ フラワーアレンジメントの基本を学ぶ 亀割 成美
全15回 定員60名 午後7時～8時30分	

期日	テーマ（内容・講師名）
6/3 (火)	開講式 ～さわやかな汗をかこう～ 星野 千枝子
6/10 (火)	「裁判員制度」ってなに？ ～もしもあなたが選ばれたら～ 諏訪簡易裁判所職員
6/17 (火)	6月は環境月間！ ～環境にやさしい暮らし～ 環境課職員
6/24 (火)	ヨーガに挑戦！ ～心と体に効くヨーガ～ 片桐 りよ子
7/1 (火)	ビーズアクセサリーに挑戦 ～手作りのアクセサリー～ 手芸教室主宰 立石 智保子
7/8 (火)	リンパセラピー入門 ～身体の中から美しく、健康に！～ 荒井 利恵
7/22 (火)	リンパセラピー入門 ～身体の中から美しく、健康に！～ 荒井 利恵
7/29 (火)	骨骨健康づくり ～食生活から見直そう～ 健康推進課栄養士
9/3 (水)	【4館合同講座】 ～文学散歩～ 森鷗外の名作「雁」の鑑賞
9/9 (火)	今日は「救急の日」 ～火元から学ぶ火災予防と初期消火～ 岡谷消防署署員
9/16 (火)	デザート作り ～手作りデザートを食卓に～ 菓子店経営 中村 好美
9/28 (日)	【4館合同バスハイク】 ～東京文学散歩～
10/7 (火)	お肌美人になろう ～若返るお手入れの秘訣～ 今井 瑞穂
10/22 (水)	風呂敷を使おう ～包み方・結び方を覚えよう～ 松沢 由美
10/28 (火)	手作り料理で閉講～我が家のメニューを増やそう～ 料理研究家 百瀬 博子
全15回 定員24名 午後7時～8時30分	

期日	テーマ（内容・講師名）
6/6 (金)	開講式 まっすぐのびのび真向法 深澤 由子
6/13 (金)	思い出のメロディーを歌おう！ ～ギターの音色を聴きながら～ 安川 誠
6/20 (金)	健康バランスウォーキング ～美しい歩き方を学ぼう！～ 進藤 久美
6/27 (金)	はじめよう！エコクラフト ～かんたん小物をつくる～ 浅川 セツ子
7/4 (金)	どこまで知ってる？裁判員制度 ～もしもあなたが選ばれたら～ 弁護士 三澤 敏郎
7/11 (金)	美容 健康 長生き ～アロエベラを知り尽くす～ 小平 安男
7/18 (金)	施設見学「イルフ童画館」 ～諏訪の長い夜～を楽しむ イルフ童画館学芸員
7/25 (金)	ニイハオ！太極拳 ～背筋をピンと、美容健康に～ 石田 素子
8/29 (金)	【4館合同講座】 ～文学散歩～ 森鷗外の名作「雁」の鑑賞
9/3 (水)	講演 ～自分らしく生きる～ 小池 喜代
9/12 (金)	プロから教わる絶品スイーツ ～秋の夜長をきれいに彩る～ 菓子店経営 中村 好美
9/19 (金)	【4館合同バスハイク】 ～東京文学散歩～
9/28 (日)	【4館合同バスハイク】 ～東京文学散歩～
10/3 (金)	地球にいいこと始めよう ～家庭でできる省エネのコツ～ 環境課職員
10/10 (金)	閉講式はみんなでワイワイ ～健康ヘルシークッキング～ 食改すずしろ会員
全15回 定員30名 午後7時～8時30分	

期日	テーマ（内容・講師名）
6/4 (水)	スマイルレッスン ～輝く笑顔で今年もスタート！～ 進藤 久美
6/11 (水)	原産地表示制度について ～仕組みを知って安全な食生活～ 長野県職員
6/18 (水)	体を動かそう ～3B体操でさわやかに～ 中島 久子
6/25 (水)	古典文学にふれる ～枕草子と定子皇后～ 前田 鈴子
7/2 (水)	裁判員制度を知る ～選ばれたときのために～ 長野地方検察庁職員
7/9 (水)	調理実習 ～アレンジ丼に挑戦～ 清水 康宏
7/16 (水)	神社の中にお寺がある!? ～日本人の宗教観～ カルチャーセンター職員
7/23 (水)	ヨーガでリラックス ～心身ともにリフレッシュ～ 片桐 りよ子
9/3 (水)	【4館合同講座】 ～文学散歩～ 森鷗外の名作「雁」の鑑賞
9/10 (水)	いざという時のために ～応急手当をマスターしよう～ 岡谷消防署署員
9/17 (水)	七宝焼きを楽しむ ～世界に1つだけの作品を作ろう！～ 社会教育指導員
9/24 (水)	盛り付けのコツを学ぶ ～きれいな盛り付けで食欲UP！～ 清水 康宏
9/28 (日)	【4館合同バスハイク】 ～東京文学散歩～
10/8 (水)	あなたの近くにある文化財 ～地域の文化財を知る～ 生涯学習課職員
10/15 (水)	掃除の悩みを解決！ ～プロから知る掃除のコツ～ 矢崎 晴美
全15回 定員30名 午後7時～8時30分	



平成20年度

岡谷市IT講習会 (第1期)

必要なのはわかっているけど…パソコンを触ったことがない、触るのが怖い、と思っている方いませんか？
もうちょっと詳しく知りたい！！という方いませんか？IT講習会でスキルアップしましょう。

講座名	会場	内容	開講日・時間帯	テキスト	受講料	備考・対象
① はじめてのパソコン	カルチャーセンター	パソコンの基礎知識、マウスの操作方法、文字入力などを学びます	6月9日～24日 月・火曜日〔全5回〕 ※10日(火)は休み 午後7時～9時	FOM出版 IT基礎 パソコン入門 (1,000円)	1,000円	パソコン初心者 不慣れな方対象
② シニア向けゆっくりパソコン	長地公民館	パソコンの基礎知識、マウスの操作方法、簡単な文字入力をゆっくりと学びます	6月16日～30日 月・水曜日〔全5回〕 午前10時～正午	FOM出版 IT基礎 シニアのための はじめてパソコン (1,200円)	1,000円	パソコン初心者の高 齢者の方対象
③ 簡単な家計簿作成で覚えるエクセル	カルチャーセンター	エクセルで簡単な家計簿を作りながら、セルの使い方・計算・簡単な数式を学びます	6月7日～21日 土曜日〔全3回〕 午後1時30分～3時30分	右欄参照	4,000円	文字入力ができマウスが扱える方 資料代として別途 1,200円必要 ★託児付

■対象 市内在住もしくは在勤の方 ■定員 ①②…16名 ③…20名 ※使用OS…①②Microsoft Windows Me ③Windows XP

■申込み方法 ▽申込書を、イルプラザ・カルチャーセンター、湊公民館、川岸公民館、長地公民館のいずれかへ提出する。
▽申込書を、封書にて上記のいずれかへ郵送する。

■締め切り **5月14日(水) 午後5時まで** 郵送の場合は当日必着のこと。

締切日までに定員に満たない講座は、5月19日(月) 午前9時から開講前日まで先着順にて随時申し込みを受け付けます。
定員を超えた講座は、抽選を実施します。

抽選日…5月16日(金) 午前10時～(抽選会場：イルプラザ・カルチャーセンター IT研修室)
抽選は公開とし、立会い希望の方は、直接抽選会場にお越しください。

■申込み・問合せ先

イルプラザ・カルチャーセンター	〒394-0027	岡谷市中央町1-11-1	☎24-8401
長地公民館	〒394-0083	岡谷市長地2-15-26	☎27-8080

平成20年度 岡谷市青年学級

説明会

5月16日(金) 午後7時30分～9時
イルプラザ・カルチャーセンターIT研修室
申込みは必要ありません。直接お越しください。

受講生
大募集!



～上半期の講座～

5月23日(金)	開講式～はじめましてこんばんは～
5月30日(金)	ボウリング大会
6月6日(金)	岡谷や諏訪地方の郷土料理を作る
6月13日(金)	文集作成・自主活動
6月14-15日(土日)	交流会～郡山市青年学級が岡谷にやってくる～
6月20日(金)	筆跡で心理がわかる
6月27日(金)	日中関係事始め
7月4日(金)	ペタンクをやってみよう
7月11日(金)	これで私も芸術家?～陶芸①～
7月18日(金)	自分らしく生きる
7月25日(金)	諏訪の長い夜に参加しよう
7月27日(日)	社会見学 ～信濃美術館編～
8月1日(金)	自主活動
8月8日(金)	これで私も芸術家?～陶芸②～
8月22日(金)	環境を考える
8月29日(金)	キャンプに向けて(準備)
8月30-31日(土日)	キャンプ
9月5日-12日(金)	後期は何する? 後期編成会議
9月19日(金)	エコドライブと交通安全
9月26日(金)	自主活動
9月中(日)	社会見学 ～SUNTORY白州蒸留所編～
10月3日(金)	お好み焼き
10月10日(金)	インディアカをやってみよう
10月17日(金)	自主活動
10月24日(金)	祭だ!文化祭作品展準備
10月31日(金)	文化祭 祭だ!文化祭作品展参加!

仲間をつくり、体を動かし、頭をひねる
～新たな楽しみ見つけませんか～

若者が集まり、スポーツ・旅行・料理・学習などを通して、「憩いの場」「学習の場」「仲間作りの場」となる学級です。

様々なジャンルの1人ではできないことを数多く実施しています。お気軽にお越しください!

■対象 市内在住、または在勤の方で、おおむね18歳～35歳の独身の方

■活動日 基本的に金曜日の午後7時30分～9時

■会場 イルプラザ・カルチャーセンター

■受講料 無料 (講座によっては実費) ■定員 40名

■申込み 随時受付

直接会場へ、または電話等でお申し込みください。

■問合せ イルプラザ・カルチャーセンター

☎24-8401 ☎24-8442

☆きんくらのHP☆ <http://park.geocities.jp/kinkura6/>
(ネットで「きんくら」を検索してみてください!)



mail