

## 講座 4

くらし

# スマホでキャッシュレス体験

### 講座の簡単な紹介

近頃急激に盛り上がっているキャッシュレス決済。中でもスマホで出来るアプリが次々に登場。

お店に行ってレジの所に「〇〇 Pay利用出来ます」と表示されているのを常に見かけます。でもなんだか難しそうと思っているあなたに、簡単な使い方ですスマホキャッシュレスを体験してみましよう。



〈回数〉2回（日時の①+③または②+③のどちらか）

- ・1回目 キャッシュレスの知識（昼間 日時の①）
- ・1回目 キャッシュレスの知識（夜間 日時の②）
- ・2回目 キャッシュレスアプリインストールと体験（コンビニ）

〈日時〉①11/18 木曜日（10:00～12:00）

②11/25 木曜日（18:00～20:00）

③12/ 2 木曜日（14:00～16:00）

〈対象〉どなたでも

〈定員〉5名（11/18）+5名（11/25）

〈場所〉岩上公民館 コンビニ

〈材料費〉なし

〈準備物〉ご自身のスマートフォン

## 講座 5

運動

# 太極拳でイキイキ アップ!

### 講座の簡単な紹介

運動が苦手な方、太極拳をやってみたくて、できるかな?と心配な方も5回だけなので、おためしにやってみるのもいいかも!

- ・曲をかけながらしますのでリラックスできます。
- ・女性も男性も楽しめる内容です。



〈回数〉5回

- ・1回目 太極拳説明、準備体操・ストレッチ、入門太極拳
- ・2回目 準備体操・ストレッチ、入門太極拳
- ・3回目 //
- ・4回目 //
- ・5回目 //

〈日時〉①10/5 ②10/12 ③10/19 ④10/26 ⑤11/2  
火曜日 9:30～11:00

〈対象〉どなたでも

〈定員〉1名～10名程度

〈場所〉岩上公民館（2Fホール）

〈材料費〉なし

〈準備物〉体育館シューズ、飲み物・水分、動きやすい服装  
汗ふきタオル、マスク

## 講座 6

趣味

# やさしさの輪を拡げる おりがみ

### 講座の簡単な紹介

日本文化の一つで、誰にでも簡単に楽しくできるのが折り紙です。

1枚の紙が折りなす不思議な世界にひたってみましよう!



〈回数〉5回

- ・1回目 秋の飾り
- ・2回目 実用的な折り紙
- ・3回目 冬の飾り
- ・4回目 干支飾り
- ・5回目 クリスマスの飾り

〈日時〉①10/5 ②10/19 ③11/2 ④11/16  
⑤11/30 火曜日 10:00～11:30

〈対象〉どなたでも

〈定員〉10名

〈場所〉岩上公民館

〈材料費〉1回100円程度

〈準備物〉のり、はさみ、ものさし、筆記用具、作品を入れる空箱

## 講座 7

趣味

# やさしいバルーンアート

### 講座の簡単な紹介

”あなたも子供たちの人気者になれます”  
細長い風船をひねって動物や花を作ってみませんか。

コツを知れば誰でも簡単に作れます。

子供たちに大人気!!

お家の子供だけでなく、地域のイベントで子供たちに好かれるヒーローになりませんか?



オリエンテーション 10/8（金） 19:30～20:30  
岩上公民館（会議室）

〈回数〉3回

- ・1回目 バルーンアートのコツ・風船の種類と基本
- ・2回目 練習あるのみ・・・実際にやってみましよう
- ・3回目 子供たちの前で実演してみよう

〈日時〉①10/29 ②11/5 ③未定

金曜日 19:30～21:00

※3回目は岩上文化祭に合わせます。

〈対象〉中学生以上どなたでも

〈定員〉10名

〈場所〉岩上公民館

〈材料費〉1,500円程度 〈準備物〉なし