

平成28年度公民館講座のご案内

申し込みは平日午前9時から午後5時まで、公民館窓口及び電話・FAX・メールで受け付けます。

申し込み多数の場合は初心者優先とし公民館にて責任抽選いたします。また少人数の場合は講座が中止となる場合もあります。

なお、FAX・メールでお申し込みされる方は講座名、名前、住所、電話番号を必ず明記してください。

電話 23-8880 FAX 25-2224

E-mail: bunka@city.komoro.nagano.jp

人権同和教育研修講座

～人権について正しい理解を深める講座です～

◇期日・内容 全4回(木)

期日	テーマ
6/2	セカンドチャンス 少年院出院からのリスタート
6/9	人権感覚の育成①
6/23	人権感覚の育成②
6/30	部落差別 今、私が思うこと

◇対象 市内在住の方
◇時間 午後7時～
午後8時30分
◇受講料 無料
◇場所 第一講義室
◇定員 90名
◆申し込み締切 4月28日(木)

《パソコン教室》エクセルの基礎 春コース

— エクセルの基礎を学ぶ —

表計算の基礎を学習します。文字入力のできる方、表やグラフを作りたい方におすすめです。公民館のパソコン(Windows7・エクセル2010)を使用する全6回講座です。

◇開催日 6月8・10・15・17・22・29日(水・金)
◇開催時間 午後1時30分～午後3時30分
◇場所 図書学習室 ◇定員 16名
◇テキスト代 1,296円
◆申し込み期間 5月11日(水)～5月17日(火)

《パソコン教室》タイピングのすすめ

— 文字入力を覚えよう —

初めてパソコンに触る方、パソコンをはじめてばかりの方におすすめです。パソコンの入力の仕方や基本操作を学習します。公民館のパソコン(Windows7・ワード2010)を使用する全3回講座です。

◇開催日 6月15・22・29日(水)
◇開催時間 午前9時30分～午前11時30分
◇場所 図書学習室 ◇定員 16名
◆申し込み期間 5月11日(水)～5月17日(火)

働く婦人の家

《技能アップ講座》ワード&エクセル中級

— 就活に役立てる機能を学ぶ —

ワード(文書作成・図表作成・レイアウト編集)、エクセル(数式・関数・表)を学習します。公民館のパソコン(Windows7・ワード2010・エクセル2010)を使用する全6回講座です。

◇開催日 6月11・18・25日・7月2・9・16日(土)
◇開催時間 午前9時30分～午前11時30分
◇場所 図書学習室 ◇定員 16名
◇テキスト代 2,376円
◆申し込み期間 5月16日(月)～5月20日(金)

働く婦人の家

《生活文化講座》夏祭りには浴衣でエンジョイ!

— 浴衣の着付けと帯結びをマスターしよう —

◇開催日 5月28日・6月4・11・18日(土)
◇開催時間 午前9時30分～午前11時30分
◇場所 講習室
◇定員 10名(先着順)
※浴衣一式レンタル(有料)あります。
◆申し込み期間 5月9日(月)～5月13日(金)



働く婦人の家

《生活文化講座》女性のためのリンパケア

— リンパ活性化して免疫力を高めよう —

◇開催日 6月7・14・21・28日(火)
◇開催時間 午前10時～午前12時
◇場所 視聴覚室
◇定員 10名(先着順)
◇受講料 1回1,000円
◆申し込み期間 5月12日(木)～5月18日(水)



働く婦人の家

《料理教室》パンづくり

— 初めてのパン作り —

基本のパンや桃のパイなど色々なものを焼いてみよう!

◇期日・内容 全3回(水)

回	内容
6/1	バターロール クリームパン
6/8	ちぎり動物パン
6/15	桃のパイなど

◇開催時間 午前9時30分～
午前11時30分
◇場所 料理教室
◇定員 24名
◇材料費 1回500円
◇申し込み期間 5月12日(木)～
5月18日(水)

働く婦人の家

《センスアップ講座》アロマテラピー2級検定取得講座

— アロマの効用と利用の仕方を学ぶ —

◇日 程 全8回(金)

月	日
6	3・17
7	8・22
8	26
9	2・16
10	14

◇開催時間 午前9時30分～午前11時30分
◇場所 料理教室他
◇定員 24名
◇受講料 1回2,000円
◇テキスト代 2,160円
◆申し込み期間 5月12日(木)～5月18日(水)

