

新宿公民館 秋からの講座予定

■大人のメイク

「実践！眉メイク＋チーク＆リップ指南」

10/4（土）午前（半分は講師が、もう片方は自分で眉を描く）

■ゆうきの寿大学「筋力維持向上！プロテインの選び方・筋トレ」

10/8・10/22（水）午後（全2回）（シニアカー試乗も予定）

■国産肉を食べよう＊お肉料理教室

10/28（火）午前 ＊参加無料

■サテライト配信「野生動物への理解・クマとわたしたちの距離」

11/12(水)午前（旅行やハイキングのときの知識に）

■千葉の伝統料理「太巻き祭り寿司づくり」

11/19（水）午前 ＊材料費あり

■手放せない思い出の品、どうする！？「思い出の整理収納」

11/21(金)午後

■黙々と、ものづくりを楽しむ「大人の木工工作」

12/6（土）午前 ＊材料費あり

■ゆっくり学ぶスマホ活用術「スマホで災害対策」

12/10(水)午前

■迎春！福を呼ぶ呼ぶ「新宿寄席」

2026/1/24（土）午後

■韓国料理研究家に習う「ひと味違うキムチづくり」

2026/2/16（月）・17（火）（2日連続）＊材料費あり

■季節の和菓子づくり

2026/3/13（金） ＊材料費あり



※詳しい内容・申込方法などは随時、公民館情報誌・館内掲示、新宿公民館ホームページ等（下記）でお知らせします。
（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