

〈あなたの生きがいづくりを応援します〉

みかわマイチャレ対象事業
(1回の参加につき10ポイント)

みかわ 町民講座



~いつまでも美しく健康に~



フラダンス



ハワイの音楽に合わせてリラックスした気持ちでゆったり踊ります。
普段動かさない筋肉を刺激して、全身の血流をアップさせましょう！
自然に体幹がきたえられ姿勢が良くなります。

- 開催日 ① 7月14日(金) ② 7月28日(金) ③ 8月11日(金)
④ 8月25日(金) ⑤ 9月 8日(金)
- 時間 19:00~21:00
- 講師 ハワイアンフラ教室 ハーラウ ナーワヒネ オカウアノエラニ主宰 本越睦子氏
- 会場 テオトル 多目的ホール ● 受講料 2,000円
- 定員 25名

~緑に触れて癒しの時間~

苔玉づくり

瑞々しい苔玉に触れて癒しの時間を過ごしませんか。草木の根を土で包み苔を付けていきます。季節の植物取り入れながら和の趣を楽しみましょう。



- 開催日 ① 7/25(火) 観葉植物
② 8/22(火) サボテン
③ 9/26(火) 紅葉
- 時間 19:00~20:00
- 講師 花のアトリエ チョコレートコスモス 齋藤智子氏
- 会場 テオトル 会議室1・2
- 受講料 1,500円
- 材料代 1回2,000円(当日集金)
- 定員 12名

~ジャムで楽しむ~

季節のくだもの

庄内産果物のジャムを使った、夏に食べたいスイーツのアレンジレシピを学びます。



- 開催日 ① 7月26日(水) プラムジャムのかき氷
② 8月31日(木) 桃ジャムを使った爽やかスイーツ
- 時間 18:30~20:30
- 講師 はらぺこファーム 高橋紀子氏
- 会場 三川町公民館 調理実習室
- 受講料 1,000円
- 材料費 1回1,200円(当日集金)
- 定員 16名

～シニア向けスマートフォン講座～ 初めてのスマホ+LINE

基本操作から、スマートフォンならではの機能について、実際に体験しながら学ぶ事ができます。携帯電話をお持ちでない方やガラケーをお使いの方をはじめ、どの電話会社のスマートフォンをお使いの方でも大丈夫です。（お持ちでない方へスマートフォンの貸出あり。）

- 開催日 ① 8月2日(水) ② 8月9日(水) ※どちらか1回
- 時間 13:30～15:30
- 講師 ソフトバンク株式会社 上島健伺 氏
- 会場 テオトル 多目的ホール
- 受講料 無料 ● 定員 各回15名



お1人様1回限り。申込み時にご希望の日にちをご指定ください。

町民講座の申込み方法

町民先行受付 6月20日(火)～30日(金)

一般受付 7月1日(土)～先着順

受講される方へお願い

活動内容に合わせた感染防止策を十分に講じた上で開催しますので、みなさまのご協力をお願いします。

- ・来館して申込みの場合は、申込用紙に記入し受講料を添えて申込みください。
- ・電話で申込みの場合は、7月11日(火)までテオトル窓口に受講料を納入してください。
- ・7月12日(水)以降のキャンセルについては、受講料をお返しできませんので、ご了承ください。
- ・庄内地方に在住の方は、どなたでも受講できます。
- ・先着順で受付し、定員になり次第、締め切ります。
- ・概ね10名の申込みがあった講座を開講します。
- ・開講できない講座の受講料は返金いたします。

三川町子育て交流施設 テオトル

〒997-1321 三川町大字押切新田字桜木 8-1

☎ 0235-64-8310

受付時間 午前8:30～午後8:30

申込締切 **7月11日(火)**

キ リ ト リ 線

町民講座申込書

受付日	受講料合計	円	受付担当
-----	-------	---	------

ふりがな	男・女	住所 〒
氏名	年齢 歳	TEL
1 フラダンス	2,000円	3 季節のくだもの 1,000円
2 苔玉づくり	1,500円	4 初めてのスマホ+LINE ①8/2 ②8/9 どちらかに○ 無料

備考欄