

全6回 定員10名	オカリナ教室	
講師	小野田忠雄（オカリナ製作・演奏家）	
開催日	火曜日（月2回）※最少催行人数 2名 【7月】14・28【8月】11・25【9月】8・22	
時間	【初級】13：30～15：00（90分） 【中級】15：00～16：00（60分）	
受講料	【初級】1回 1,000円 【中級】1回 2,000円 ※C管オカリナをお持ちの方は持参を。 ※持っていない方もお気軽にご相談ください。	
内容	初級クラスと中級クラス（トリプル管を演奏する実力のある方）に分けて実施します。豊かな音色を持つオカリナを通じて、音楽の楽しさを一緒に体験しましょう。	

全3回 定員6名	タピボン手芸教室	
講師	山岸万里子 （タピボン手芸研究所 主宰）	
開催日	火曜日（月1回） 【7月】28 【8月】18 【9月】22	
時間	10：00～12：00（120分）	
受講料	1回 2,000円 ※初回別途購入品あり 3,300円～	
内容	小田原発祥の刺繍で、毛糸を使った柔らかな風合いが特徴です。専用の針で毛糸をポツポツひと針ずつ布に刺してゆきます。全3回で作品を仕上げましょう。	

全6回 定員6名	英語で話そう
講師	小野田春代（南足柄市姉妹都市交流協会ボランティア通訳）
開催日	火曜日（月2回） 【7月】7・28【8月】4・18【9月】1・22
時間	10：45～12：15（90分）
受講料	1回 2,500円
内容	英語を「話す」ことに重点を置いたグループレッスンです。初心者や自信がないという方も大歓迎。毎回テーマについて楽しく実践的な会話をしながら、自然な英語表現を身につけましょう。

全11回	はじめてのバレエレッスン	
講師	藤井柚季乃	
開催日	金曜日 【7月】10・17・24・31 【8月】14・21・28【9月】4・11・18・25	
時間	19：00～20：15（75分）対象年齢 12歳以上	
受講料	1回 1,500円 親子で参加する場合は小学生も可（有料）	
内容	丁寧に体をほぐした後にバレエ音楽にあわせて踊ります。レオタードやバレエシューズは持ちでなくても構いません。バレエに挑戦してみたい方、お気軽にご参加ください。	

全6回 定員10名	のびやかボイス ～声を出すのが好きになる～
講師	加藤久代（A-T-T呼吸法 指導者）
開催日	木曜日（月2回） 【7月】2・16【8月】6・20【9月】3・17
時間	13：30～15：00（90分）
受講料	1回 1,000円
内容	声を出すのが苦手という方や、最近声を思うように出せないという方に、発声を心地よくスムーズにする呼吸法やストレッチ、簡単な歌の練習を指導します。リラックスしながら自分らしさを表現できるきっかけにもなるレッスンです。

全11回 定員20名	からだ軽やか 筋力講座 ～夏こそ代謝アップ編～	
講師	東 真美 （一般社団法人あすほ所属講師）	
開催日	水曜日【7月】1・8・15・29 【8月】5・19・26 【9月】2・9・16・30	
時間	15：00～16：00（60分）※座学&運動	
受講料	都度参加 1,100円/回 10回回数券 10,000円	
内容	加齢とともに起こる体の変化を知り、いきいき生活するための運動を実践！ 時期に合わせた健康ミニ講話+運動の60分。男女問わずご参加いただけます。	

1回完結 定員10名	杖道 ～自然な体の使い方を体験してみよう～	
講師	長谷川澄子（足柄杖道）	
開催日	7月24日（金） 9月25日（金）	
時間	10：00～11：30（90分）	
受講料	500円 ※当日受付も可能	
内容	杖道とは杖を用いた武道の一つです。突き、払い、打ちを左右等しく繰り出し、偏りのないバランスの良い体づくりを目指します。	

1回完結 定員10名	もっと上手に♪ 白髪染めホームカラー講座	
講師	大信田純子（美容師）	
開催日	9月9日（水）	
時間	10：00～11：30（90分）	
受講料	500円	
内容	白髪染めをご自宅でする際のコツや長持ちさせるための秘訣をお教えします。あると便利な専用ハケのプレゼント付き！※当日、実際に髪は染めません。	

