公民館講座

3月15日現在の情報です。最新の情報はQRコードから確認、またはお問い合わせください。

令和4年度 中央・中地区・郡地区公民館講座 受講者募集

～集って・学んで・楽しんで～　参加してみよう!

申込期限

4月15日㈮

申込方法　はがきまたはファクスに、郵便番号・住所・氏名（ふりがな）・年齢（高校生以下は学校・学年）・性別・電話番号・希望する講座名（1枚に1講座）を記入し、各公民館へお申し込みください。申込多数の場合は抽選を行い、結果は講座開催の10日前までに通知します。
※各公民館窓口でも受け付けます。　※電話での申し込みは受け付けません。

中央公民館（市コミセン）

〒856-0836 幸町25-33　☎54・3161　FAX54・3162

No.	講座名	内容	受講料など	とき	対象・定員
1	生き活き知って得する金融情報講座	金融経済・相続・年金・ライフプランなど、知って得する金融情報講座です。※長崎県金融広報委員会共催	受講料　1,000円 運営費　1,000円	5月～2月（全10回） 原則第2月曜日 19:00～20:30	大人 20人
2	NEW ケーナ入門	南米発祥の楽器ケーナを学んでみませんか。初心者も吹きやすい塩化ビニル製のケーナでアンサンブルを楽しみましょう。	受講料　1,000円 教材費　500円	5月～7月（全10回） 毎週月曜日 10:00～12:00	大人 10人
3	NEW マクラメ編みでアクセサリー♪	ひもを手で結んだり編んだりしながら模様を作り出していく「マクラメ編み」で、天然石などを使って楽しくアクセサリーを作りましょう。	受講料　500円 教材費　4,500円	6月～8月（全5回） 第2・4水曜日 13:30～15:30	大人 10人
4	消しゴムはんこを楽しもう	デザインカッターや彫刻刀を使って、消しゴムはんこの基本の彫り方を学び雑貨作りを楽しみます。	受講料　600円 教材費　2,400円	5月～7月（全6回） 第2・4火曜日 9:30～11:30	大人 10人
5	癒しのアロマクラフト	アロマの基礎を学びながら、好きな香りの精油を使って化粧水やマスクスプレー作りを楽しみます。	受講料　600円 教材費　3,400円	5月～7月（全6回） 隔週火曜日 19:00～20:30	大人 16人
6	指やコットンで描く「パステルアート」	簡単・きれい・楽しい♪絵心がなくても大丈夫!!やわらかい色調で癒やし効果のあるパステルアートを学びます。	受講料　400円 運営費　1,600円	6月～9月（全4回） 第1水曜日 13:30～15:30	大人 10人
7	大工さんと楽しむDIY木工教室	初心者のDIY木工入門教室です。※会場は松原3丁目	受講料　1,000円 運営費　2,500円 ※材料費は別途	5月～10月（全10回） 原則第1・3水曜日 10:00～15:00	女性 8人
8	暮らしに役立つ筆ペン字	「芳名録・のし書き」など手書き文字を美しく書くコツを学びます。	受講料　500円 運営費　500円	5月～7月（全5回） 原則第1・3水曜日 19:00～21:00	大人 20人
9	NEW デッサンからはじめる色鉛筆・パステル画	色彩豊かな色鉛筆画やパステル画をデッサンから学びます。	受講料　600円 運営費　600円	5月～8月（全6回） 第1・3木曜日 9:00～12:00	大人 10人
10	はじめてのパンづくり	手ごねによるパン作りの基礎とそのアレンジを学びます。	受講料　600円 材料費　3,400円	5月～6月（全6回） 毎週木曜日 9:00～12:00	大人 12人
11	おおむらシニア大学	歴史、経済、芸術などをテーマにした座学やレクリエーションを通して、生きがいや仲間づくりを行います。	受講料　1,000円 運営費　1,000円	5月～2月（全10回） 第4木曜日 13:30～15:30	65歳以上 60人
12	写真教室	一眼レフカメラを使用した写真教室の初級から中級編。撮影会や互選会を開催し、講座終了後に写真展を開催します。※カメラ持参	受講料　1,900円 運営費　300円	5月～2月（全19回） 原則第1日曜日（撮影会） 第3木曜日（座学） 18:30～20:30	大人 20人
13	おおむら夢大学	テーマ学習や仲間づくりをしながら、すてきな人生・健康づくりを応援します。	受講料　1,000円 運営費　1,000円	5月～7月（全10回） 毎週金曜日 13:30～15:00	65歳以上 20人
14	自然にふれあう探鳥のすゝめ	自然の中で、野鳥の姿や声と触れ合ってみませんか。※現地集合できる人	受講料　600円 運営費　600円	5月～2月（全6回） 第2土曜日 9:30～11:30	大人・親子 30人
15	NEW 歴史資料館連携講座 大村藩　三十七士	激動の幕末期に活躍した大村藩三十七士について学びます。最終回は市歴史資料館を見学します。	受講料　400円 運営費　600円	5月～8月（全4回） 原則第1土曜日 10:00～12:00	大人 30人
16	健康　軽登山	長崎県近郊の山を軽登山・ウォーキングします。※現地集合できる人	受講料　1,100円 運営費　900円	5月～3月（全11回） 原則第4土曜日 8:00～17:00	65歳以上 50人

中地区公民館

〒856-0817 古賀島町133-31 ☎53・1376 FAX 47・8550

No.	講　座　名	内　　容	受講料など	と　　き	対象・定員
1	NEW 基本の美肌講座	健康的で美しくなるための知識やツボ・マッサージのコツなどを、プロのエステティシャンから学びます。	受講料　600円 運営費　400円	5月～7月（全6回） 隔週月曜日 13:30～15:00	大人 10人
2	健康テニス教室	優れた有酸素運動であるテニスを、初心者の人からレベルに応じて健康的にマスターします。	受講料　800円 運営費　200円	5月～7月（全8回） 原則毎週火曜日 13:30～15:30	大人 16人
3	手づくりパン教室	手づくりする喜びや楽しみを体感し、できたてのパンやお菓子のおいしさを家庭で再現しましょう。	受講料　600円 材料費　3,400円	5月～8月（全6回） 原則第1・3火曜日 13:30～16:30	大人 12人
4	NEW 〈体験講座〉サックス教室	音符が読めない人でもサックスのしくみ、歴史を知り、テクニックをマスターして演奏に親しみましょう。	受講料　無料 運営費　100円	5月～6月（全6回） 毎週火曜日 18:00～20:00 （延長時あり）	10人
5	NEW 筆ペン書道入門	「のし書き・宛名書き」など日常的に役立つように、筆ペンで文字を書くコツを学びます。	受講料　600円 運営費　700円	6月～8月（全6回） 第1・3水曜日 10:00～11:30	大人 20人
6	健康マージャン 初心者教室	脳の活性化や友達・生きがいづくりに有効とされる健康マージャンの基礎から実践までを習得します。	受講料　800円 運営費　700円	5月～7月（全8回） 毎週木曜日 13:30～16:30	65歳以上 12人
7	NEW 〈体験講座〉オカリナ教室	オカリナの演奏技術を習得し、音楽に親しみ生涯学習の幅を広げましょう。	受講料　無料 運営費　100円	5月～7月（全6回） 隔週金曜日 13:30～15:30	大人 10人
8	お元気塾	仲間と一緒に楽しく健康づくりやレクリエーション、生活に役立つ知識を習得します。	受講料　800円 運営費　1,200円	5月～12月（全8回） 第3金曜日 13:30～15:00	65歳以上 40人

郡地区公民館（郡コミセン）

〒856-0806 富の原2丁目382-1 ☎55・3337 FAX 55・3397

No.	講　座　名	内　　容	受講料など	と　　き	対象・定員
1	基礎からのピラティス	体幹やインナーマッスルを鍛えバランスの取れた体を目指し、常に動きを伴う無理のないエクササイズを行います。 ※ヨガマット、フェイスタオル持参	受講料　600円 運営費　100円	5月～7月（全6回） 第2・4月曜日 13:30～15:00	大人 10人
2	男性のための 健康体操教室	コンディショニングにより体調を整え、健康体を取り戻します。	受講料　800円 運営費　100円	5月～7月（全8回） 毎週火曜日 13:30～15:00	65歳以上 12人
3	初めての陶芸	陶芸の基礎を学び、オリジナルの陶芸作品を作ります。	受講料　600円 運営費　5,000円	5月～7月（全6回） 第2・4水曜日 13:30～15:30	大人 12人
4	パソコン教室（初級）	パソコンを使えないという人のための、ワード・エクセルなどの基礎講座です。	受講料　800円 運営費　1,000円	5月～7月（全8回） 毎週木曜日 13:30～15:30	65歳以上 20人
5	楽しく太極拳	太極拳の特徴である脚筋力・バランス能力・全身持久力の向上とリラクゼーション効果を学びます。	受講料　600円 運営費　100円	5月～7月（全6回） 第2・第4金曜日 14:00～16:00	65歳以上 10人
6	こおり青春大学	楽しみながら多様な知識や教養を身につけ、喜びと生きがいのある充実した人生の過ごし方を学びます。	受講料　800円 運営費　600円	6月～1月（全8回） 第3金曜日 13:30～15:30	65歳以上 20人
7	おとこの料理教室	初心者を対象に、料理の基本を学び、栄養バランスを考えた料理を作り、食生活の自立を目指します。	受講料　600円 運営費　4,000円	5月～10月（全6回） 第3土曜日 9:30～12:30	男性 15人

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により開催の延期や中止、日程などが変更になる場合があります。

※公民館内では検温、手指の消毒、マスク着用などの新型コロナウイルスの感染予防にご協力ください。