



つどって、まなんで、楽しんで 公民館講座でいきいき人生

中央公民館 [市コミセン]

申し込み・問い合わせ | 〒856-0836 幸町25-33 ☎3161

曜・区分	講座名	と き	内容(受講料)	対象・定員
月・夜間	知ればなるほど 金融情報講座	5月～3月 全10回 第2または第3月曜日 19:00～20:30	株、相続、年金、生活設計、金融教育など、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)	大人・30人
月・夜間	男の厨房入門	5月～10月 全6回 第4月曜日 19:00～21:00	初心者の男性を対象に、料理の基本から楽しく学習します。(600円)	男性・25人
火・午前	タイムスリップ 今～昔	5月～7月 全5回 第2・4火曜日 10:00～12:00	江戸しぐさやものづくりなどを通して、先人の知恵を学び、なつかしさにふれます。(500円)	大人・25人
火・夜間	やさしいパソコン入門	5月～7月 全5回 第2・4火曜日 19:00～21:00	パソコン初心者対象で、独自の絵・手紙を作成し、インターネットの世界を体験します。 ところ～情報交流プラザ(500円)	40～65歳 20人
火・夜間	市民雑学セミナー	5月～10月 全6回 第3火曜日 19:00～20:30	いろんな先生から話を聞いて、自分で考え、みんなで楽しく知識づくりをします。(600円)	大人・30人
水・午前	頭の体操	5月～7月 全5回 第1・3水曜日 10:00～12:00	日本古来の和の数学をまなび、脳の活性化を図ります。(500円)	大人・30人
水・午後	暮らしあれこれ生活術!	6月～12月 全7回 第1水曜日 13:30～15:30	日常生活に関わる知識や知恵を知り、よりよい暮らしの楽しみ方を学びます。(700円)	大人・30人
水・夜間	おしえて!魚のさばき方 ～初心者編～	5月～8月 全4回 第3水曜日 19:30～21:00	初心者を対象に、魚のさばき方を楽しく学びます。(400円)	大人・20人
木・午後	高齢者大学	5月～2月 全10回 第4木曜日 13:30～15:30	介護予防、健康、時事問題などの学習活動を通じた生きがい・仲間づくり(1,000円)	65歳以上 150人
木・夜間	～NEW ライフナビ～ 「マンネリ生活脱出し隊」	5月14日～7月19日 全6回 第2・4木曜日19:30～21:30 5月と7月は日曜日あり(9:00～17:00)	ヨガ、ハイキング、料理、お酒、お茶、クルージングを通して、出会いと仲間の輪を広げます。(600円)	20代～40代 独身男女・20人
金・午後	おおむら ステップアップ大学	5月～7月 全10回 毎週金曜日 13:30～15:30	テーマ学習と仲間づくりを通して、素敵な人生・健康づくりを学習します。(1,000円)	65歳以上 50人
金・夜間	介護予防・支援セミナー	6月～12月 全7回 第2または第3金曜日 19:30～21:00	介護予防を目指す人や、職場や家庭で介護支援をする人のため、理論・実技などを通して、その技術を習得します。(700円)	大人・30人
土・午前	四季の野鳥観察	5月～2月 全6回 第3土曜日 午前中	四季の野鳥との出会いを通して、自然と触れあえます。(600円)	大人・親子 25人
土 午前・午後	熟年ウォーキング	5月～2月 全10回 土曜日 8:00～17:00	市内外の山を軽登山・ウォーキングします。 県外一泊登山1回(1,000円)	65歳以上 60人
日・午前	世界の国からハイイ!	6月～2月(10月休み) 全8回 第2日曜日 10:00～12:00	さまざまな国のゲストから、自国の現状や歴史・文化について学びます。(800円)	大人・30人
日 午前・午後	チャレンジキャンプ inおおむら	◇事前研修 5月～7月(4回) ◇本事業 8月8日(土)～12日(水)(4泊5日)	大自然のなかで、子どもたちが生きる力にチャレンジします。※教材費のみ8,000円	小学4年生～ 高校3年生・15人
日 午前・午後	史跡めぐりで 大村再発見	5月～9月 全5回 第2日曜日 9:00～15:00	大村の身近な歴史を歩きながら学びます。(500円)	大人・25人
夜間	天体観望会	6月～12月 全6回 不定期 夜間	県教育センターの天文ドームで、月や星などの天体の神秘にふれてみませんか。 ※県教育センター共催	小・中学生・高校生 親子・大人 20人

まちかど達人募集中

趣味や仕事で身につけた知恵や特技を持ち、それを教えたり伝えたりできる人を募集します。学習指導内容を記入のうえ、講座申し込みの要領でお申し込みください。

チャレンジキャンプ スタッフ募集

子どもたちが一生懸命チャレンジする姿と一緒にお手伝いできる人を募集します。ただし全日程参加できる人に限ります。講座申し込みの要領でお申し込みください。

コミセンサポーター 人材登録募集中

20歳以上で、コミセン主催の各種イベントをお手伝いできる人を募集します。お手伝いできる分野を記入のうえ、講座申し込みの要領でお申し込みください。

中地区公民館

申し込み・問い合わせ | 〒856-0814 松並1丁目246-5 ☎31376

曜・区分	講座名	とき	内容(受講料)	対象・定員
月・夜間	風船が大変身! バルーンアート教室	6月8日～3月8日 全9回※8月を除く 第2月曜日 19:00～21:00	風船で動物や季節に合わせた飾りなどを作り、バルーンアートの世界を楽しみます。(900円)	大人・15人
火・午前	転入さんいらっしゃい! 大村よかとこ体感講座	5月12日～7月14日 全10回 毎週火曜日 9:30～12:00	大村に転入された人を対象に、大村の概況、方言、施設・史跡めぐり、郷土料理などを学習し、仲間の輪を広げます。(1,000円) ※屋外研修3回15:00まで	転入された大人 25人
火・夜間	「私」を開花しよう! カラーセラピー	5月26日～7月28日 全5回 第2・4火曜日 19:00～21:00	色彩によるいやしを体験。コラージュ(絵具・布・紙などの貼り付け絵)などをして心の声を感じてみましょう。(500円)	大人・20人
水・金 夜間	初心者のための パソコン入門	5月13日～6月12日 全10回 毎週水・金曜日 19:00～21:00	初心者を対象に、パソコンの扱い方、文書やカード作り、画像取り込みなどを中心に学習します。 ※インターネット講習はありません。(1,000円)	55歳以上の 男女・20人
水・夜間	体の中からキレイになろう! 幸せな食卓	5月13日～7月8日 全3回 第2水曜日 19:00～21:30	マクロビオティック講師が教える「穀物・野菜を中心とした料理」の入門編。(300円)	大人・25人
金・午後	高齢者のための “お元気塾”	5月15日～7月17日 全10回 毎週金曜日 13:30～15:30	運動やゲームなどを通して、楽しみながら仲間・健康づくりについて学習します。(1,000円)	65歳以上の 男女・50人
土・午前	楽しい科学の世界 子ども科学実験教室	6月27日～3月27日 全10回 第4土曜日 9:30～11:30	楽しい科学実験や自然観察を通して感動する心や豊かな人間性を養います。 ※会場は子ども科学館になります。	小学4年生以上 30人

郡地区公民館 [郡コミセン]

申し込み・問い合わせ | 〒856-0806 富の原2丁目382-1 ☎3337

曜・区分	講座名	とき	内容(受講料)	対象・定員
月・夜間	ヨガ&ピラティス	5月18日～7月6日 全5回 第1・3・5月曜日 19:00～20:30	美しい身体、健康な身体づくりを目指します。(500円)	大人・20人
火・午前	心とからだの健康づくり いきいき長寿楽園	5月19日～7月21日 全5回 第1・3火曜日 10:00～12:00	介護予防のためのストレッチなど、簡単な運動を通して楽しみながら健康な体を作ります。(500円)	65歳以上男女 20人
火・夜間	楽しくハングル語を 学ぼう	5月12日～7月28日 全6回 第2・4火曜日 19:30～21:30	韓国の文化や暮らしに役立つハングル語を楽しみ学習します。(600円)	大人・30人
水・午後	高齢者講座 こおり青春大学	6月17日～3月17日 全10回 第3水曜日 13:30～15:30	さまざまな教養や知識を楽しみながら身につけ、喜びと生きがいのある充実した人生を過ごします。(1,000円)	65歳以上男女 50人
水・午後	はじめての陶芸 やきもの工房	5月13日～7月8日 全5回 第2・4水曜日 14:00～16:00	やきもの作る過程を学習し、オリジナルの陶芸作品を作ります。(500円)	大人・20人
土・午前	おとこの手料理	6月13日～2月13日 全5回 偶数月第2土曜日 9:30～12:00	一緒に楽しみながら料理の基本を学びます。(500円)	大人男性 24人
土・午前	～おおむら再発見～ 子ども探検隊	6月6日～11月7日 全6回 第1土曜日 9:00～12:00	市内の史跡・施設・自然を探検します。	小学3年生以上 20人

- 受講料/有料(別途教材費・運営費などが実費必要です) ■申込期限/4月17日(金)
- 申込方法/はがきに住所・氏名・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)を記入のうえ各公民館にお申し込みください。
- その他/申し込み多数の場合は抽選により決定し、結果は事前に通知します。・講座実施日については、会場の都合などで変更する場合があります。・受講料の記入がない講座は無料です。(教材費などは別途実費)

◎次の講座は、携帯電話から電子申請ができます。(QRコードをご利用ください)

市コミセン 「マンネリ生活脱出し隊」



中地区公民館 カラーセラピー



郡コミセン ヨガ&ピラティス



視聴覚ライブラリー (市コミセン内)

申し込み・問い合わせ | 〒856-0836 幸町25-33 ☎3161

親子映画会

偶数月 10:00～11:00
13:30～14:30

市コミセン
西大村地区コミセン

奇数月

10:00～11:00
13:30～14:30

中地区公民館
郡コミセン

※隔月で第2土曜日に楽しいアニメなどを上映します。入場無料です。

子ども映画会

夏休み、冬休み、春休みに、三浦・鈴田・竹松・萱瀬・福重・松原住民センターで開催します。入場無料です。詳しくは、各休みの前にお知らせします。

出前映写会

随時

町内公民館などにライブラリー職員が出向き、16ミリ映写機など使って映写会を行います。老人会や子ども会などの団体でお申し込みください。