

つどって、まなんで、楽しんで、参加してみよう

公民館講座



申込方法

申込期限: 4月14日(金)

はがきやファクスに、郵便番号・住所・氏名(フリガナ)・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。

※電話の申し込みは受け付けません。

※申込多数の場合は抽選し、講座開催10日前までに通知します。

※教材費や運営費などが別途必要です。

中央公民館(市コミセン)

〒856-0836 幸町25-33 ☎⑤43161 FAX⑤43162

No.	講座名	内容(受講料)	とき	対象・定員
1	うきうき子育て講座	子どもと一緒に遊び、時には親だけで学んで、うきうきしながら子育てする方法を学びます。(700円)	5/15~8/7(全7回) 隔週月曜日 10:00~12:00	未就学児までの親子 15組
2	身近な金融情報のイロハ講座	保険、相続、年金、生活設計など知って得する講座。県金融広報委員会共催。(1,000円)	5月~2月(全10回) 原則第2月曜日 19:00~20:30	大人 30人
3	気軽に楽しむ「初心者のためのクラシック音楽入門」	よく耳にするクラシック音楽を、その作曲家や演奏の解説とともに、聴きながら学びます。(600円)	5/16~7/25(全6回) 隔週火曜日 13:30~15:30	大人 20人
4	はじめてのリコーダー	初心者を対象にアルトリコーダーの演奏技術を学び、アンサンブルができることを目指します。(1,500円)	6/7~10/4(全15回) 原則毎週水曜日 9:30~11:30	大人 20人
5	大工さんと楽しむDIY木工教室	初心者の女性を対象にした木工のDIY入門教室です。会場は松原3丁目。(800円)	5/24~9/6(全8回) 原則第1・3水曜日 10:00~15:00	女性 10人
6	はじめてのベリーダンス	健康体操で体の柔軟性を増進します。おなか周りが気になる男性もどうぞ。(1,500円)	5/18~9/14(全15回) 原則毎週木曜日 13:30~15:30	大人 15人
7	高齢者大学	介護予防、健康、時事問題などの学習活動で生きがい・仲間づくりをします。(1,000円)	5/25~2/22(全10回) 原則第4木曜日 13:30~15:30	65歳以上 100人
8	マンネリ生活脱出し隊	スポーツ、料理、レジャーなどを楽しみながら、出合いや仲間の輪を広げます。(1,000円)	5月~3月(全10回) 原則第3木曜日 19:30~21:30	20~40代独身男女 20人
9	おおむら夢大学	テーマ学習プログラムで、すてきな人生・健康づくりを応援します。(1,000円)	5/19~7/21(全10回) 毎週金曜日 13:30~15:30	65歳以上 40人
10	里山の自然・探鳥教室	野鳥や渡り鳥を中心に、自然の四季の移り変わりを観察します。(600円)	5・6・10・11・12・2月(全6回) 第2土曜日 8:00~12:00	大人、親子 20人
11	土づくりから始めるグリーンカーテンの作り方教室	土(ぼかし)づくりとグリーンカーテンの作り方を学びます。環境保全課共催。(100円)	4月22日(土) 10:00~12:00	大人 20人
12	熟年ウォーキング	県内外の山を軽登山・ウォーキング。県外一泊登山もあります。(1,100円)	5月~3月(全11回) 原則第4土曜日 午前~午後	65歳以上 80人
13	山ボーイ・山ガールデビュー!! ~初心者のための軽登山・山歩き入門~	登山ブーム到来! 登山の基礎知識を習得し、出合い・仲間づくりをします。(600円)	5/21~10/15(全6回) 第2または第3日曜日 8:00~17:00	独身男女 20人
14	おおむら史跡探訪	大村の身近な歴史を歩きながら学びます。(1,000円)	5月~2月(全10回) 原則第4日曜日 9:00~12:00	65歳以上 20人
15	天体観望会	プラネタリウムや天体望遠鏡で天体の神秘を学びます。会場の県教育センターと共催。(無料)	5月~12月(全6回) 不定期 19:30~21:00	小学生~大人・20人 小・中学生は保護者同伴

中地区公民館 〒856-0814 松並1丁目246-5 ☎ FAX ⑤31376

No.	講座名	内容(受講料)	とき	対象・定員
1	わくわく子育て講座	子育てママ同士の交流を深め、子育ての悩みを解消します。(700円)	5/16～8/1(全7回) 原則第1・3火曜日 10:00～12:00	乳幼児と母親 15組
2	筆ペン書道入門	「のし紙・署名」などに役立つ筆ペンで、文字を書くコツを学びます。(500円)	5/16～7/4(全5回) 隔週火曜日 19:00～20:30	大人 20人
3	座学「天正遣欧少年使節」	日本史上初のローマへの公式使節団「天正遣欧少年使節」について詳しく学びます。(1,000円)	5/9～9/26(全10回) 第2・4火曜日 19:00～20:30	大人 20人
4	体幹トレーニングで運動不足解消!	体幹トレーニングで身体の基礎代謝を高め、太りにくい体を目指します。(600円)	5/12～7/21(全6回) 隔週金曜日 10:00～12:00	大人 20人
5	童謡ひろば	懐かしの童謡をピアノの演奏で歌います。(600円)	5/11～7/27(全6回) 第2・4木曜日 13:30～15:00	65歳以上 20人
6	人形劇に挑戦!ぼかぼか講座	中地区公民館ボランティアグループ「ぼかぼか」の人形劇講座です。(500円)	5/19～7/1(全5回) 原則隔週金曜日 10:00～12:00	大人 10人
7	高齢者のための“お元気塾”	運動やゲームを楽しみながら仲間・健康づくりを目指します。(1,000円)	5/19～7/21(全10回) 毎週金曜日 13:30～15:00	65歳以上 40人
8	プレゼント似顔絵入門講座	家族や大切な人へのプレゼントに似顔絵を描いて贈ってみませんか。(500円)	5/20～7/29(全5回) 隔週土曜日 10:00～12:00	大人 15人

郡地区公民館(郡コミセン) 〒856-0806 富の原2丁目382-1 ☎⑤3337 FAX ⑤3397

No.	講座名	内容(受講料)	とき	対象・定員
1	古典を楽しもう 「枕草子」を読みとく	「枕草子」を読み解きながら、明るく生きるための勇気と知恵を学びます。(800円)	6/12～9/25(全8回) 隔週月曜日 10:00～12:00	大人 20人
2	歌声オアシスⅡ ～思い出に寄り添い、楽しいひと時を～	青春時代の懐かしい歌や童謡を、楽器の演奏をバックと一緒に歌います。(500円)	5/23～9/26(全5回) 第4火曜日 13:30～15:00	65歳以上 30人
3	男性のための健康体操教室	簡単な全身運動とコアトレーニングで、体調不良を改善しましょう。(1,000円)	5/16～10/3(全10回) 原則第1・3火曜日 19:00～20:30	男性 12人
4	薬草を学ぼう	散策を楽しみながら薬草の特徴を学び、飲用の仕方などを学習します。(600円)	6/7～11/1(全6回) 第1水曜日 9:30～12:30	大人 23人
5	こおり青春大学	楽しみながらさまざまな知識や教養を身につけ、充実した人生の過ごし方を学びます。(1,000円)	6/21～3/14(全10回) 第3水曜日 13:30～15:30	65歳以上 60人
6	子育てママのふれあいタイム	料理やハーブ化粧水づくりなどで親子のふれあいや参加者同士の交流を深めます。(600円)	5/19～8/4(全6回) 第1・3金曜日 9:30～12:00	乳幼児と母親 15組
7	ロコモ予防運動教室	ロコモを予防するため、ストレッチやリズム体操で、健康寿命を延ばしましょう。(800円)	6/2～9/15(全8回) 第1・3金曜日 13:30～15:00	65歳以上 20人
8	子ども学習教室	地域の事業所や資料館、史跡の見学やスポーツ体験でいろいろなことを学びます。(無料)	6/3～11/11(全6回) 原則第1土曜日 9:30～12:00	小学3～6年生 20人
9	おとこの料理教室(初心者編)	初心者を対象に料理の基本を学び、作る楽しさを実感し、自立した食生活を目指します。(600円)	5/13～3/10(全6回) 隔月第2土曜日 9:30～12:00	男性 20人