

令和8年6月5日発行

【第164号】

南部地区 公民館だより

上山市南部地区公民館
上山市河崎一丁目1-23
TEL 673-7255
FAX 666-8148
nanbu-1@honey.ocn.ne.jp

参加者募集

お問合せ・申込み先 上山市南部地区公民館まで。
お申込受付は、6月10日(水)9:00~いずれもお電話のみとさせていただきます。

アイスコーヒーのおいしい季節がやってきます

おいしいアイスコーヒーの淹れ方 講座



実際にハンドドリップでホットコーヒーを抽出した後、アイスコーヒーの淹れ方を学びます。
おいしい淹れ方のコツを学び、本格的なアイスコーヒーをご自宅でも楽しんでみませんか？

- 日時 令和8年7月3(金) 13:30~15:30
- 場所 南部地区公民館 1階 集会室
- 内容 アイスコーヒーの淹れ方やコーヒー豆産地別、焙煎度合いによる飲みくらべ等
- 講師 赤塚宏之さん (株)東北萬国社 コーヒーカレッジ事業部部長(J.C.Q.A認定コーヒーインストラクター1級)
- 定員 先着15名
- 参加費 800円(お菓子付き)
- 対象 南部地区にお住いの方
- 持ち物 手拭き用タオル等、必要な方は筆記用具



それぞれの良さを
味わってください！



日本のおもてなし文化「茶道」

茶道に親しむ体験 講座

日本の伝統文化のひとつ「茶道」の基本的な作法や知識について学びます。
おいしいお菓子とお抹茶をいただきながら、ゆっくりと流れる時間とお茶の世界を体験してください。

- 日時 令和8年7月28(火) 10:00~11:30
 - 場所 南部地区公民館 1階 集会室
 - 内容 茶道の歴史や基本的な作法、茶席でのお抹茶、お菓子のいただき方を学びます
 - 講師 茶道裏千家 長岡宗喜先生
茶道教室 葉月会のみなさん
 - 定員 先着15名
 - 参加費 500円(お抹茶とお菓子代)
 - 対象 南部地区にお住いの方
 - 持ち物 手拭き用タオル等、必要な方は筆記用具
- ※椅子とテーブルで行います。椅子に座ってお茶を召し上がっていただけますので、正座に不安のある方も安心してご参加ください。

初心者向け よくばり健康づくり講座 参加の方へ

種目	ピラティス
期日	7月10日(金)
時間	10:00~11:00
場所	1階 集会室
持ち物	運動シューズ、ヨガマット 汗拭きタオル・着替えなど

次回のご案内

~6月の予定~



- 5(金) 上山市地区公民館職員合同研修会
※午後~職員が不在になります
- 12(金) 一般講座【よくばり健康づくり講座 ①】
☆バランスボール
- 13(土) 公民館大掃除

次回の公民館だよりは、7月1日(水)発行です。

※キャンセル等ありましたらご連絡くださるようお願いいたします

