

石岡 広報

1.15

January 2025

No.463

お知らせ版



教室・講座のご案内

※料金の記載がないものは無料。定員超過時は抽選。

①ステップアップ教室

▶踏み台（ステップ）を使用した有酸素運動。股関節や足腰のリハビリ運動を行いましょ。

日時：2月12・26日・3月5・12・19日

（※・全5回）午前10時30分～11時30分

講師：戸田 州子 氏 定員：30人

②楽しく踊ろう！ジャズダンスワークショップ

▶ジャズダンスはバレエの要素を取り入れた自由なスタイルのダンスです。初心者の方も大歓迎！

日時：2月13・20日（※・全2回）

午後1時～2時30分

講師：HARUKA 氏 定員：30人

①・②共通

場所：ふれあいの里石岡ひまわりの館（月曜休館）

申込方法：電話で申し込み 申込締切：1月29日（※）

〒ふれあいの里石岡ひまわりの館 TEL 35-1126

③プロによる花束づくり講座

日時：2月19・26日（※）午後2時～3時

※ご希望の日程を選んでください。

参加費：1,000円 準備物：花切りばさみ

定員：各10人 講師：本田生花苑

場所：旭台会館 対象者：市内在住・在勤の人

申込方法：旭台会館へ直接申し込み

申込締切：1月29日（※）

〒旭台会館 TEL 26-1366

④プロが教えるおいしい珈琲の淹れ方教室

日時：2月16日・3月23日（※）午後2時～3時30分

参加費：500円

定員：各10人 講師：南部佳正 氏（南部珈琲）

場所：勤労青少年ホーム 1階料理講習室

申込方法：勤労青少年ホームへ直接申し込み

※電話受付は行いません。

申込締切：1月29日（※）

〒勤労青少年ホーム（石岡 2149番地3）

（内容について）

〒（公社）石岡地方広域シルバー人材センター

TEL 23-3399

⑤石岡市乳幼児期親力アップ講座

日時・講座内容

第1回：1月31日（※） 午前10時～11時

「どうする？我が子とのお付き合い

～コミュニケーションを軸として～」

第2回：2月7日（※） 午前10時～11時

「相手が聞いてもらったと感じる聞き方」

第3回：2月21日（※） 午前10時～11時

「伝えたいことが、伝わっていますか？」

第4回：2月28日（※） 午前10時～11時

「子どもが親を理解する」

場所：こども図書館本の森 おはなしのへや

※同室保育の託児あり

対象：乳幼児期の子を持つ保護者や家庭教育に興味・関心のある人

講師：青木 きよ子 氏

（親業訓練シニアインストラクター1級）

定員：各回10組程度（先着順）

申込方法：各講座の1週間前までに右の

申込フォームから申し込み▶

〒生涯学習課（内線1478）



石岡市内全域でクリーンアップ開催

▶天候を問わず、地区から窓口または電話で事前予約のあった集積所を当日回収します。

日時：3月2日（※）（実施時間や雨天時の実施については各地区で判断してください）

①回収場所…区長または協力員から指定された集積所に、ごみを分別して置いてください。草刈後の草も袋に入れてください。

※家庭内のごみ（粗大ごみを含む）は不可。

②回収に必要なごみ袋…区長または協力員から受け取ってください。

〒石岡地区 本生活環境課 TEL 23-7301

八郷地区 支総務課

TEL 43-1111（内線1123・1128）