

# おすすめの講座情報

1月5日(日) 9:00~受付開始

お申込みは 中央本町地域学習センター 窓口  
または 03-3852-1431まで!


※あだち広報は紙面の都合上、全ての講座が掲載されません。  
※受付開始日の9:00~13:00は開催施設のみ受付。

気軽に当日参加! <<12月の中央本町センターサロン>>

**月 朗読カフェ** **無料** 大好きな本を朗読したり、聞いたり...。本の魅力を共有しましょう。  
18:00~20:00 12/16「クリスマス・正月」



**火 健康太極拳** **510円** 初心者の方でも大歓迎! 基礎から学べるサロンです。  
13:30~15:00 12/3、10、17



**火 囲碁** **200円** 初心者の方、ベテランの方も一緒に囲碁を楽しみましょう!  
18:00~21:00 12/3、17



**水 ツイッター・フェイスブック** **無料** コミュニケーションツールを覚えながら、楽しく交流しましょう!  
19:00~20:30 12/11



**木 将棋** **200円** 初心者の方、ベテランの方も一緒に将棋を楽しみましょう!  
19:00~21:00 12/12、26




**金 パソコン** **200円** パソコンを囲んで、みなさんで地域交流をしましょう!  
19:00~20:30 12/6、13、20、27



**土 こどもパソコン** **100円** みんなで楽しく勉強しながらパソコンに慣れよう!  
14:00~16:00 12/7



**日 ジュニア将棋** **50円** 将棋で遊びながら、考える力をつけよう! 初めての人も大丈夫だよ。  
14:00~16:00 12/15



**サロン運営ボランティア大募集中!**  
当センターでは、サロンの運営のお手伝いをしてくださるボランティアさんを募集しています。詳しくは2階受付までお気軽にお問い合わせください。

**朗読隊が行く  
「五反野のカフェテラスで朗読劇」**


お茶を片手に朗読に耳を傾ける、こころよい時間を皆さんにお届けします。12月のテーマは「師走」、1月は「雪」です。

【日時】12月14日・1月18日 各(土) 15:00~16:00  
【場所】カフェテラス「絵瑠座」(弘道一丁目)  
【対象】どなたでも (小学2年生以下は保護者同伴)  
【定員】各10名 【料金】1回:450円  
【朗読】中央本町センター職員

**女性コーラス  
サークル体験講座**

登録団体、「リーベフラウエンコーラあだち」の体験講座です。コーラスに興味がある方、この機会に始めてみてはいかがでしょうか?

【日時】1月21日・28日 各(火) 10:00~12:00 全2回  
【場所】中央本町センター2階 レクホール  
【対象】16歳以上の女性  
【定員】20名  
【料金】200円  
【講師】「リーベフラウエンコーラあだち」講師



**プロダンサーMANAの  
ダンススクール**

「学校にダンス部がない!」「やってみたくれど機会がない」とダンスから遠のいている方必見! プロダンサーのダンスレッスンです。

【日時】1月23日~3月27日 毎(木) (2月20日、3月20日除く) 19:00~20:00 全8回  
【場所】中央本町センター2階 レクホール  
【対象】中学生以上  
【定員】20名 【料金】4,000円  
【講師】MANA(第四中学校ダンス部講師)

**ベビーマッサージで  
スキンシップ**

オイルは使わず、肌着の上からマッサージとベビィヨガレッチ(ヨガとストレッチ)を行います。ママも赤ちゃんもリラックス♪

【日時】1月24日~2月14日 毎(金) 10:30~11:30 全4回  
【場所】中央本町センター2階 音楽室  
【対象】2ヵ月~1歳未満の子と保護者  
【定員】10組  
【料金】3,000円  
【講師】市川 美紀

**NTTドコモ  
「高齢者の携帯電話の使い方講座」**

携帯電話を持っている方もこれから買おうと考えている方も、分からない点はここで解決しましょう! 携帯電話の貸出もしています。

【日時】2月4日(火) 10:00~12:00  
【場所】中央本町センター2階 第1学習室  
【対象】おおむね60歳以上  
【定員】20名  
【料金】無料  
【講師】NTTドコモ派遣講師



**大人のためのおはなし会A・B**

大人が楽しめる絵本や物語を朗読します。大人になった今だからこそ分かるお話を、どうぞお楽しみください!

【日時】A) 2月5日(水) 19:00~20:00  
B) 2月9日(日) 10:30~11:30  
【場所】中央本町センター2階 レクホール  
【対象】どなたでも 【定員】各20名  
【料金】無料 【語り】中央本町センター職員

