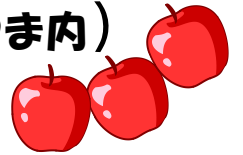


# 福知山市立中央公民館（市民交流フラザふくちやま内）



<受付時間>  
<休館日>

申し込み・お問い合わせ 22-9551  
平日：午前8時30分～午後5時まで  
年末年始



4/28(木)より  
受付開始

## たのしい書道教室

<日程> 6月～7月  
毎週水曜 午後7時～9時  
全6回講座  
<定員> 20人  
<申し込み締め切り日>  
5月20日 金曜日  
教材費 1,500円

## そば打ち教室

<日程> 10月～12月  
土曜日 午後1時～3時半  
全5回講座  
<定員> 16人  
<申し込み締め切り日>  
9月30日 金曜日  
材料費 1回700円

## 男性クッキング

<日程> 6月～11月  
水曜日 午前10時～午後1時  
全5回講座  
<定員> 12人  
<申し込み締め切り日>  
5月20日 金曜日  
材料費1回 500円

## クラフトバンド初心者教室

<日程> 8月～12月  
水曜日 午後1時～4時  
全5回講座  
<定員> 15人  
<申し込み締め切り日>  
8月10日 水曜日  
材料費 1回目 300円  
2回目以降見本の中から希望の  
作品を作る。作品により異なる。

## 米粉教室

<日程> 9月～1月  
水曜日 午前9時～12時  
全4回講座  
<定員> 10人  
<申し込み締め切り日>  
8月26日 金曜日  
材料費 1回 500円程度

## 手作りパン教室

<日程> ①Aグループ  
6/2・9・23  
②Bグループ  
9/1・15・29  
木曜日 午後1時～4時  
各グループ3回講座  
<定員> 各グループ8人  
<申し込み締め切り日>  
①Aグループ5月20日 金曜日  
②Bグループ8月12日 金曜日  
材料費 1回800円程度

## 季節料理教室

<日程> ①夏の料理教室 8/5  
②冬の料理教室 12/9  
金曜日 午後1時～3時半  
<定員> 各回 20人  
<申し込み締め切り日>  
①7月15日 金曜日  
②11月18日 金曜日  
材料費 ①1,000円  
②1,300円

## 柚子ジャムとこんにゃく作り

<日程>①こんにゃく作り 11/17  
②柚子ジャム作り 11/24  
木曜日 午前9時半～12時  
<定員> 各回 20人  
<申し込み締め切り日>  
①10月31日 月曜日  
②11月4日 金曜日  
材料費 ① 500円  
② 500円

## “心と体をリフレッシュ！その2” バランスボールで弾もう

<日程> 9月～1月  
水曜日 午前10時半～11時半  
全5回講座  
<定員> 10人  
<申し込み締め切り日>  
8月10日 水曜日  
医師からの運動許可のある方  
<持ち物>ヨガマット・ボール  
水分補給のためのお水  
ボール貸出し1回 300円

## “心と体をリフレッシュ！その3” 台湾風ストレッチ～楽筋操～

<日程> 9月～10月  
木曜日 午前11時～12時  
全5回講座  
<定員> 15人  
<申し込み締め切り日>  
8月31日 水曜日  
<持ち物>ヨガマット  
水分補給のためのお水

## “心と体をリフレッシュ！その1” フラダンス教室

<日程> 8月～9月  
木曜日 午前11時～12時  
全5回講座  
<定員> 15人  
<申し込み締め切り日>  
7月25日 月曜日  
<持ち物>水分補給のためのお水

- 中央公民館の講座については申し込み多数の場合は抽選になります。抽選後、参加者には日程表を送付します。
- 文化祭には出展の御協力をお願いします。
- 夏休みには、わくわく体験教室（小学生対象）が開催されます。（各小学校を通じて案内を配付します。）