



## 東部公民館

### ※東部公民館夏休み特別企画

#### ☆かがやきの森

夏の森で生き物をさがそう

【日時】7月27日(土) 9時30分～12時 【場所】東部公民館

【講師】自然観察指導員 渋谷孝子さん

【対象】小学生とその保護者 【定員】10組(先着順)

【費用】親子1組500円(子ども1人追加につき200円)

【持物】飲み物、ヘルメット、帽子、虫対策、タオル、汚れてもよい服装(長袖、長ズボン) ※雨天時はかっぱ・長靴着用

【申込】電話または窓口へ



#### ☆こどもオンライン交流会「ご当地クイズチャンピオンシップ」

全国8か所の公民館とオンラインでつなぎ、各地と流山にまつわるクイズ作りやレクゲームで交流します。

【日時】8月3日(土) 10時～12時 事前準備

8月9日(金) 10時～12時 オンライン交流会

【対象】小学生 【定員】6人(両日参加できる方) 【費用】無料

【持物】筆記用具 【申込】電話または窓口へ

#### ☆たっつんさんのピタゴラ教室

自分のアイデアでピタゴラ装置を作ってみよう。

【日時】7月30日(火) 10時～12時

【講師】ピタゴラ作家 玉置亮達さん

【対象】3歳～小学生とその保護者 【定員】12組

【費用】親子1組2,200円(材料代含む) お子さん一人追加につき1,500円

【持物】装置に追加したいもの、汚れても良い服装【申込】電話または窓口へ



#### ☆夏休み親子料理教室

##### ①地元農家さんの野菜を使って手作りピザを作ってみよう

【日時】7月27日(土) 10時～12時

【講師】ジャパンホームベイクン師範 高橋静子さん・丸のり子さん

【定員】親子8組(小学生の親子2人1組、先着順)

【費用】1,500円、子ども1人追加につき700円

【持物】エプロン、三角巾、ふきん2枚、飲み物、マスク

【申込】電話または窓口へ

##### ②しっとりホットケーキのランチプレート

【日時】8月3日(土) 10時～12時

【定員】親子8組(小学生の親子2人1組、先着順)

【費用】1,500円 子ども1人追加につき700円

【持物】エプロン、三角巾、ふきん2枚、飲み物、マスク

【申込】電話又は直接窓口へ

##### ③地元の野菜を使ってキーマカレーを作ろう

【日時】8月5日(月) 10時～12時

【講師】健康食育ジュニアマスター 堂下智子さん

【定員】親子8組(小学生の親子2人1組、先着順)

【費用】1,500円 子ども1人追加につき700円

【持物】エプロン、三角巾、ふきん2枚、飲み物、マスク

【申込】電話または窓口へ



## ☆こども未来ラボ（入門初級・中級）

### ～自由研究に役立つプログラミングの仕組みを学ぼう～

入門初級講座では、ロボットトイで迷路やダンジョンに挑戦します。中級講座では、マイコンボードで音や光の実験をします。中級の受講には条件があります。詳細はお問合せください。

【日時】7月6日(土)、8月3日(土)

入門初級 10時～11時30分

中級 13時～14時30分

【対象】入門初級：中学生以下(小3以下保護者同伴)

中級：スクラッチプログラミング経験者

【定員】入門初級 10人(先着順)

中級 6人(先着順)

【費用】入門初級 1回 1,000円

中級 1回 1,500円

【持物】筆記用具、飲料水【申込】電話または窓口へ



## ☆未来ラボ プログラミング自習室

誰でも自由にプログラミングができる自習室です。

わからないことはスタッフがサポートします。

【日時】7月14日(日)、8月11日(日) 10時～12時

【講師】CoderDojo 流山・柏 坂田健一さん

【対象】小学生から高校生まで

【定員】10人(先着順) 【費用】無料 【持物】筆記用具、飲み物

【申込】申込専用フォーム(右のQRコード)から予約登録してください



こども未来ラボ  
自習室 QRコード

## ☆こども将棋教室

指導経験の豊かな先生たちがていねいに教えます。将棋流東友の会と共催。

【日時】7月4日・11日・18日、

8月1日・8日・15日・22日・29日 毎回木曜日 15時30分～17時

【対象】小学生 【定員】各回10人(先着順) 【費用】1,000円/回

【申込】日本将棋連盟流山支部(安田 070-1406-8821)に電話

## ☆たんぽぽのひろば

乳幼児親子を対象に交流しながらリトミック

【日時】7月18日(木)、8月22日(木) 10時～11時30分

【講師】流山音楽療法「元気にドレミ」 小金丸尚子さん

【定員】各回親子20組(先着順) 【費用】無料

【申込】電話または窓口へ

## ☆こそだて I☆RO☆HA～色葉～(みんなで水遊びをしよう)

親子一緒に楽しく遊びながら、子育ての不安を解消しませんか。

保育士さんと一緒に子どもの成長や子どもへの声かけのコツなどの話題でおしゃべりを楽しみましょう

【日時】7月4日(木)、8月1日(木) 10時～11時30分

【講師】保育士・元保育園園長 田中丸宏美さん

【定員】0歳児～未就学児親子各回12組(先着順)

【費用】500円/回

【持物】飲み物、軽食(子ども)、帽子、水着、バスタオル

【申込】電話または窓口へ



## ☆いきいきスクエアステップ

マスキに区切ったマットの上を歩いて脳トレフレイルを防止しましょう。

【日時】7月10日(水)・24日(水)、8月14日(水)・28日(水) 13時～14時30分

【講師】スクエアステップ公認指導員 水代登紀子さん

【定員】各回30人(先着順) 【費用】100円/回

【持物】タオル、飲み物、上履き

【申込】電話または窓口へ

## ☆なつかしき歌声サロン

若かりし日の懐かしい歌をみんなで楽しく歌いましょう！

【日時】7月26日(金)、8月23日(金) 13時～14時30分

【講師】フォークシンガー 有吉かつこさん

【定員】各回20人(先着順) 【費用】300円/回

【持物】飲み物 【申込】当日会場へ

## ☆K-POP ダンス講座

まりの先生といっしょに K-POP の人気アーティストの曲で楽しくダンスを踊りませんか？

【日時】7月7日(日)・21日(日)・28日(日)、8月4日(日)・18日(日)・25日(日)

- ① 中級 9時30分～10時30分
- ② 入門初級 10時45分～11時45分

【講師】ダンス講師 江草毬乃さん

【定員】各12人(先着順) 【費用】各1,000円

【持物】タオル、ヨガマット(お持ちの方のみ)、飲み物 【申込】電話または窓口へ

## ☆いきいき健康体操

ふくらはぎマッサージと太極拳を取り入れた転倒防止の運動で、足腰を丈夫にして毎日をいきいき元気にすごしましょう。

【日時】7月1日(月)、8月5日(月) 9時30分～11時30分

【講師】楊名時太極拳準師範 戸部省三さん

【定員】各回16人(先着順) 【費用】300円/回

【持物】5本指ソックス、マスク、タオル、飲み物 【申込】電話または窓口へ

問合せ：東部公民館 04-7144-2988



## ☆ポールウォーキングで健康増進

スポーツドクターが考案したウォーキング方法は内臓脂肪を減らし、美容と健康に役立つと言われております。みんなで一緒にウォーキングしませんか！

【日時】7月1日(月) 15時～16時30分

7月15日(月)、8月26日(月) 9時30分～11時

【講師】ポールウォーキング協会指導員 小林幹夫さん

【定員】各回20人(先着順) 【費用】500円/人 (別途貸出ポール100円)

【持物】飲み物、運動靴、帽子、タオル

【申込】7月開催分は受付中、8月開催分は8月1日から電話または窓口へ



## ☆子育てサロン「親子で、うたって・あそんで・スキンシップ」

子育てママの集いです。わらべうたを知っていると子育てが楽しくなります。

【日時】7月3日(水)、8月7日(水) 10時30分～11時45分

【講師】ながれやまわらべうた同もの会 安永知栄さん

【対象】赤ちゃんから未就園児とその保護者

【定員】20組(先着順) 【費用】無料 【持物】タオル、飲み物、動きやすい服装

【申込】7月開催分受付中、8月開催分は7月21日から電話または窓口へ



## ☆赤ちゃんと一緒におしゃべり美ヨガ&マタニティヨガ

初めての育児をがんばるママ同士、楽しくおしゃべりしながら行うやさしい美ヨガで産後の凝り固まった体も心もほぐしましょう。

【日時】7月23日(火) 10時～11時30分

【講師】美ヨガインストラクター 出口真由子さん

【対象】生後2ヶ月～ハイハイ期前までの赤ちゃん連れの方

【定員】15組(先着順) 【費用】500円/組・回

【持物】赤ちゃんを寝かせるバスタオル、飲み物

【申込】7月11日から電話または窓口へ



## ☆シニア生き生き健康体操

老化防止や介護予防など元気で長生きすることを目的に「座ってできる軽体操」で健康維持に努めましょう。

【日時】7月12日(金)・26日(金) 15時15分～16時15分

【講師】(公社)日本3B体操協会指導員 小谷野裕美さん 【対象】シニア 【定員】各回50人(先着順)

【費用】300円/人・回 【持物】タオル、飲み物、動きやすい服装 【申込】不要

## ☆こどものためのプログラミング教室 (CoderDojo Nagareyama)

パソコンとマイクロビット(電子工作キット)を使ってプログラミングしよう！

【日時】7月20日(土)、8月17日(土) 10時～12時

【講師】半導体エンジニア 三添公義さん

【対象】小学校1年生～高校3年生 【定員】各回15人(先着順) 【費用】無料

【持物】ノートパソコン(パソコンをお持ちでない方は最大5台までお貸出し可能です。)

【申込】7月開催分は受付中、8月開催分は8月1日から電話または窓口へ



## ☆初心者向けバレエクラス

- ①②初めてのバレエクラス ③親子バレエクラス(バレエ入門に向けた体験レッスン)  
④大人の為のバレエ・ストレッチ(バレエの要素を取り入れたフランス式メソッドで座ったり寝た姿勢で音楽に合わせてストレッチや運動をします。)

【日時】7月14日(日)・28日(日)、8月11日(日)・25日(日)

- ①15時～15時45分 ②16時～17時  
③14時～14時40分 ④12時30分～13時30分

【講師】バー・アスティエ協会認定講師 塩澤咲英さん

【対象】①小学1・2年生 ②小学3年～6年生  
③3歳～未就学児とその保護者 ④大人(お子さん同伴可)

【定員】①②各回10人 ③各回20組 ④各回20人(各コースとも先着順)

【費用】①～④1,000円/人(組)・回

※続けて習いたい方には全6回(4,800円)コースをご案内します。

【持物】動きやすい服装、靴下、バレエシューズ、(お持ちの方)、タオル、飲み物

【申込】7月開催分は受付中、8月開催分は8月1日から電話または窓口へ



## ☆フィットネスフラ「nani Aloha」

ハワイアンフラにフィットネス要素を加えたダンスエクササイズ。

癒しのハワイアンミュージックで楽しく心地よく行います。

【日時】7月21日(日)、8月4日(日)・18日(日) 10時～11時

【講師】フィットネスインストラクター emiさん

【対象】どなたでも参加可

【定員】各回20人(先着順) 【費用】500円/人

【持物】パウスカート(フラスカート)または動きやすい服装、タオル、飲み物、  
男性はTシャツ、半ズボン、ジャージなど。足元はハダシまたは靴下

【申込】7月開催分は受付中、8月開催分は7月21日から電話または窓口へ



## ☆親子で一緒にスビーニ「楽器を使ってリズム遊び」と「英語でリズム体操」

心も体も楽しくなる、親と子のハッピータイム!

【日時】7月21日(日)

- ①楽器を使ってリズム遊び 10時～10時40分、  
②英語でリズム体操 11時～11時40分

【講師】インストラクター 中畑珠枝さん

【対象】①生後6ヶ月～4歳のお子さんとその保護者  
②1歳6ヶ月～4歳のお子さんとその保護者

【定員】各10組(先着順) 【費用】500円/組・回

【持物】楽器は南流山センターでご用意します。

【申込】①②とも、電話または窓口へ



## ☆ゆるいリラックスヨガ

ヨガを取り入れた身体にやさしい健康体操で心も身体もリフレッシュ!

【日時】7月9日(火)・23日(火) 13時～14時

【講師】ヨガインストラクター 堀井美知子さん

【対象】大人 【定員】各25人(先着順) 【費用】500円/回

【持物】ヨガマット、動きやすい服装 【申込】電話または窓口へ

## ☆こども料理教室

夏休みに防災食作りにチャレンジしませんか。

【日時】8月17日(土)、25日(日) 10時～13時

【講師】松戸友の会 江口敬子さん 他2名

【対象】小学生 1年生～6年生 (保護者の方は送迎のみでお願いします)

【定員】16人(先着順) 【費用】1,200円(材料費込み)

【持物】エプロン、バンダナ(三角巾)、水筒、タオル、マスク、持帰り用容器

【申込】8月1日から電話または窓口へ

## ☆楽しく・簡単「リズムに合わせて体力アップ」

簡単なエアロビクスやストレッチ、軽い筋トレを行い一緒に  
日常生活に必要な身体づくりをしていきましょう。

【日時】7月1日(月)、29日(月) 10時～11時

【講師】フィットネスインストラクター 中畑珠枝さん

【対象】20歳以上 【定員】各回30人(先着順) 【費用】500円/人

【持物】動きやすい服装、運動靴、タオル、飲み物 【申込】電話または窓口へ

問合せ：南流山センター 04-7159-4511

# 中央公民館

## ☆バリアフリー演劇鑑賞会

障害のある方もない方も、若い人も高齢の人も楽しめる演劇鑑賞会です。  
今回の演目は、「戦国 SNS 時代」です。

【日時】7月14日(日) 14時～15時(13時30分開場) 【場所】文化会館

【出演】千葉県立流山おおたかの森高等学校

【定員】300人(先着順) 【費用】無料

【申込】電話または電子申請 鑑賞サポートを希望する方は7月5日までに申し込み



電子申請

## ☆まが玉づくり教室

ロウ石を削って自分だけのまが玉を作ってみませんか。

市内で見つけた土器も展示いたします。

【日時】①7月23日(火) 13時30分～15時30分

②7月24日(水) 10時～12時

【場所】文化会館 【講師】博物館学芸員

【対象】市内在住の小学生(ただし、小学1～3年生は保護者同伴)

【定員】各回15人(先着順) 【費用】100円

【持物】鉛筆、消しゴム、タオル、マスク、汚れてもよい服装

【申込】電子申請



電子申請 (7/23)



電子申請 (7/24)

## ☆「親子で作ろう！太巻き寿司」教室

親子で楽しく「太巻き寿司」作りを体験してみませんか？

ばら・さくらんぼ(各1組1本)の太巻き寿司を作ります。

【日時】8月1日(木) 10時～12時30分終了予定 (9時50分受付開始)

【場所】文化会館

【講師】日本野菜ソムリエ協会認定 野菜ソムリエプロ 上村幸子さん

【対象】市内在住の小学3年生から6年生とその保護者(2人1組)

※参加者以外は調理室に入れません

【定員】6組(先着順) 【費用】1,000円/親子1組

【持物】マスク、エプロン、三角巾、手拭きタオル、ふきん、

持ち帰り用の容器、ある方は太巻き用の巻きす 【申込】電子申請



電子申請

## ☆キッチンサイエンス講座

生クリームからバターができる理由と色が変わるハーブティーの秘密について、  
実験をしながら学びます。夏休みの自由研究にもおすすめです。

【日時】8月5日(月) 13時30分～15時 【場所】文化会館

【講師】鎌倉女子大学講師 佐藤陽子さん

【対象】市内在住の小学生とその保護者 【定員】20組(先着順) 【費用】200円/組

【持物】筆記用具、汚れてもよい服装、ハンカチ 【申込】電子申請



電子申請

問合せ：中央公民館 04-7158-3462

# 初石公民館

## ☆親子サロン(おもちゃ病院)

子育て中のお母さんと乳幼児の情報交換、仲間作りに

【日時】7月2日・16日、8月6日・20日 各回火曜日 10時～11時30分

第1火曜日(7月2日、8月6日)は、おもちゃ病院が開院

第3火曜日(7月16日、8月20日)は、紙しばい、絵本の読み聞かせ

【場所】和室 【対象】子育て中のお母さんと乳幼児

【費用】無料 【申込】不要



## ☆パソコン講座

マンツーマンでパソコンの悩み、よろず受け付けます

【日時】7月4日(木)・5日(金) 13時30分～16時30分

8月5日(月)・6日(火) 13時30分～16時30分

【場所】講義室 【講師】流山パソコンボランティア(NPV)の皆さん

【対象】パソコン初心者 【定員】各回5人(先着順)

【費用】2,500円(2日間) 1日のみの参加も可(費用は同額)

【持物】パソコン、電源ケーブル、相談したい機器

【申込】電話または窓口



## ☆初石ふれあい体操

「3B体操」で健康寿命を伸ばしましょう

【日時】7月2日(火)、7月16日(火)、8月6日(火)、8月20日(火)  
9月3日(火)、9月17日(火) 15時30分～16時30分

【場所】初石公民館 ホール

【講師】日本3B体操協会公認指導者 佐々木澄子さん

【定員】45人(先着順)

【費用】1,800円(全6回、一括申込)

【持物】動きやすい服装、飲み物

【申込】電話または窓口



## ☆サマーコンサート

豪華な出演者の方々と音楽を満喫しましょう

【日時】7月5日(金) 13時～15時 (12時30分開場)

【場所】初石公民館 ホール

【出演】三好英夫さん 武山伸一さん 西尾和子さん 猫ラヂヲさん

【定員】100人(先着順)

【費用】500円

【申込】電話または窓口



## ☆夏休み親子陶芸教室

流山市出身のプロ陶芸家が丁寧に指導、絵付け後窯で焼きあげ

【日時】7月28日(日) 10時～15時 作陶(昼食ご用意下さい)  
8月10日(土) 10時～15時 絵付け(昼食ご用意下さい)  
8月25日(日) 9時 作品の総評・お渡し

【場所】初石公民館 ホール

【講師】富野博司さん

【定員】30組(3回とも参加可能な小学生と保護者)

【費用】3,000円/組(粘土、釉薬等含む)

【服装】汚れてもいい服装

【申込】電話または窓口



## ☆木育講座

夏の親子自然遊び&木工ワーク

【日時】7月27日(土) 9時～12時

【場所】初石公民館 講義室・西初石ふれあいの森

【講師】千葉県木育コーディネーター 小枝美千子さん

【対象】小学生と保護者

【定員】10組(小学生と保護者各1名)

【費用】木工ワーク1個につき500円

【申込】電話または窓口



## ☆親子防災チャレンジ

アウトドア感覚で防災を体験

【日時】8月18日(日) 9時30分～12時30分

【場所】初石公民館 ホール・調理室

【講師】NPO 防災対策サポート代表：岩佐善之さん

【対象】小学生以上と保護者

【定員】10組(小学生と保護者)

【費用】600円/組(1人追加毎300円)

【申込】7月21日(日)から電話または窓口



## ☆親子パン作り教室

チョコスティックパン6個とカレーベーコンパン4個を作ります

【日時】8月4日(日) 9時30分～13時30分

【場所】初石公民館 調理室

【講師】料理研究家：長久保聡美さん

【対象】小学校3年生以上のお子さんと保護者

【定員】8組(小学生と保護者) 【費用】1,500円/組

【持物】エプロン、三角巾、タオル、パンの持ち帰り容器

【申込】電話または窓口



問合せ：初石公民館 04-7154-9101

### ☆みんなで レッツ★ダンシング(全5回)

大人気の Jazz ダンスや J-POP ダンスに挑戦してみませんか。

【日時】7月3日・10日・17日・24日・31日

各回水曜日 16時45分～17時45分

【講師】インストラクター 梅田恭子さん

【対象】小学生以上

【定員】20人(先着順)

【費用】1回1,000円※月初めに当月参加分の料金をいただきます。

【持物】動きやすい服装・運動靴・飲み物・汗拭きタオル



### ☆みんなでレッツ★ダンシング(全17回)～クリスマス会に向けてのメンバー募集～

大人気の Jazz ダンスや J-POP ダンスに挑戦してみませんか。

11月24日に開催される『クリスマス会2024』に向けてのメンバー大募集！

【日時】8月7日・14日・21日・28日、9月4日・11日・18日・25日

10月2日・9日・16日・23日・30日、11月6日・13日・20日

各回水曜日 16時45分～17時45分

11月24日(日) クリスマス会2024本番

【講師】インストラクター 梅田恭子さん

【対象】小学生以上

【定員】20人(先着順)

【費用】1回1,000円

※月初めに当月参加分の料金をいただきます。

【持物】動きやすい服装、運動靴、飲み物、汗拭きタオル



### ☆わくわく親子体操

親子で遊びながら裸足で運動をして、お子さんの成長や新しい発見を楽しみませんか

【日時】7月3日・10日・24日・31日、8月7日・14日・28日

各回水曜日 15時30分～16時30分

【講師】インストラクター 澤頭智美さん

【対象】3歳～未就学児と保護者

【定員】各回20組(先着順)

【費用】800円/組・回

※対象年齢のお子さん1人追加につき1回200円

【持物】動きやすい服装(親子ともに)、着替え、飲み物、フェイスタオル



### ☆ママのためのリフレッシュサロン～骨盤矯正&ストレッチ～

「骨盤矯正&ストレッチ」を行います。心身を整えてリフレッシュしましょう！お子さん連れの方も参加できます。みんなで体を動かしてリフレッシュしましょう。

【日時】7月8日(月) 10時30分～11時30分

【講師】フィットネスインストラクター 須藤由紀さん

【定員】20組(先着順)

【費用】大人500円・小学生以下100円

【持物】動きやすい服装、飲み物、タオル、お子さんのおもちゃ  
ヨガマットまたは厚手のバスタオル

【申込】NPO法人 Rise up 女性サポート実行委員会

☎：04-7103-8249 ✉：[riseup.kunoichi@goo.jp](mailto:riseup.kunoichi@goo.jp)



### ☆おもちゃ病院

壊れてしまった大切なおもちゃをご持参ください。

子どもたちのモノを大切にすることを育むボランティアグループが、おもちゃを治します。

【日時】7月17日(水)、8月21日(水) 9時30分～11時30分

【申込】不要(直接開催時間内に自由にお越しください)



☆親子星空探検隊～夏休み特別ワークショップ・望遠鏡作り～ ※警報発令時のみ中止

夏休み特別ワークショップとして「星の手帖社製 15 倍望遠鏡」を手作りし、それを使って観望会をします。

【日時】7月18日(木) 19時～20時30分

【講師】プラネタリウム解説員 唐崎健嗣さん

【対象】5歳以上～上限なし

※小学生以下は必ず保護者も一緒にご参加ください

※未成年者の送迎は保護者の責任でお願い致します

【定員】15組(先着順)

【費用】3,800円

1組で1台望遠鏡を作ります。望遠鏡1台追加につき2,800円、

1人追加につき750円。

キャンセルの場合は望遠鏡代2,800円をいただきます。



☆親子星空探検隊～夏の星座～ ※警報発令時のみ中止

ハイアマチュアの天体望遠鏡を使って月や惑星を観望し、天体についてのお話を聞いて知識を深めましょう。

【日時】8月30日(金) 19時～20時30分

【講師】プラネタリウム解説員 唐崎健嗣さん

【対象】5歳以上～上限なし

※小学生以下は必ず保護者も一緒にご参加ください

※未成年者の送迎は保護者の責任でお願い致します

【定員】15組(先着順)

【費用】親子2人1組で1,500円(1人追加につき750円)



☆いろいろな世界をアートで旅する「アートジャーニー」

「海の生き物大集合！大きなキャンバスにみんなで海の生き物の絵を描こう」

絵本作家を講師に迎えるアートスクールです。絵の具を使ってのびのびと海の生き物たちを描きましょう。クジラやイルカ、サメやアザラシ、魚たちをホールに敷かれた大きなキャンバスいっぱい描きましょう

【日時】7月20日(土)

①【午前の部】10時～11時30分

②【午後の部】13時～14時30分

【講師】絵本作家、イラストレーター 小林由季さん

【対象】4歳～小学生とその保護者

【定員】16組(先着順)

【費用】各回2,000円

【持物】汚れても良い服装



☆夏休み読書感想文書き方講座 ※定員に達しました。

小学3年生～6年生が読書感想文の書き方を学びます。

~~【日時】7月28日(日) 10時～11時30分~~

~~【講師】川村学園女子大学教育学部児童教育学科教授 横山悦子さん~~

~~【対象】小学3年生～6年生 【定員】20人(先着順)~~

~~【費用】500円~~

~~【持物】筆記用具~~



☆学生のためのマンガ入門講座～フコの漫画家の技を探れ！！(全2回)～

漫画家がみんなの聞きたい事に何でも答えます。

実際にキャラクターを作って、漫画を描いてみよう！

【日時】8月2日(金) 10時～12時

8月9日(金) 13時15分～15時15分

※2回セットになります

【講師】漫画家 横島一さん

【対象】小学5年生～高校生 【定員】16人(先着順)

【費用】3,000円(全2回)

【持物】マンガを描く筆記用具

※紙は不要



## ☆夏休み特別企画！絵本作家が教えるキッズアートスクール

夏の雲、青い海、線香花火に、かき氷♪夏をテーマに絵画作品をつくりましょう！  
絵が苦手な子も好きな子も、楽しく描くためのコツをお伝えします。

★夏休みの課題絵画やポスターの持ち込みも OK！

★題材の資料となるものは各自でご持参下さい

★夏休みの絵画やポスターを描かない場合には、  
自由なテーマで絵を描く時間になります



【日時】8月3日(土)

①9時～11時30分

②13時～15時30分

※①、②両方に申し込むことはできません。

【講師】絵本作家、イラストレーター 小林由季さん

【対象】小学生

【定員】各回10人(先着順)

【費用】2,000円

【持物】画用紙・絵具セット・筆記用具・絵を描く画材(全てご自由にお持ちください)  
エプロンまたは汚れても良い服装

## ☆小学生向け運動遊び

夏休みも楽しく運動、コーディネーショントレーニング！

神経系に視点を置いたトレーニング方法で、自分の思い通りに身体を動かせるようになろう！

1日のみ参加も可能

【日時】8月8日(木) 10時～11時、

8月22日(木) 13時30分～14時30分

【講師】インストラクター 澤頭智美さん

【対象】小学生

【定員】各20人(先着順)

【費用】1回1人1,000円

【持物】動きやすい服装・運動靴・飲み物・タオル



## ☆受験生必見！！今からでも間に合う小論文対策講座

小論文とは自分の主張を、根拠を踏まえて分かりやすく書いた文章のことです。

今でも間に合う、今なら間に合う、小論文対策をぜひ受講してください。

【日時】8月21日(水) 13時30分～15時30分

【講師】つくば国際大学医療保健学部医療技術学科教授 石垣明子さん

【対象】中学生・高校生

【定員】20人(先着順)

【費用】1,300円

【持物】筆記用具



## ☆夏休み子どもワークショップ～和紙の風合いを楽しむ、はんない和風なランプ工作～

様々な和紙を使って和風のランプシェードを作ります。

夏休みの工作にいかがですか？※はさみを使います。

【日時】8月26日(月) 9時30分～11時30分

【講師】センター職員

【対象】小学生1年生以上

【定員】15人(先着順)

【費用】1,500円

【持物】汚れても良い服装・ピンセット・作品持ち帰り用紙袋



問合せ：おおたかの森センター 04-7159-7031

### ☆歌のひろば

多くの人知っている歌をピアノの生伴奏に合わせて、みんなで楽しく歌いましょう。

【日時】7月18日(木) 13時30分～15時 【場所】2階 大会議室

【講師】音楽講師 比嘉りとさん、石塚りんさん

【定員】80人(先着順)

【費用】無料 【申込】不要

### ☆夏のおはなし会

大型絵本、紙芝居、パネルシアター、わらべ歌など楽しい『おはなし』の世界をお友達と一緒に楽しみましょう。

【日時】7月17日(水) 10時～11時 【場所】2階 大会議室

【講師】NPO法人ながれやま葉(しおり)のお話グループ森のみなさん

【定員】20組(未就学児とその保護者)

【費用】無料 【申込】不要

### ☆リズムストレッチング

簡単に楽しめる筋トレ運動です。

【日時】7月17日(水) 13時～14時30分 【場所】2階 大会議室

【講師】中高老年期運動指導士 秋元菊江さん

【定員】20人(先着順)

【費用】無料 【申込】不要

### ☆親子料理教室

親子でピザとかぼちゃプリンを作ります。

【日時】7月20日(土) 10時～13時 【場所】1階 調理室

【講師】野菜ソムリエ 上村幸子さん

【定員】小学1年生～3年生のお子さんとその保護者8組

【費用】1,500円(材料代)

【持物】エプロン、三角巾、布巾2枚、マスク、持ち帰り用容器

【申込】7月1日9時から(先着予約)

### ☆みんなでリフレッシュ

音楽に合わせて歌い、軽い体操で体を動かし、楽しい時間を過ごし、心身ともにリフレッシュしましょう。

【日時】7月24日(水) 13時～14時30分 【場所】2階 大会議室

【講師】流山音楽療法「元気にドレミ」小金丸尚子さん、伴奏 岩附敬子さん

【定員】30人(先着順)

【費用】無料 【申込】不要

### ☆親子苔玉教室

夏休みを利用しかわいい、いやしの苔玉を作ります。

【日時】8月3日(土) 13時～15時 【場所】1階 第2会議室

【講師】山本宏さん

【定員】小学4～6年生とその保護者12組

【費用】2,200円(材料代)

【持物】汚れてもよい服装、持ち帰りの袋

【申込】7月1日9時から(先着予約)

### ☆かんたんハンドメイドシリーズ「楽しい折り紙」

誰でもできる作品を作ります。お子様でも大丈夫です。

【日時】8月7日(水) 13時～15時 【場所】1階 第2会議室

【定員】10人(先着順)

【費用】300円(材料代)

【持物】のり、はさみ

【申込】7月21日9時から(先着予約)

