

新宿公民館

冬～2025新春の講座予定

いろいろな講座を予定しています！

■元気の秘訣はタンパク質！「お肉料理教室」

お肉は元気の源！国産の豚肉・牛肉の2品を調理していただきます。※材料費負担なし

11/12（火）10:00～13:00 ←日程変更になりました

■ゆうきの寿大学 美しくしなやかなワタシになろう

※65歳以上

11/13（水）スキンケア・ポイントメイク実践

11/20（水）チェアヨガでしなやかな体に

各14:00-16:00 （あんしんケアセンター共催）

■千葉の伝統料理「太巻き祭り寿司づくり」

絵柄もきれいな巻きずしを2種類巻いて持ち帰り。

11/27（水）10:00～13:00 ※材料費1400円

■ものづくりを楽しむ「大人の木工作」

木の香りに包まれて、角盆ほか計3点を作製。

11/30（土）9:30～12:00 ※材料費800円

■初笑い「新宿寄席」

手ぬぐい・模擬センスを使ったワンポイントレッスンも

2025/1/12(日)13:30～15:00

このほか、2～3月には、韓国料理研究家になろうキムチづくり、和菓子づくりなどを予定しています！

※申込方法など、詳しくは随時、公民館情報誌・館内掲示、新宿公民館ホームページ等（右記）でお知らせしますのでご確認ください。（予定は変わることがあります）



↑新宿公民館HP
募集中の講座を
お知らせしています

新宿公民館

TEL043-243-4343 9:00～17:00（週末も開館）

2024/9/6現在