



福知山市立夜久野地域公民館（ふれあいプラザ内）



申し込み・お問い合わせ 37-1188

<受付時間> 平日 午前8時30分～午後5時

<https://www.city.fukuchiyama.lg.jp/site/kyouiku/list218-878.html> Web申込みはこちら

心とからだの健康

健美操(けんびそう)

<日程> ① 5月 8日(金)
② 7月10日(金)
③ 9月11日(金)
④ 11月13日(金)
⑤ 1月 8日(金)
⑥ 3月 5日(金)
午後1時半～2時45分 全6回
<定員> 20人(申込〆切 4/23)
四季を通して体の変化を見つめながら身体を動かします。心身を整えよう！

アロマワックスバー

<日程> ④ 6月2日(火)
⑧ 11月17日(火)
いずれも午前10時～11時半
<定員> 2コース 各15人
(申込〆切 ④ 5/11 ⑧ 10/19)
アロマオイルを使った小物作り。香りの効果を活用し日々の暮らしを豊かに！
※材料代 1,000円程度

草木で遊ぶ

自然素材を使った飾り

<日程> ① 9月 3日(木)
② 9月10日(木)
午後1時半～4時 全2回
<定員> 10人(申込〆切 8/3)
木や竹を使った味わいある置物作り！
※材料代 1,000円程度

木のアート

<日程> 11月27日(金)
午後1時～4時
<定員> 10人(申込〆切 10/26)
木の温もり味わいを活かしたミニチュエアーを、大工さんから教わります。
※材料代 1,500円程度

Baby・Kids 応援

子ども体験教室 遊ぼう！作ろう！！「丹波漆」

<日程> 7月25日(土)午前10時～12時
<場所> 「やくの木と漆の館」(夜久野町平野農匠の郷)
<定員> 20人 ※小学生・未就学のお子様には保護者同伴(申込〆切 7/1)
郷土の伝統文化である漆の歴史や魅力を、講話や絵付け体験を通して学びます。※材料代 500円 保護者別途

親子わくわく教室

<日程> ① 6月16日(火)午前10時半～11時半 リトミック
② 9月15日(火)午前10時半～11時半 ペビレヨガ
③ 11月10日(火)午前10時半～11時半 「色育」申込 9/1～
<定員> ①②30人、③ 10組(先着順) ※乳幼児/保護者対象
乳幼児の親子の学びや子育てを応援します！

料理人に学ぶ魚料理入門

<日程> ① 6月10日(水)
② 6月24日(水)
③ 7月 8日(水)
午前10時～午後1時 全3回
<定員> 10人(申込〆切 5/11)
プロから、自宅のできる魚料理を学びます。
※材料代は各 1,000円程度

地元の食材で旬のお料理

<日程> ① 7月22日(水)
② 9月16日(水)
③ 2月24日(水)
午前10時～午後1時 全3回
<定員> 12人(申込〆切 6/22)
テーマ(①洋風 ②中華風③和風)を設け 身近な食材で家庭料理を実習。知識やバリエーションを学びます。
※材料代は各 1,000円程度

初めての手仕事

かぎ針編みの ピースポーチを作ろう！

<日程> ① 7月 7日(火)
② 8月 4日(火)
午後1時半～3時半 全2回
<定員> 10人(申込〆切 6/8)
かぎ針編みのがま口ポーチ作り。
※材料代は一作品 1,000円程度

初めての「つまみ細工」

<日程> ① 10月14日(水)
② 11月11日(水)
③ 12月9日(水)
午後1時半～3時半 全3回
<定員> 10人(申込み〆切 9/14)
つまみ細工の技法を使った小物を作ります。ものづくりって楽しい！
※材料代は各 1,000円程度

まちかどセミナー

《健康講座》

「おうちとカラダをととのえる 整理収納」

<日程> 5月19日(火)午後1時半～3時半
<定員> 50人
整理収納のノウハウを学びながら、心と体が整う健康で安全な暮らし方について考えます。

歴史講座

ふるさと講座「夜久野学」

「梵鐘(ぼんしょう)と鋳物師(いものし)」

<日程> 6月17日(水)午後1時半～3時半
<会場> 瑞林寺(上夜久野板生羽白)
<定員> 40人
町内のお寺にある釣鐘の特徴やそれを製作した鋳物師について、たくさんの映像を見たり、実際に現地で解説を聞きながら学びます。

まちづくり講座

「夜久野のみらいを創る集い」

<日程> 12月5日(土)午後1時～(予定)
<会場> 未定
住みよいまちづくりについて、世代を超えて語り合います。

高齢者あんしん講座

「いきいき大会」

<日程> 2月26日(金)午後(予定)
集って笑っていきいき！
楽しい春のひとときを…
<定員> 200人

音楽サロン♪

“うたごえ喫茶”

<日程> 10月16日(金)
午後1時半～3時半
<定員> 80人
歌ったり、癒やしの曲を聞いて心と体をリフレッシュ♪

“名曲喫茶”

<日程> 3月6日(土)
午後1時半～3時半
<定員> 70人
MAF管弦楽団の演奏を楽しみ鑑賞します♪

トーク&コンサート

<日程> 11月1日(日)午後2時～3時半
★当日は ふれあいいきいきフェスタ
(第21回公民館まつり)開催！

*定員を超えるお申込みがある場合は抽選となります。