秋号

シルバー人材センター
文化教室受講生募集

10～12月 令和8年

新設講座

～元アナウンサーと小説・新聞記事で鍛える～

会話力・思考整理力

第1・3木曜
10:30～12:00
8,940円/6回

季節の養生ごはん

～食材選び・保存食・レシピ紹介～

第2・4金曜
10:30～12:00
8,940円/6回
※座学講座です。

パステル和アート

第2・4土曜
13:00～14:30
8,940円/6回

声の健康づくり・発声レッスン

～みんなで歌いましょう～

第2・4木曜
13:00～14:30
8,940円／6回

はじめての創作こぎん刺し

第2・4水曜
13:00～14:30
8,940円/6回

シニア世代の初めてのメロディー作り

第2・4金曜
13:00～14:30
8,940円/6回

初心者さんのかぎ針編み

～鎖編み・細編み・長編みに挑戦～

第2・4月曜
10:00～12:00
8,940円/6回

手仕事を楽しむ

布ぞうりを編む

第1・3金曜
10:00～12:00
8,940円/6回

リフォーム洋裁

第1・3水曜、第2・4水曜 13:00～15:00
第1・3土曜 10:00～12:00
各／8,940円/6回

【講師】経験豊富なシルバー人材センターの会員 【対象】16歳以上
【見学・体験】無料（一部講座を除く）【材料費】別途必要な講座あり

場所 中区西白島町24-36 広島市中央老人福祉センター（中央公民館）2階
申込み・お問合せ シルバー人材センター TEL 082(223)1156 FAX 082(223)8528
E-mail hirosima@sjc.ne.jp

講座名	曜日／時間	受講料／回数		講座名	曜日／時間	受講料／回数	
まったく初めての川柳	第2・4金 13:30～15:30	8,940円 全6回		日常英語を楽しむ	第1・3水 10:00～11:30	7,450円 全5回	
英字新聞に親しもう	第2・4金 10:30～12:00 第1・3土 13:30～15:00	8,940円 全6回 8,940円 全6回		学び直し英語	第2・4水 10:00～11:30	8,940円 全6回	
英語で広島のガイドにトライ！ ～ヒロシマの復興～	第2・4水 10:30～12:00	8,940円 全6回		韓国語入門	第2・4月 13:00～15:00	8,940円 全6回	
英語で平和記念公園のガイドにトライ！	第2・4水 13:30～15:00	8,940円 全6回		韓国語中級	第2・4月 10:00～12:00	8,940円 全6回	
ジュリーさんのネイティブ英会話入門	第1・3土 13:00～14:30	8,940円 全6回		～元ラジオパーソナリティが伝授～ 人前での話し方・声に自信がない方対象レッスン	第1・3土 10:30～12:00	8,940円 全6回	
いすで茶の湯 裏千家	第2・4月 10:00～12:00	8,940円 全6回		いすで茶の湯 初級	第2・4月 13:00～15:00	8,940円 全6回	
楽しい水彩画	第1・3金 10:00～12:00 第1.3金 13:30～15:30	8,940円 全6回 8,940円 全6回		着物着付け	第1・3木 10:00～12:00 第1.3木 13:00～15:00	8,940円 全6回 8,940円 全6回	
ハガキ絵&筆文字	第1金 13:30～15:30	4,470円 全3回		書道	第1・3木 13:00～15:00 第2.4木 13:00～15:00	8,940円 全6回 8,940円 全6回	
水彩色鉛筆で小さな絵を描こう	第1・3木 14:30～16:00	8,940円 全6回		実用書道	第2・4土 10:00～12:00	8,940円 全6回	
夢誘う灯 ステンドグラス ～小物・アクセサリー～	第2・4木 10:00～12:00	8,940円 全6回		クラフトテープ ～3回で作る籠バッグ～	指定土 10:00～12:00 指定土 13:30～15:30	4,470円 全3回 4,470円 全3回	
ハーダンガー刺繍	第2・4金 13:00～15:00	8,940円 全6回		フラワーアレンジ	第2・4土 13:00～14:30	8,940円 全6回	
シニアのための健康フラ	第2・4月 13:30～15:30	8,940円 全6回		楽しいウクレレ教室	第2・4木 10:00～12:00	8,940円 全6回	
ギター入門	第1・3金 13:00～14:30	8,940円 全6回		フラダンス	第1・3土 10:00～12:00	7,450円 全5回	
歌声広場	第1・3水 13:30～15:00	8,940円 全6回		大人のピアノ	第1・3水 10:00～12:00 第2・4金 10:00～12:00 第2.4土 10:00～12:00	8,940円 全6回 8,940円 全6回 8,940円 全6回	

秋の一日講座

～元アナウンサーと小説・新聞記事で鍛える～
会話力・思考整理力

9/17（木）10：30～12：00

元ニュースキャスターの野崎賢治さんが、正しい声の出し方、楽しく会話できるコツなどを伝授します。
楽しみながら、喉と脳を鍛えて健康に！

お仏壇のお花をプリザーブドフラワーで

9/18（金）13：00～15：00

お仏壇用の枯れない花、プリザーブドフラワーを作ります。

※材料費／3,000円（1個）

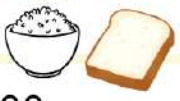
植物画～秋の花を描く～

9/24（木） 10：00～12：00

透明水彩絵の具を使って、秋の花を精密に描きます。

※材料費／500円

～ごはん派？パン派？どちらも学べる～
男の朝食教室



9/25（金）10：00～12：00

料理初心者の方、大歓迎！
まずは一日のはじまりの朝食作りから。料理の楽しさに触れてみてください。

※材料費／500円
※対象：男性

パステル和アート～円と光を描く～

9/26（土）13：00～14：30

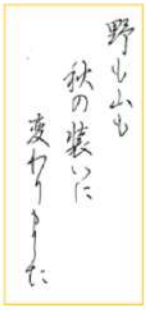
パステルを削って粉にして、指を使って描くアートです。
心が穏やかになるひとときをお楽しみください。
※材料費／300円

一筆・文字アート

10/2（金）10：30～12：00

筆や道具を使い、文字や絵を組み合わせ自由に楽しみます。ご希望の方には、一筆箋の書き方もお教えします。

※材料費／700円



歌声広場～心に響く秋の歌～

10/7（水）13：30～15：00

懐かしい歌や心に響く秋の名曲を、皆さんと一緒に楽しみます。
お気軽にご参加ください！

魚のおろし方＆包丁の研ぎ方

10/8（木）10：00～12：00

講師は、料理番組でおなじみの柿崎不二子さん。魚のおろしかたを学んだ後は、みんなでおいしくいただきます。

※教材費／700円
※協賛／広島魚市場

■参加費：各1,490円（教材費別途必要な講座あり）
■講師：シルバー会員　■受講場所：中央公民館２F

【お申込み・お問い合わせ】広島市シルバー人材センター
☎082-223-1156　FAX：082-223-8528　hirosima@sjc.ne.jp