

10月・11月

# 市民センター 教室・講座

市民センターで開催する教室・講座をお知らせします。市内在住・在勤の人が対象です。

申問 市民センター ☎(22)0340

## おとなの遠足“秋”

犬吠テラステラス、遊歩道、銚子マリーナ、地球の丸く見える丘ふれあい広場の全行程約10kmを歩きます。



- ▶日時 10月28日(水)  
9時30分～15時30分 ※雨天中止
- ▶集合場所 同センター ラウンジ
- ▶対象 成人 ▶定員 20人
- ▶持ち物 弁当、飲み物など
- ▶申込方法 10月7日(水) 10時から電話

## リラックスヨガ

深い呼吸とポーズで心身をリラックスさせましょう。



- ▶日程 11月1日、8日、15日、22日  
日曜日 (全4回)
- ▶時間 13時30分～14時30分
- ▶場所 同センター ホール
- ▶講師 西田秀美さん
- ▶対象 成人 ▶定員 20人
- ▶持ち物 ヨガマット、飲み物、汗拭きタオル
- ▶申込方法 10月13日(水) 10時から電話

## 七宝焼き体験

親子向けと成人向けの講座があります。

- ▶日程 11月22日(日)
- ▶場所 同センター 会議室
- ▶材料費 1個1,000円程度
- ▶講師 加藤 仁紀さん
- ▶申込方法 10月18日(日) 10時から電話
- ▶申込期限 11月8日(日)

### ①親子工芸教室

親子で七宝焼を作ります。

- ▶時間 10時～12時
- ▶対象 小学生とその保護者 ▶定員 10組



### ②おとなの七宝焼き

七宝焼きの基本を学びます。印鑑入れかブローチのどちらかを選んでください。

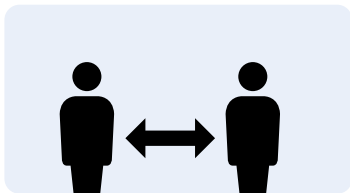
- ▶時間 13時30分～15時30分
- ▶対象 成人 ▶定員 10人



## 公共施設利用にあたってのお願い

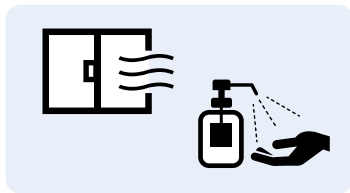


### 少人数で利用する



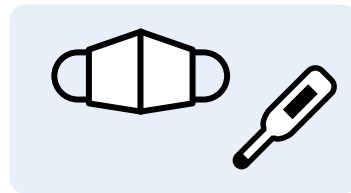
少人数で開催し、参加者同士の間隔を確保する

### 会場での感染防止対策の強化



室内では換気を徹底。入るときと出るときはアルコール消毒を

### マスクの着用と事前の検温



マスクの着用を徹底。発熱を伴う咳症状があったら利用しない