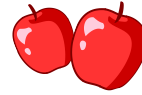


# 福知山市立川口地域公民館

申し込み・お問い合わせ 33-3117

<受付時間> 午前8時30分～午後6時

<休館日> 毎週火曜日・年末年始・国民の祝日



<https://www.city.fukuchiyama.lg.jp/site/kyouiku/list218-878.html>

web 申し込みはこちらから

## 高齢者向け 脳トレ教室

<日程> 11月27日(金曜日)  
13時30分～15時  
<定員> 20名(※切・10/30)  
川口地域包括センターの皆さんによる楽しい教室です。

## おいしい お茶の入れ方教室

<日程> 7/22・29  
8/5(各水曜日)全3回  
13時30分～15時  
<定員> 8名(※切・6/24)  
材料費(各回)1,000円  
いつも飲んでいるお茶がよりおいしく飲めるように学ぶ教室です。

## 親子クッキング教室

<日程> 7月25日(土曜日)  
13時30分～16時  
<定員> 8組(※切・6/27)  
(小学生以下のご家族対象)  
材料費 ひと家族1,000円  
オーブントースターを使って焼き菓子を作ります。ご家族で楽しい時間を過ごしてください。

## 高齢者向けヨガ教室

<日程> 9/3・17  
10/1・15・29  
(全5回 各木曜日)  
13時30分～14時15分  
<定員> 6名(※切・8/6)  
自分に合った動きで体力もつけ、毎日の生活にも取り入れられるように初心者向けに優しく教えていただく教室です。

## 世の中の変化に合わせた 生き方を学ぶ講演会

<日程> 8月8日(土曜日)  
13時30分～15時  
<定員> 20名(※切・7/25)  
近年IT化が進む中、毎日の生活が不安になる。どうしたら生きやすくなるかヒントが学べる講演です。

## 貯筋体操教室

講師：赤井貴志恵さん  
<日程> 6/4・18 7/2・16  
8/6・20 9/3・17  
10/1・15(各木曜日)  
10時～11時(全10回)  
<定員> 30名(※切・5/28)  
おしゃべりと笑いでストレス発散！毎回、笑顔で元気になる体操です。

## 川口の歴史を学ぶ教室

<日程> 7月11日(土曜日)  
13時30分～15時  
<定員> 20名(※切・6/27)  
川口の歴史を学ぶ第2弾！大江山の鬼との関りに続いて、地元の歴史が学べる教室です。

## エコクッキング教室

<日程> 6/11 7/9  
10/8 11/12(各木曜日)  
9時30分～12時(全4回)  
<定員> 12人(※切・5/14)  
材料費 各回500円  
季節の野菜を無駄なく使うエコな料理方法や発酵についても学べる教室です。

## 季節の タペストリー作り教室

<日程> 12月12日(土曜日)  
13時30分～16時  
<定員> 10名(※切・11/14)  
材料費1,000円  
いろいろな材料を使ってお正月のタペストリー作りを教えてください。



**※受付開始日 4月2日(木)**

**お申し込みは抽選とさせていただきます、締切後、メール、電話またはハガキにてお知らせいたします。**

