

公民館文化祭スケジュール

☆豊田公民館

13日(日) 文化祭

- 作品展示：午前9時～午後7時
- サークル体験・交流広場：午前9時～午後3時
- 映画「万引き家族」上映：午後3時20分～

14日(月)祝 文化祭・音楽祭

- 音楽祭：午前9時～正午
- 作品展示：午前9時～午後2時

☆総合文化祭芸能祭 (中野市民会館ホール)

20日(日) 午前10時～午後2時30分

☆北部公民館

26日(土) 文化祭

○作品展：午前9時～午後5時 (27日も開催)

27日(日) 芸能祭

午後1時30分～4時30分

☆西部公民館

2日(土) 作品展 午前9時～午後4時30分

3日(日) 芸能発表

☆総合文化祭文化展 (中央公民館)

9日(土) 午前9時～午後5時30分

10日(日) 午前9時～午後4時



11月

今月の伝言板

文化
なかの

公民館報
No.175
(通巻 No.707)

豊田公民館

文化講演会

天気の人から見た
異常気象と気象災害への備え

期日 11月3日(日)

時間 午後2時～3時30分

内容 テレビでおなじみの天達武史さんが豪雨や台風、竜巻、そして地球温暖化を解説します。(入場無料)



笠倉・琵琶島トレッキング

期日 11月7日(木)

時間 午前9時～午後1時

内容 替佐・笠倉堤防と琵琶島を散策します。(定員20人)

受講料 1,000円(保険、昼食代含む)

申込期間 10月24日(木)～11月1日(金)

音楽で脳がイキイキ

期日 11月1日(金) ※申込開始 10月7日(月)

時間 午後2時～3時30分

内容 懐かしい歌を歌ったり、軽い運動をしたりして脳を活性化します。(定員20人)

北部公民館

みんないきいき！北部生きがい大学

期日 11月5日(火)～3月3日(火) (全10回)

時間 午後1時30分～3時

内容 初回は映画観賞会。各回ごとに内容が変わります。

対象 中高年世代の人(定員40人)

薬膳講座 ～冬に向けて冷え対策・免疫UP～

期日 11月6日、13日、20日(全3回、毎回水曜日) ※申し込みは11月1日(金)まで

時間 午前10時～正午

内容 身近な材料をメインに使用し、ご自宅でも活かせる薬膳の基礎知識などを学びます。(13日、20日は調理実習あり)

対象 全3回全て出席できる人(定員15人)

材料費 2,500円(3回分)

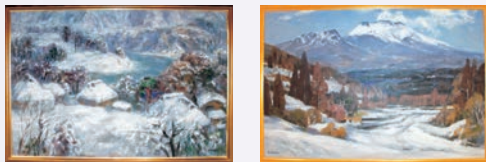


中央公民館

文化教養講演会

雪とともに生きる ～三澤画伯の世界～

期日 11月16日(土)
時間 午後1時30分～3時
内容 中野市出身の洋画家・三澤忠みさきあだしさんによる講演会です。



▲風景画「雪の北信濃」(左)、「雪の浅間山」(右)。中野市役所5階に展示中。

茶の湯にふれる講座

期日 10月24日～2020年1月9日
(毎回木曜日)
時間 午後7時～9時
内容 日本間での所作、お茶のいただき方など茶の湯の初歩を学びます。
対象 市内在住・在勤の人(定員12人)
申込締切 10月17日(木)まで

大人の音読講座

期日 11月5日(火)、11日(月)
時間 午後1時30分～3時30分
内容 音読で脳の働きを活性化しよう。
対象 市内在住・在勤の人(定員20人)



四季の郷土料理 ～秋～

期日 10月25日(金)
時間 午前10時～午後1時
内容 清呂おはぎ、ニョッキのクリームシチュー、きのこことツナの炒め物、柿とカッテージチーズの和え物をつくりまします。(定員30人)

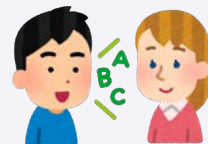
材料費 300円



初心者のための英会話教室

Everyday English for beginners.

期日 10月15日～2020年3月24日
(毎週火曜日)
時間 午後7時～9時
内容 気軽に日常英会話を学べます。
対象 市内在住・在勤の人
(定員20人)



みんなで楽しもう!

ニュースポーツ講座(part2)

期日 11月5日、12日、19日、26日
(毎週火曜日)
時間 午前10時～11時30分
内容 カーレットとラダーゲッターを体験。誰でも気軽に楽しめます。(定員25人)

第43回 中野市婦人の集い 講演会

ユラユラで快適な身体を手に入れる

期日 11月1日(金)
時間 午後1時30分～3時
内容 美容・健康・介護予防など、ユラユラが身体に与える影響についてのお話と体操
対象 女性団体連絡協議会の構成団体のほか、市内在住・在勤の人

ピラティス講座

期日 10月24日(木)～12月12日(木)まで
時間 午後7時30分～8時30分
内容 お腹を意識しながら美姿勢を目指しましょう。
対象 市内在住・在勤の人(定員20人)
持ち物 運動できる服装、飲み物、タオル、ヨガマットまたはバスタオル



韓国料理交流

期日 11月17日(日)
時間 午後10時30分～午後2時
内容 韓国料理を調理するほか歴史・文化に触れ、異文化理解を深めます。
対象 市内在住・在勤の人(定員25人)
材料費 500円

