

# 2024年度 前期 『趣味の教室』のお知らせ

(対象 市内在住の60歳以上の方)

横浜市南センター 南寿荘  
〒232-0006 横浜市南区南太田2-32-1  
TEL 741-8812 FAX 741-8813

No	講座名	定員	回数	開 講 日	時 間	教 室	講 師	開 講 日				受講料 (一人全回分)		
								4月	5月	6月	7月		8月	9月
1	学び直しの英会話	30	12	4月～9月 第1・3金曜日	12:30～ 14:00	中会議室	石橋 広子	4月 5・19	5月 3・17 祝	6月 7・21	7月 5・19	8月 2・16	9月 6・20	2,000円
2	初めてのナンブル	20	12	4月～9月 第2・4月曜日	13:00～ 15:00	小会議室	広瀬 清五 瀬戸田 秀廣	8・22	13・27	10・24	8・22	12・26 祝	9・23 祝	2,000円
3	山ごはんを作ろう	20	6	4月～9月 第1木曜日	10:00～ 12:00	余暇・趣味	いさいき 登山がた ヤツボクさん	4	2	6	4	1	5	3,000円
4	韓国のお茶と文化を 楽しむ時間	20	12	4月～9月 第2土曜日	10:00～ 11:30	中会議室	山田 玲子	14・27	12・25	9・22	14・27	11・24	8・28	3,000円
5	戦国時代の真相に迫る！	30	12	4月～9月 第2・4木曜日	10:15～ 11:45	中会議室	真野 信治	11・25	9・23	13・27	11・25	8・22	12・26	2,000円
6	美と健康の体操	20	12	4月～9月 第2・4月曜日	10:00～ 11:30	大広間	久保木 理恵子	8・22	13・27	10・24	8・22	12・26 祝	9・23 祝	2,000円

### 【申込方法】

往復はがきに以下をご記入の上、南センターまでお送りください。  
1. 郵便番号 2. 住所 3. 氏名(フリガナ) 4. 年齢 5. 電話番号 6. 第1希望教室名 7. 第2希望教室名  
返信はがきには、ご自分のご住所を忘れずにお書きください。

### 【必要事項】

- ・応募へがきは一人1枚限りです。
- ・記入に不備や切手の料不足などがあるへがきは受付できません。
- ・定員を超えた講座は、抽選により受講者を決定させていただきます。
- ・第1希望の教室が抽選で受講できなかったため、第2希望にお書きください。
- ・ただし受講できるのは、第1希望もしくは第2希望のどちらかのみです。
- ・抽選後、結果を返信はがきにてお知らせいたします。(3月上旬)
- ・受講時に用意する物につきまして、詳細は改めてお知らせいたします。
- ・講座は、都合により中止、もしくは、開講日、時間が変更になる場合があります。
- ・変更の場合は、別途連絡いたします。

【問合せ先】 ご不明な点は、南センター「趣味の教室」係までお問合せください。

TEL 741-8812 南寿荘

【申込期限】 2月28日(水) までの消印であること

【返信(表)】	【返信(裏)】	【返信(表)】	【返信(裏)】
〒232-0006 南 趣味の教室 南木田 2 の 32 の 1	〒232-0006 横 濱 市 南 区 南 木 田 2 の 32 の 1	〒郵便番号 ご自分の住所	1. 郵便番号 2. 住所名 (フリガナ) 3. 氏名 年齢 4. 年 齢 5. 電話番号 6. 第1希望の教室名 7. 第2希望の教室名
※こちららの面に抽選結果を印刷して返りますので、何も書かないでください。	※こちららの面に抽選結果を印刷して返りますので、何も書かないでください。		

## 2024年 前期 趣味の教室

### ① 学び直しの英会話

講師：石橋 広子 先生

中学1年生の英語の教科書を使います。  
標準的なレベル  
(例) My name is Yujii Tanaka.  
I am a director of Milnarni-center.  
英語は中学校、高校以来という方、ぜひお越しください。



### ② 初めてのナンブル

講師：広瀬 清五 先生  
瀬戸田 秀廣 先生

ナンブルとは、縦の列、横の列、また一区切りのマス目の中の数字が、それぞれ1～9までの数字が入るようになっているものです。  
『ナンブルおじさん』として親しまれている広瀬清五先生が作成されたナンブルを使って、初めての方にもわかりやすく教えていただきます。



### ③ 山ごはんを作ろう

講師：いさいき登山がたヤツボクさん



登山雑誌にエッセイを掲載され、ラジオにも出演されている、登山ガイドとして人気の高い、ヤツボクさんに、とても簡単な「山ごはん」の作り方を教えて頂きます。山ごはんとしてだけではなく、お家での簡単一人ご飯や、災害時の食事にもぴったりのです。

### ④ 韓国のお茶と文化を楽しむ時間

講師：山田 玲子 先生

韓国茶の入れ方を中心に、韓国の文化について、お話しいただきます。  
韓国のお茶やお菓子をいただきながら、異国の文化に触れる、楽しいひとときを過ごしましょう。



### ⑤ 戦国時代の真相に迫る！

講師：真野 信治 先生

戦国時代史の講座です。歴史や系図を研究し、市内でも多数の講座を担当している講師から、わかりやすく教えていただきます。  
「桶狭間の戦いの真相」や、「徳川氏のルーツは？」など、残された同時時代史料・史跡などから見えてくる史実をもとに、通俗の真偽に迫り、鋭く実像を追います。



### ⑥ 美と健康の体操

講師：久保木 理恵子 先生

頬のたるみ、首筋、お腹まわりと、気になるお悩みの解決に、ヨガインストラクターや、看護師、保健師、国際中医師などの資格をお持ちの先生に、無理のない動きを教えてください！  
(大広間でを行います。)

