

# 市民大学(公民館講座)

## 前期講座のご案内

※「介護予防元気度アップ事業」の対象です

市民大学(公民館講座)は、市民のために開設される講座で、公民館などが主体となって行うものです。

【開講期間】5月～翌年3月

【受講料】1講座当たり1000円

※ただし、青少年対象の講座・ボランティア講座は無料です。

※講座に係る材料費などの実費は、別途必要な場合があります。

【申込締切】4月25日(木)必着

【申込方法】はがき、ファクス、電子メールのいずれかに、講座番号・講座名・郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号を明記の上、申し込みください。受講の決定は、文書でお知らせします。

【申込先】〒895-0076 大

小路町14-5 中央公民館

TEL 7251

FAX 1331

shakai@city.satsumasendai.jp

【問合先】

▼中央公民館 TEL 7251

▼樋脇公民館 TEL 2036

▼入来公民館 TEL 3358

▼東郷公民館 TEL 0053

▼祁答院公民館 TEL 8755

※電話での申し込みはできません。

※定員を超えた場合は、厳正な抽選

を行い決定します。あらかじめ了

承ください。

※今回掲載していない甌島地域の講

座は、自治会に発送するチラシや

回覧などでお知らせします。

※公民館では、この他にも、講座の

開設を予定しています。講座の日

程や詳細については、広報薩摩川

内などで、随時お知らせします。

講座番号	公民館名	対象	受講料	講座名	学習内容など	日程	回数	曜日	時間	定員
9	樋脇	成人	○	やさしい歴史学習講座	郷土にまつわる歴史上の出来事や人物について、講話・視察研修を予定しています。	6月～11月	5	第3木	9:30～11:30	20人
10	樋脇	成人	○	すこやか講座	生活に役立つ身近な話が盛りだくさんの講座です。	6月～11月	5	第2水	9:30～11:30	15人
11	樋脇	成人	○	美文字講座	ひらがな・カタカナ・名前の基本練習から始めます。	6月～11月	5	第2木	9:30～11:30	10人
12	樋脇	成人	○	エコクラフト教室	エコクラフトテープを使って、オリジナルの作品を作りましょう。	6月～11月	6	第1水	9:30～11:30	15人
13	樋脇	成人	○	手芸講座	手縫いで小物を作りませんか。	5月～9月	5	第3火	9:30～11:30	10人
14	樋脇	成人	○	ヨガ教室	基本ポーズ・呼吸法を楽しく学びながら健康維持に努めてみませんか。	6月～11月	6	第2金	19:00～21:00	10人
15	入来	高齢者	○	入来愛宕大学	午前は講義、午後はクラブ活動(囲碁・手芸・健康・書道)を行います。	5月～3月	10	第3木	10:00～15:00	80人
16	入来	成人	○	花の寄せ植え講座	生活に彩りを添える花の寄せ植え・花の育て方を学びます。	5月～12月	4	第3水	10:00～12:00	20人
17	入来	成人	○	女性学講座	小物雑貨作りやプロの方のすてきな講演など、楽しく生活の知恵を学びましょう。	5月～8月	4	第1・2水	10:00～12:00	10人
18	入来	成人	○	ヨガ初級講座	心と体をリフレッシュ！初心者でも楽しく学べるヨガです。	6月～9月	4	第1・3水	10:00～12:00	15人
19	東郷	高齢者	○	いきいき講座	前向きに生きるために役立つ話を聞いてみませんか。	6月～2月	8	第2木	9:30～11:30	100人
20	東郷	高齢者	○	男の家庭料理	栄養バランスの良い簡単クッキングを学び、健康的な食生活を考えてみませんか。	6月～12月	5	第1金	9:30～12:30	15人
21	東郷	成人	○	園芸講座	野菜の育て方、花の寄せ植えなど、園芸の楽しさを幅広く学んでみませんか。	5月～12月	5	第3水	9:30～11:30	20人
22	東郷	成人	○	女性講座	思い切り、欲張り！すてきな先生との出会いがたくさん。楽しみな講座です。	6月～11月	6	第1水	10:00～12:00	8人
23	東郷	成人	○	絵手紙教室(初心者)	絵手紙の基礎を学び、感じた思いを絵と言葉にして伝える喜びを体験しませんか。	6月～11月	5	第2金	10:00～12:00	15人
24	東郷	成人	○	(新規)音楽の時間	学生時代を思い出して、大きな声で楽しく歌を歌ってみませんか。	6月～11月	6	第3木	10:00～12:00	20人
25	東郷	成人	○	(新規)ヨガ健康教室	心と体をリフレッシュ。あなたも体を動かして、汗を流しませんか。	6月～11月	6	第1水	17:30～19:30	10人
26	東郷	高校生以下	×	子ども人形浄瑠璃伝承教室	郷土の宝・人形浄瑠璃の心と技を学びます。	6月～12月	5	第2・4金	19:00～21:00	20人
27	東郷	成人	×	東郷土人形指導者養成講座	郷土の伝統文化を学び、指導技術を身に付けてみませんか。	9月～10月	6	未定	9:00～12:00	10人
28	祁答院	高齢者	○	祁答院高齢者大学	元気な毎日を過ごすための講話など、充実した講座を多数予定しています。	5月～3月	10	第4火	10:00～12:00	55人
29	祁答院	成人	○	昔なつかし歌唱講座	ピアノの伴奏に合わせて、昔の思い出を浮かべながら、楽しく歌います。	5月～9月	5	第2火	10:00～12:00	15人
30	祁答院	成人	○	絵手紙講座	四季折々の感動や発見を作品にしなが、絵手紙の基本を学びます。	5月～9月	5	第3金	10:00～12:00	15人
31	祁答院	成人	○	長寿料理講座	健康維持の料理を学び、元気で生き生きとした人生を過ごします。	5月～9月	5	第4木	9:30～11:30	15人
32	祁答院	成人	○	オカリナ講座(初心者)	心に染みる名曲や、思い出の曲をすてきなオカリナの音色で演奏します。	5月～7月	5	第2・4月	10:00～12:00	15人

\*学習日程、学習場所および回数は、変更になる場合があります。  
\*講座の詳細については、各公民館にお問い合わせください。

講座番号	公民館名	対象	受講料	講座名	学習内容など	日程	回数	曜日	時間	定員
1	中央	高齢者	○	さわやかセミナー	人生100年、元気で長生き、年を取ってもまだまだ社会のためになるように、生きがいを求めて学びます。	5月～12月	8	第4水	13:30～15:30	50人
2	中央	成人	○	ふるさとを彩る料理とお菓子【託児付】	初めてでも作れる懐かしのあったかごはん。「がね」や「ふくれ菓子」などのふるさとに受け継がれている料理・菓子作りを学びます。おいしくて体が喜ぶ郷土料理を楽しみましょう。	5月～8月	4	第4木	18:30～20:30	20人
3	中央	成人	○	楽しい園芸	野菜・草花・果樹・庭木などの育て方を、園芸の楽しさと一緒に学んでみませんか。	6月～12月	6	第2木 *11月のみ 第1木	9:30～11:30	50人
4	中央	成人	×	支え合いマップインストラクター養成講座 ～目指せ！マップの達人～	「地域のつながり・地域の支え合い」を地図に落とし込む「支え合いマップ」を活用して、地域を再発見し、元気な地域づくりを学びます。	6月～10月	5	第3水	18:30～20:30	30人
5	中央	成人	○	(新規)きらり☆おこじょ講座【託児付】	内面からきらり輝く女性を目指して、一緒に学びましょう。女性の健康の話や簡単パン作りなど、盛りだくさんの講座です。	6月～9月	4	第1金	13:30～15:30	20人
6	中央	成人	○	(新規)ふるさと再発見ウオーキング	市内各地の里地・里山・施設などのウオーキングを通して、健康づくりと薩摩川内の魅力を発見し、里地・里山の大切さを考えましょう。	6月～9月	4	第4土	10:00～12:00	25人
7	中央	成人	○	(新規)あなたもできる地域づくり	地域づくりに必要な知識を深める、課題解決するための活動につながる、仲間ができる。実践者や専門家が学びをサポートします。	6月～10月	5	第2土	10:00～12:00	25人
8	中央	成人	○	楽しみましょう！「子育て・自分育て」【託児付】	子育て中の悩みや疑問について、各分野の専門家と一緒に楽しく学びませんか。	5月～9月	5	第4月 *9月のみ 第4火	19:00～21:00	30人

\*受講料：○…要、×…不要  
\*講座の内容は、市ホームページ上でも紹介しています。ぜひ参照ください。  
\*託児付きの講座での託児の対象は、6カ月から小学校低学年までです。無料で利用できますが、事前の申し込みが必要です。

※介護予防元気度アップ事業とは・・・65歳以上の高齢者が、市が指定した事業や施設で活動した場合にポイントになる制度です。詳しくは本庁高齢・介護福祉課に問い合わせください。TEL(23)5111(内線2675)