

# コミセンひろば

## 2024年 4月号



大村市中央公民館  
(シーハットおおむら内コミュニティセンター)  
〒856-0836 大村市幸町25-33  
TEL 0957-54-3161 FAX 0957-54-3162

春から  
コミセンで

### 集って、学んで、楽しんで!

4月19日(金)  
締め切り

## 令和6年度 前期・通年主催講座

令和6年度の中央公民館主催講座では、新たな講座を含め19の講座を準備しました。  
新しい仲間とともに「集って、学んで、楽しんで!」みませんか。皆様の申し込みを心よりお待ちしております。

区分	No.	講座名	内容	費用	回数	日付・曜日	時間	対象・定員
社会・経済	1	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(長崎県金融広報委員会共催)。	2,000円	10	5/13、6/10、7/8、8/19、9/9、10/21、11/11、12/9、1/20、2/10、いずれも月曜日	19:00~20:30	大人25人
	2	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)	1,000円	4	5/18、6/8-29、7/20、いずれも土曜日	10:00~12:00	大人30人
自然科学	3	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。	1,000円	6	5/11、6/8、10/12、11/9、12/14、2/8、いずれも土曜日	9:30~11:30	大人親子25人
	4	天体観望会	プラネタリウムや天体望遠鏡で、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	200円	3	7/12、9/13、12/6、いずれも金曜日	19:00~21:00	小学生~大人10組
家庭生活	5	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。	3,600円	4	6/4・18、7/2・16、いずれも火曜日	9:30~12:00	大人12人
	6	はじめてのパンづくり	手ごねによるパンづくりとそのアレンジを学びます。(内容は前年度と同様)	4,200円	6	5/30、6/6・13・20・27、7/4、いずれも木曜日	9:00~12:00	大人12人
	7	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、生きがいづくりや仲間づくりを行います。	2,000円	10	5/23、6/27、7/25、8/22、9/26、10/24、11/28、12/19、1/23、2/27、いずれも木曜日	13:30~15:30	65歳以上80人
	8	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。	2,000円	10	5/17・24・31、6/7・14・21・28、7/5・12・19、いずれも金曜日	13:30~15:00	65歳以上25人
	9	はじめてのダーニング	基本の繕い(つくろい)の技術を学び、楽しみながらSDGsを考えるきっかけにします。	1,500円	4	6/1・15・29、7/13、いずれも土曜日	9:30~11:30	大人12人
	10	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がります。	4,000円	5	5/18、6/15、7/13、8/10、9/14、いずれも土曜日	11:00~14:00	大人15人
	11	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・防災をテーマに大村暮らしのヒケツを見つけましょう。親子参加大歓迎	2,000円	4	5/25、6/22、7/6、8/24、いずれも土曜日	13:30~15:30	大人親子20人
専門技術	12	<b>NEW</b> 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させませんか。	2,000円	5	5/27、6/3・24、7/1・22、いずれも月曜日	19:00~21:00	大人20人

※裏面もご覧ください



専門 技術	13	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や すハンドマッサージの手技を身につ けましょう。	3,600円	6	5/14・28、6/11・25、 7/9・16、いずれも火曜日	19:00～ 20:30	大人 20人
芸術 ・ 文化	14	<b>NEW</b> 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	2,000円	6	5/28、6/11・25、 7/9・23・30、 いずれも火曜日	9:00～ 12:00	大人 8人
	15	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。	1,100円	6	5/21、6/4・18、 7/2・16・30、 いずれも火曜日	19:30～ 21:00	大人 20人
	16	<b>NEW</b> 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・構図を撮影先交えなが ら楽しく学びます。夜間(花火大会)の 撮影会あり。	2,000円	9	5/26(日)、6/16(日)・ 30(日)、7/7(日)・28(日)、 8/1(木)・18(日)・25(日)・ 31(土)	10:00～ 15:00	大人 親子 20人
運動 ・ 健康	17	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。腸が元気になると 心も身体も元気に！	1,000円	4	5/29、6/12・26、7/10、 いずれも水曜日	19:30～ 21:00	大人 15人
	18	<b>NEW</b> 楽しく体を動かそう！ 大村夢まつり& ヨサコイ講座	楽しい音楽でコロナ禍でなまった体 を楽しく動かしませんか？親子での 参加も大歓迎です。	1,000円	7	5/25、6/1・15・22・29、 7/6・13、いずれも土曜日	19:30～ 21:00	大人 親子 20人
国際	19	<b>NEW</b> 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。	600円	4	6/6・13・20・27、 いずれも木曜日	19:00～ 20:30	大人 12人

※内容・日程は変更される事もございます。



## 定例利用グループ体験講座も募集します。体験費用は100円、応募多数の場合は抽選になります。

健康体操教室	コーラス教室 (女声合唱)	フラダンス教室	健康ヨガ教室1	健康ヨガ教室2	短歌教室
全4回 水曜日 5/8・15・22・29 10:15～11:30 定員5人	全4回 木曜日 5/9・16・23・30 9:30～12:00 定員10人	全2回 木曜日 7/18・25 10:00～11:00 定員10人	全3回 木曜日 6/6・13・20 10:00～11:30 定員10人	全2回 金曜日 6/14・28 13:30～15:00 定員7人	全3回 日曜日 5/26、6/16、7/14 10:00～12:00 定員8人

※中央公民館定例グループの会員が丁寧に指導いたします。

**【申込期限】** **※必切 4月19日(金) 必着**

**【申込方法】** コミセン窓口を設置している受講申込書、またはファクス、ハガキでお申し込みください。

**【必要事項】** 郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢(高校生以下は学校名・学年)・性別・電話番号・希望する講座名(1枚に1講座)

※電話での申し込みはできません。市ホームページからも申し込めます→

**【その他】** 申込多数の場合は抽選を行い、講座開催の10日前までに結果を通知します。実施日は都合により変更する場合があります。

**【申込先】** 大村市中央公民館(大村市コミュニティセンター)  
☎856-0836 大村市幸町25-33 ☎:54-3161 fax:54-3162

