

令和6年度 前期公民館講座

申込期限

4月19日(金)

必着

申込方法

申込フォーム、はがき、ファクス、窓口【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1講座)を記入】

申込先

講座を開催する各公民館※電話申し込み不可
 ※申し込み多数の場合は抽選(講座開催日の10日前までに通知)。
 ※詳細は各公民館に問い合わせ、または市ホームページをご確認ください。



▲市ホームページ

区分	講座名	内容	受講料 運営費など	とき	対象 定員
中央公民館(市コミセン) 〒856-0836 幸町25-33 ☎54・3161 FAX 54・3162 体験 講座終了後は中央公民館の活動グループに参加できます。					
社会・経済	私たちの暮らしに生かす 金融情報講座(仮)	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。【県金融広報委員会共催】	1,000円 1,000円	5~2月(全10回) 月曜/19:00~20:30	大人 25人
	歴史資料館連携講座 「大村の教育」	大村の教育の歴史を学びます。(最終回は歴史資料館企画展の見学)	400円 600円	5~7月(全4回) 土曜/10:00~12:00	大人 30人
自然科学	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。	600円 400円	5・6月、10~12月、2月 (全6回) 土曜/9:30~11:30	大人・親子 25人
	天体観望会	プラネタリアムや天体望遠鏡で、月や星などの天体の神秘を学びます。(小・中学生は保護者同伴)【会場】県教育センター	無料 200円	7・9・12月(全3回) 金曜/19:00~21:00	小学生~大人 10組
家庭生活	お手軽和菓子作り	家庭にある道具で手軽に和菓子作りを楽しみます。	400円 3,200円	6・7月(全4回) 火曜/9:30~12:00	大人 12人
	はじめてのパンづくり	手ごねによるパン作りとそのアレンジを学びます。(内容は前年度と同じ)	600円 3,600円	5~7月(全6回) 木曜/9:00~12:00	大人 12人
	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研修旅行、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。	1,000円 1,000円	5~2月(全10回) 木曜/13:30~15:30	65歳以上 80人
	おおむら夢大学	レクリエーション・体操・日帰り旅行など、高齢期を健康で楽しく過ごすためのプログラムです。	1,000円 1,000円	5~7月(全10回) 金曜/13:30~15:00	65歳以上 25人
	はじめてのダーニング	基本の縫い(つくろい)の技術を学び、楽しみながらSDGsを考えましょう。	400円 1,100円	6・7月(全4回) 土曜/9:30~11:30	大人 12人
	食と心の健康 ~四季の薬膳~	身近な食材を使った薬膳を実践し、心と体の若さと健康につなげます。	500円 3,500円	5~9月(全5回) 土曜/11:00~14:00	大人 15人
	enjoyおおむら暮らし♪	大村の郷土料理と名物を深掘り!暮らし・防災をテーマにおおむら暮らしのヒケツを見つけましょう。親子での参加也大歓迎。	400円 1,600円	5~8月(全4回) 土曜/原則13:30~15:30	大人・親子 20人
専門技術	NEW 引き寄せ美人講座	自分のパーソナルカラーや骨格を学んで自分迷子を卒業しませんか。	500円 1,500円	5~7月(全5回) 月曜/19:00~21:00	大人 20人
	アロマ・ハンドトリートメント	精油を使って、心地よい香りと優しいタッチングで家族や周りの人を癒すハンドマッサージの手技を身につけましょう。	600円 3,000円	5~7月(全6回) 火曜/19:00~20:30	大人 20人
芸術文化	NEW 油絵講座	表現の幅が広く美しい油絵を学びます。※道具持参	600円 1,400円	5~7月(全6回) 火曜/9:00~12:00	大人 8人
	暮らしに役立つ筆ペン字	のし書きなどを筆ペンで美しく書くコツを学びます。	600円 500円	5~7月(全6回) 火曜/19:30~21:00	大人 20人
	NEW 一眼レフカメラ基礎講座	思い通りの写真を撮ることを目標に、カメラの設定や構図を、撮影も交えながら楽しく学びます。夜間(花火大会など)の撮影会あり。	900円 1,100円	5~8月(全9回) 日曜/原則10:00~15:00	大人・親子 20人
運動・健康	腸を元気に!腸活基礎講座	腸活への基礎知識を学び、健康生活に役立てましょう。	400円 600円	5~7月(全4回) 水曜/19:30~21:00	大人 15人
	NEW 楽しく体を動かそう! 大村夢まつり&ヨサコイ講座	体を楽しく動かしませんか。親子での参加也大歓迎です。	700円 300円	5~7月(全7回) 土曜/19:30~21:00	大人・親子 20人
国際	NEW はじめてのハングル入門	韓国語を楽しく勉強しながら、会話や買い物に役立つ語学を学びます。	400円 200円	6月(全4回) 木曜/19:00~20:30	大人 12人



体験	健康体操教室	音楽に合わせて楽しく体を動かします。※動きやすい服装と靴でお越しください。		5月(全4回) 水曜/10:15~11:30	大人 5人
体験	コーラス(女声合唱)教室	お腹の底から声を出して楽しく歌いましょう。		5月(全4回) 木曜/9:30~12:00	大人 10人
体験	フラダンス教室	緩やかなハワイの音楽に合わせてフラダンスを楽しみませんか。※上履き持参	無料 100円	7月(全2回) 木曜/10:00~11:00	大人 10人
体験	健康ヨガ教室①	その日の体調に合わせて体を丁寧にほぐしませんか。※ヨガマットまたはバスタオル持参		6月(全3回) 木曜/10:00~11:30	大人 10人
体験	健康ヨガ教室②	心身ともにリラックスできるヨガで自分の体と向き合いませんか。※ヨガマットまたはバスタオル持参		6月(全2回) 金曜/13:30~15:00	大人 7人
体験	短歌教室	日々感じたことを歌に詠み、交流を楽しみませんか。		5~7月(全3回) 日曜/10:00~12:00	大人 8人

中地区公民館 〒856-0817 古賀島町133-31 ☎53・1376 FAX 47・8550 体験 講座終了後は中地区公民館の活動グループに参加できます。

社会・経済	NEW	初めてのNISA教室	NISAについて学び、安定的な資産形成に役立てます。	400円 100円	5~6月(全4回) 火曜/13:30~15:00	大人 20人
	家庭生活	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を家庭で再現できるようにします。	600円 3,400円	5~7月(全6回) 火曜/13:30~16:30	大人 12人
家庭生活		お元氣塾	仲間と一緒に楽しく健康づくりやレクリエーションを行い、生活に役立つ知識を学びます。	800円 2,000円	5~12月(全8回) 金曜/13:30~15:00	大人 40人
芸術文化		筆ペン書道入門	のし紙・宛名書きなどに役立つ、筆ペンの上手な書き方を学びます。	600円 700円	5~7月(全6回) 水曜/10:00~11:30	大人 20人
運動健康	NEW	初めてのヨガ教室	一人ひとりの体調に合わせて、呼吸を大事にしながら、丁寧な体ほぐしを学びます。	600円 100円	5~7月(全6回) 木曜/10:00~11:30	大人 12人
情報機器		スマホ初心者教室	スマホの基本操作を学び、生活に役立つ便利な機能やアプリを使いこなしましょう。	600円 200円	5~7月(全6回) 月曜/13:30~15:00	大人 12人
体験		オカリナ教室	初心者向けのオカリナ演奏の基礎を学びます。		5・6月(全3回) 金曜/10:00~11:30	大人 5人
体験		健康体操教室	脳トレ・ストレッチ・筋トレ・ダンスなど、体力・体調に合わせた体力づくりを学びます。	無料 100円	5月(全3回) 火曜/10:00~11:30	大人 5人
体験		童謡コーラス教室	コーラス初心者の方も大歓迎です。楽しく童謡を歌いましょう。		5・6月(全3回) 水曜/10:00~11:30	大人 5人
体験		レクリエーションダンス教室	懐かしい曲から今人気の曲まで、時代やジャンルを問わず音符の流れに心を乗せて、楽しく踊ります。		5月(全3回) 水曜/13:30~14:30	大人 5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

家庭生活		子育てママのスマイルタイム	助産師さんや専門家の皆さんと一緒に、子育てについてみんなでお話しませんか。	400円 300円	5~7月(全4回) 木曜/10:00~12:00	親子(3歳未満) 8組
		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。	900円 500円 ※材料費別	5~1月(全9回) 金曜/13:30~15:30	65歳以上 20人
		おとこの料理教室	料理の基本を学び、栄養バランス・健康に考慮した、食生活の自立を目指します。	600円 4,000円	5~10月(全6回) 土曜/10:00~12:00	大人 12人
運動健康		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、健康な身体を取り戻し、活動的な生活を送りましょう。	800円 100円	5~7月(全8回) 火曜/13:30~15:00	65歳以上 12人
芸術文化		筆ペン入門	日常生活に役立つ筆ペンの上手な書き方を学びます。	600円 700円	5・6月(全6回) 火曜/10:00~11:30	大人 12人
		フラワーアレンジメント	フラワーアレンジメントの基礎を楽しく学びます。	300円 1回1,500円 程度	6月(全3回) 土曜/10:00~11:30	大人 5人
情報機器		スマホ初心者教室	スマホ初心者でも、安心して便利に使いこなすための基礎を学びます。	600円 1,000円	5・6月(全6回) 木曜/13:30~15:30	65歳以上 15人