

# 清戸の杜

白井市福祉センター情報誌  
2019.10.1発行



10月号

Vol.64

## <今月の講座・イベント案内>

### アートフラワー教室

10/3 (木) 10:30~12:00  
部屋に飾れるアレンジメントを作ります。



### 初心者のためのデジカメ講習

10/3・10・17・24 (各木曜日) 全4回  
13:00~15:00  
デジカメ写真の撮り方のコツを学ぼう



### 子育て支援講座ハッピースマイル術

- ◆10/17 (木) 4Kクッキング
  - ◆10/25 (金) アンガーマネジメント
  - ◆10/29 (火) 骨盤エクササイズ&リンパストレッチ
- 10:00~12:00

### 女性のための起業講座

10/21 (月)・24 (木)・28 (月)・31 (木)  
10:00~12:00  
11/9 (土) 白井フェミナスハートプラスへの参加  
10:00~15:00

### お父さんと子どもの料理教室

10/26 (土) 10:00~13:00  
フライパンでパンを焼いて中華バーガーを作ります。



### 清戸の杜プチマルシェ

10/19 (土) 10:00~14:00  
国産小麦粉とそせい糖のスコーン、焼き菓子  
若石もみ、アクセサリ作り体験



## <来月の講座・イベント内容>

11月9日 (土) 白井フェミナス+

男女共同参画推進講演  
**人生を格上げしよう!**  
自分の良さを知り自分の人生に自信を持つために  
**PEP TALK**  
~わたしの夢を叶える 魔法の言葉~  
体験ワークショップ・物販&ワークショップ  
物品販売・試食販売  
◆スタンプラリー開催!

### おやこチャレンジ

トンボ玉を使ったアクセサリ作り!  
11/16 (土) 9:15~10:45  
締切11/7 (木)



### 初めてのポーセレンアート講習

11/7・14・28 (各木曜日) 全3回  
白いカップと皿に転写紙を切り貼り  
して作ります。  
締切10/26 (土)



### ストレスをため込まない会話術講座

会話がストレスにならないための積極的会話の仕方を学びます!  
11/14・21・28 (各木曜日) 全3回  
締切11/7 (木)

### 女性のためのストレスフリー講座

11/5 (火) 「心と身体に働きかけるアロマ」  
~ストレスと自律神経~ トリートメントオイル作り  
とハンドトリートメント実習  
11/15 (金) 女性の視点で考える防災  
「食と防災」~災害時こそあたたかい食事を!~  
11/20 (水) 自律神経を整える食習慣  
~楽ちん食で体も気持ちもコントロール~  
締切10/22 (月)



※講座・イベントの詳細について  
知りたい方は、窓口までお尋ねください。

## 福祉センター利用サークル一覧

	区分	団体名		活動日	時間		区分	団体名		活動日	時間
1	手芸	あかつき	定期	第1水曜日	午後	28	グラウンドゴルフ	天璋会	不定期		午後
2	手工芸・染	はなみずき	定期	月曜日	午後	29	ギター	スパイス	不定期		
3	洋裁	着物リフォームの会	定期	第2第4水	午後	30	バドミントン	あすなろクラブ	不定期		午前
4	華道	生け花いずみの会	定期	第1第3火	午後	31	編み物	ニット	定期	第1第3木	午後
5	ギター	アマポーラ	定期	水曜日	午前	32	箏	さーくる絃	定期	第2第4火	午前
6	大正琴	めだかの会	定期	水曜日	午後	33	エコクラフト	クローバー	定期	第2第4金	午後
7	陶芸	星会	定期	土曜日	終日	34	英会話	Let's Enjoy in	定期	土曜日	午後
8	陶芸	楽陶会	定期	木曜日	終日			English			
9	陶芸	光彩の会	定期	水曜日	終日	35	バドミントン	7CLORS	不定期		
10	陶芸	陶芸火曜会	定期	火曜日	終日	36	吹き矢	フークラブ	不定期		
11	絵画	四季彩	定期	第1第3木	午後	37	バドミントン	遊遊クラブ	定期	火曜日	午後
12	パソコン	M.Cクラブ	定期	第2第4火	午後	38	邦楽	邦楽愛好会	不定期		
13	ゲーム	コントラクトブリッジ	定期	水曜日	午前	39	写真撮影	デジカメサークル櫻	不定期		
14	人文・社会・科学	社)実践倫理宏正会	不定期			40	吹き矢	ヤブキ	定期	第2第4水	午前
15	環境学習	谷田武西の原っぱと 森の会	不定期			41	ペン習字	初心者ペン習字の会	定期	第2第4木	午前
16	健康体操	自彊術	定期	火曜日	午前	42	写真撮影	写遊人	不定期		
17	太極拳	太極拳木曜会	不定期		午前	43	体操	スポーツボイス	定期	第2第4火	午前
18	バドミントン	白井バドミントンクラブ	定期	木曜日	午後	44	料理	4Kマジカル	不定期		
19	バドミントン	くれよん	定期	月曜日	午後	45	音楽	ホワイトィーズ	不定期		
20	バドミントン	桜台フレッシュ	定期	火曜日	午後	46	フラワー アレンジメント	花スタジオ	定期	第3火曜日	午前
21	バドミントン	桜台BFC	定期	土曜日	午後	47	ウクレレ	ウクレレオールオル	不定期		
22	卓球	白井マスターズ	定期	水・金曜日	午後	48	音楽	ブルースカイ	不定期		
23	合唱	ソアヴィータ	不定期		夜間	49	卓球	南山クラブ	定期	木曜日	夜間
24	ショートテニス	桜台スポーツクラブ	定期	月曜日	午前	50	ヨガ	シャンティヨーガ	定期	第2第4木	午前
25	フラダンス	ティアレフラサークル	定期	月曜日	午後	51	体操	マミーハート	不定期		午前
26	舞踊	踊り峰幸会	不定期			52	ヨガ	スッキリヨガ	不定期	月曜日	午前
27	空手	松門会	不定期			53	電子工作の作成	電子工作研究会	定期	第2第4水	午後
						54	ウクレレ	ウクレレひまわり		月曜日	午後

令和元年10月1日

ここは、子どもからお年寄りまで、誰もが集える  
市民の交差点です。緑と笑いと歌声いっぱい  
福祉センターで今日もお楽しみください。



