

こうみんかん



笠間公民館
☎0296-72-2100
友部公民館
☎0296-77-7533
岩間公民館
☎0299-45-2080

公民館講座受講生募集

申込方法 最寄りの公民館窓口へ直接、または①講座名②氏名(ふりがな)③郵便番号・住所④電話番号を明記して、ファックスかはがきでお申し込みください(電話申込み不可)。

※ファックスで申し込む場合は、必ず受信確認の電話をお願いします。

受付時間 午前9時～午後5時15分(月曜日休館)

申込み 笠間公民館 〒309-1613 笠間市石井2068-1 電話0296-72-2100 FAX0296-72-2103
友部公民館 〒309-1737 笠間市中央3-3-6 電話0296-77-7533 FAX0296-78-3278
岩間公民館 〒319-0294 笠間市下郷5140 電話0299-45-2080 FAX0299-45-7612

笠間公民館講座

【夜活】「見て、聞いて、学んで、食べる」講座 パート4

低塩分で1食500kcalとヘルシー、でも美味しい！
薬膳料理講座。調理実習は行わず、講師が解説しながら実演します。学んだ料理は夕食として1人前ずつ
いただくことができます。

日時 8月27日(土) 午後7時～8時30分

場所 笠間公民館

内容 熱中症予防のヘルシー薬膳
(豆腐の焼きカレーグラタン(パン付き)、
フレッシュハーブのサラダ、シソジュースの
トロピカルドリンク)
※メニューは都合により、変更となる場合があります。

講師 東京薬科大学客員教授 ^{しのはら} 篠原 久仁子さん
栄養士 ^{かわの} 河野 ^{あさみ} 麻美さん
管理栄養士 ^{さかもと} 坂本 ^{えり} 絵里さん

対象 市内在住または在勤の方

定員 16名(定員を超えた場合は抽選)

持ち物 筆記用具、参加費1,300円(受講料・教材費)

申込期限 8月7日(日) 必着

問合せ 笠間公民館

友部公民館講座

パソコン教室 (エクセル中級編)

期 日 9月4日(日)、11日(日) [全2回]

時 間 午前9時30分～11時30分

場 所 友部公民館

内 容 簡単な計算は使えるけど、もっと便利な
関数を学びたい方向けのパソコン講座で
す。便利な関数機能を紹介します。

対 象 市内在住または在勤の方で両日とも出席
できる方

定 員 12名(定員を超えた場合は抽選)

持 ち 物 Excel2007以降がインストールされた
パソコン

受 講 料 1,000円(資料代含)

申込期限 8月9日(火) 必着

問 合 せ 友部公民館



笠間公民館改修工事に伴う休館のお知らせ



笠間公民館は、全面改修工事を予定しています。利用者の
皆さんには、大変ご迷惑をおかけしますが、工事期間中は全
館休館となりますので、ご理解ご協力をお願いします。

休館期間 : 9月25日(日)～平成29年9月(予定)

※工事の状況により変更になる場合があります。貸館再開の
予定などについては、工事の進捗状況により、随時お知らせ
します。