

平成29年度 林コミセン通信（前期）

電話：923-7314 FAX：923-7362

MAIL：haya-cc@city.akashi.lg.jp 休館日：月曜日・祝日

市民講座

操体法



【対象】一般市民 【定員】15名

【参加費】無料

【持ち物】水分補給用飲み物、動きやすい服装、5本指靴下(ある方のみ)

【申込方法】4月1日(土)午前10時より林コミセンで電話、FAX、メールで受付。 ※定員になり次第締切。

月日	時間	内容	講師
5/11 (木)	10:00 ～ 12:00	操体法 基本運動、からだ の特性とからだの 使い方など	操体バランス 協会指導員 山田 正弥
5/25 (木)			
6/8 (木)			

NEW!! 親子で遊ぼう

～ パパママ一緒に遊んでコミュニケーション～

【対象】1～2歳の歩ける親子

【定員】10組(1回講座あたり) 【参加費】無料

【持ち物】お子さんの水分

【申込方法】5月2日(火)午前10時より林コミセンで電話、FAX、メールで受付。 ※定員になり次第締切。

月日	時間	内容	講師
6/3 (土)	10:00 ～ 11:30	①体をいっぱい使っ てコミュニケーション	伊藤 真由子 (Azul代表)
6/17 (土)		②制作あそびや絵本 でコミュニケーション	



※コミュニケーションは、言葉の基礎となり会話につながります。親子でたくさんふれあえるこの機会にママだけでなく、パパや、ご家族みなさんでの参加も大歓迎です。パパ・ママ同士わいわいトークで心も、か～るくしましょう。

林子ども料理教室

(全5回)



【対象】4年～6年生の児童

【定員】25名

【参加費】無料(但し、材料費500円×5回分を初回に徴収)

【持ち物】エプロン、三角巾(バンダナ)、ふきん2枚、手拭きタオル、筆記用具

※募集開始日はプリントでお知らせします。

※学校行事などにより日程変更の可能性ががあります。

月日	時間	内容	講師
5/20 (土)	9:45 ～ 12:30	初めてクッキング	へるすイート (兵庫県 栄養士会)
6/24 (土)		お魚クッキング	
7/15 (土)		ランチを作ろう	
11/11 (土)		かんたん中華	
12/2 (土)		パーティー料理	

※子ども料理欠席の場合は、3日前までの連絡で材料費を返金致します。連絡の無い場合、もしくは、当日欠席の場合、返金は致しません。欠席の場合は、直接コミセンまでご連絡頂きますよう、お願いします。

親子で遊ぼう! ふれあい教室

～2ヶ月以上のベビー♡絆深まるパパママ講座～

【対象】生後2ヶ月～あんよ前までの親子

【定員】10組

【参加費】無料

【持ち物】お子さんの水分、大きめのバスタオル

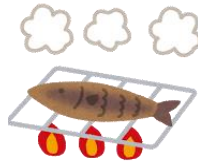
【申込方法】5月2日(火)午前10時より林コミセンで電話、FAX、メールで受付。 ※定員になり次第締切。

月日	時間	内容	講師
7/8 (土)	10:00 ～ 11:30	一緒に いっぱい遊んで 絆を深めよう	伊藤 真由子 (Azul代表)

平成29年度 林コミセン通信《前期》

市民講座

林郷土魚料理教室



- 【対象】一般市民
 【定員】20名
 【参加費】無料(但し、材料費などは実費必要)
 【持ち物】エプロン、三角巾(ハンダナ)、ふきん2枚、手拭きタオル、筆記用具

月日	時間	内容	講師
6月 予定	10:00 ～ 13:00	内容は決まり次第 お知らせします。 (広報あかし等にて)	林崎漁協 女性部

つやつやネイル ～ツヤツヤ♡長持ちのコツを伝授～



- 【対象】一般市民
 【定員】15名
 【参加費】無料(但し、材料費600円必要)
 【持ち物】除光液、ベース・トップコート、ガーゼ、コットン(数枚)、キッチンペーパー(5枚)、アルミカップ(3枚)、爪楊枝、手洗いボール
 【申込方法】6月1日(水)午前10時より林コミセンで電話、FAX、メールで受付。 ※定員になり次第締切。

月日	時間	内容	講師
9/13 (水)	10:00 ～ 12:00	ネイルケア 綺麗な塗り方 ネイルアートに挑戦	森井 美希

人間関係が丸くなる 魔法のコミュニケーション ～人を癒す人～



- 【対象】一般市民 【定員】30名
 【参加費】無料 【持ち物】筆記用具
 【申込方法】6月1日(木)午前10時より林コミセンで電話、FAX、メールで受付。 ※定員になり次第締切。

月日	時間	内容	講師
7/5 (水)	10:00 ～ 12:00	聴くことの効果と メカニズムを知ろう	精神保健福祉士 丸谷 香

人に話を聞いてもらっただけでスッキリした経験はありますか？
 人は、話を真剣に聴いてもらうことで癒されています。
 聴く力を向上させることで“人を癒す人”になることを目指した講座です。

講師紹介：人が元気になる、楽になることを支援したいという思いから活動をされています。



夏休み親子講座

ポーセラーツ

～鉛筆立て作り or ペアグラス作り～



- 【対象】小学生・園児とその保護者
 (ママだけでなくパパや祖父母の方でも可)
 【定員】10組
 【参加費】無料(但し、材料費は別途必要。1,000～1,500円内)
 【持ち物】ティッシュ、ハンドタオル、はさみ
 ※募集開始日はプリントでお知らせします。
 ※お作りいただくものは、申込時にお選びください。

月日	時間	内容	講師
7/29 (土)	10:00 ～ 12:00	親子で作る 実用的な ハンドクラフト	森井 美希

プリザーブドフラワー

～親子で楽しむハンドクラフト～



- 【対象】小学生・園児とその保護者
 (ママだけでなくパパや祖父母の方でも可)
 【定員】10組
 【参加費】無料(但し、材料費は別途必要。1,000～1,500円内)
 【持ち物】はさみ、ウエットティッシュ、新聞紙、木工用ボンド、持ち帰り用袋
 ※募集開始日はプリントでお知らせします。

月日	時間	内容	講師
8/6 (日)	10:00 ～ 12:00	内容等 決まり次第 お知らせします。	郷式 周子