

令和8年度前期市民カレッジ

受講者募集

免疫力アップ！深めて学べるヨガ1・2・3

(1) 5/2、6/6、7/4、8/1、9/5 (全5回)
日時：(2) 5/23、6/13、7/11、8/8、9/12 (全5回) 18:30～19:30 定員：11名
(3) 5/16、6/20、7/18、8/15、9/19 (全5回)
受講料：1,000円 材料費：3,000円/全回 場所：田原福祉センター 集団指導室
持ち物：ヨガマット、飲み物、タオル



ヨガ初心者の方から経験者の方も大歓迎◎

自分で自分を満たす、心地よく日々を過ごすための知恵と体の使い方をシェア
Essential oilsを焚いて五感から癒やされます。各週ごとの併用申込可能

手形足形アート

日時：5/14、6/11、7/9、8/6、9/10(全5回) 13:00～14:00 定員：8名
受講料：1,000円 材料費：3,500円/全回 場所：田原文化会館 和室
持ち物：なし



今しかないこの瞬間を形にして残します。親子で季節を感じながら製作していきます。成長記録にもおすすめです。

季節の楽しいフラワーアレンジ講座

日時：5/15、6/19、7/17、8/21、9/18(全5回) 13:30～15:00 定員：10名
受講料：1,000円 材料費：1,800円まで/各回 場所：田原文化会館 アトリエ1
持ち物：なし



季節感溢れるアーティフィシャル・フレッシュ・プリザーブドフラワーなどを用いた
楽しいフラワーアレンジメント

糠床造り体験学習講座

日時：5/17 (全1回) 13:30～15:00 定員：32名
受講料：200円 材料費：2,000円 場所：田原文化会館 アトリエ1
持ち物：なし



昔ながらの手間をかけた漬物造りの講義と腸内環境を整え、免疫力を高める為の糠床造り体験学習では、
面白おかしく楽しい授業で4.6ℓタッパーにて糠床をお持ち帰りいただきます。

簡単つまみ細工

日時：5/19、6/16、7/21、8/18、9/15(全5回) 10:00～11:30 定員：6名
受講料：1,000円 材料費：1,650円/各回 場所：親子交流館 すくっと カルチャールーム
持ち物：つまようじ、ウエットティッシュ、はさみ、木工用ボンド、(必要ならめがね)



いつまでも枯れないお花や植物をつまみ細工で作りませんか？

初心者でも簡単に作れて喜ばれています。

みんなの二胡

日時：5/26、6/9、6/23、7/7、7/14(全5回) 11:30～12:30 定員：6名
受講料：1,000円 材料費：2,000円/全回 場所：田原文化会館 音楽練習室
持ち物：筆記用具



二胡が初めての方も昔少し習ったけれど、しばらく弾いてなかった方も大歓迎
音を出す楽しさ、弾ける喜びを一緒に体験しましょう。

グラスアート

日時：5/27、6/24、7/29、8/26、9/30(全5回) 13:00～15:00 定員：6名
受講料：1,000円 材料費：1,800円/各回 場所：田原文化会館 アトリエ1
持ち物：なし



スタンドグラスのような色鮮やかな輝きを手軽に表現できるクラフトです。

フラダンス

日時：6/1、6/8、6/22、6/29、7/6(全5回) 19:00～20:15 定員：12名
受講料：1,000円 材料費：300円/各回 場所：田原福祉センター レクリエーションルーム
持ち物：水分（動きやすい服装でお越し下さい。）

フラダンスを通して、楽しく運動しましょう。
心と体のリフレッシュと脳トレにもつながります。



はじめての楽しいハーモニカ

日時：6/9、6/23、7/14、7/28、8/4(全5回) 9:00～10:10 定員：8名
受講料：1,000円 材料費：1,000円/全回 場所：田原文化会館 音楽練習室
持ち物：複音ハーモニカC調（お持ちでない方は4,800円で用意します。）
おんぷはよめなくても大丈夫。唱歌や季節の曲、ナツメロ、流行歌etc.クラシックまで。
お手本を示し合奏しながらすすめます。



※定員を超えた場合は「抽選」になります。

申し込み方法

受講希望講座の初回開催日の3週間前までにWEB、Eメール、電話またはFAXにて
「講座名・受講者氏名・年齢・住所・電話番号」をお知らせください。

申し込み・問い合わせ

田原市教育委員会 生涯学習課生涯学習係
電話：23-3635 FAX：22-3811
メール：syogaku@city.tahara.aichi.jp



WEB申込み



メール申込み