

# 2024年度 おすすめ！高の原健康・文化講座 受講生大募集♪

## 明るく・楽しく・元気に！あなたも講座を始めてみませんか？

### 手芸ストレッチ編<sup>あみ</sup>

～ストレッチ編の基礎から学べます～



ストレッチ編は編針から編み目を落としてもほどけず、糸の使用量も少なく早く編むことができます はさみで切ってもほどけない、画期的な特徴を持つ編み物です！

【作品例】



～講師 Profile～

奈良・京都・大阪を中心に関西各所にてストレッチ編講座を開講

ぜひ、編み物の魅力を知ってください

一緒に楽しみましょう

月1回 火曜日 10:00～15:00 年間12回  
 受講料:年間/39,600円 4期分割 3ヶ月毎 9,900円  
 定員:18名 ※別途材料費必要

講師：西田由美子

### わはは♪元気コーラス

～楽しく笑って！元気に歌おう！～



季節の歌などの名曲に込められたその想いを皆さんと考え、共有しながら楽しく歌うコーラスです♪  
 ぜひ一緒に歌いましょう



～講師 Profile～

京都市立芸術大学音楽学部  
 声楽専修卒業

奈良市に転居を機に市民劇団に所属 ミュージカルや民話の語りなど約20年活動

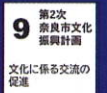
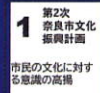
奈良市を中心にコーラスグループの指導やボイストレーナー・朗読などで活躍中

月2回 水曜日 14:00～15:30 年間18回  
 受講料:年間/18,000円 3期分割 3ヶ月毎 6,000円  
 定員:40名 **新規募集！初回7月3日より新しく開講♪**

講師：飯田善広

開講期間:2024年4月～2025年3月 開催場所:奈良市北部会館市民文化ホール  
 年度途中からの申込み方法は下記より選択してください

- ①窓口:申込者の住所・氏名を下記の申込用紙に記入し、当館窓口まで
- ②TEL:当館までお電話ください



※わはは♪元気コーラスの申込は上記 QR コードからネット申込か、下記申込用紙に記入し直接窓口まで、もしくは、往復はがきに申込内容を記入し郵送 6/23 必着 (以降は TEL にてお問い合わせください)

【お問い合わせ】〒631-0805 奈良市右京1丁目1-4 (近鉄高の原駅より徒歩5分程)  
 奈良市北部会館3階市民文化ホール ☎0742-71-5747 休館日:月曜/休日の翌日

※当館駐車場は1時間のみ無料です。 以降、1時間毎300円(上限なし)がかかります。

### 【2024年度おすすめ講座 申込用紙】

ふりがな		年齢	電話番号	
お名前			ご自宅	
			携帯電話	
ご住所	〒 ー			
希望する講座名	<input type="checkbox"/> フラダンス Pua Kalaunu <input type="checkbox"/> ウォーキングエアロビクス <input type="checkbox"/> 健康ぴんしゃんウォーキング <input type="checkbox"/> リズム元気体操 <input type="checkbox"/> 手芸ストレッチ編 <input type="checkbox"/> わはは♪元気コーラス			