



市民大学公民館講座のご案内です！

※平成27年度から全講座が「介護予防元気度アップ事業」の対象になります。

市民大学（公民館講座）とは、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～平成28年3月

【受講料】

▼講座回数5回まで1講座あたり1000円
▼講座回数6回以上11講座あたり1500円

※ただし、高齢者対象、子ども対象などの講座は無料です。

※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30日（木）必着

【申込方法】往復はがき、ファクスまたは電子メールのいずれかに、講座番号・講座名・住所・氏名（ふりがな）・性別・年齢・電話（ファクス番号を記入の上、お申し込みください。受講の決定を返信はがき、ファクスまたは電子メールでお知らせします。

【申込先】〒895-0076 大小路町14-5 中央公民館
☎(22)7251
☎(20)1331

shakai@city.satsumasendai.lg.jp

【周知先】中央公民館 ☎(22)7251

番号	公民館	対象	受講料	講座名	学習内容	日程	回数	曜日	時間	定員
12	樋脇	高齢者	×	健康体操教室	みんなで体を動かし、楽しく健康づくりを行いましょう。	6月～8月	5	第1・3木	10:00～12:00	20
13	樋脇	高齢者	×	やさしい歴史学習講座	郷土に関わる歴史上の出来事や人物について聞いたり、見たりします。	6月～11月	5	第2金	9:30～11:30	20
14	樋脇	高齢者	×	高齢者すこやか講座	生活に役立つ話や料理教室など幅広い学びを通して、皆で楽しく過ごしましょう。	6月～10月	5	第4水	10:00～12:00	20
15	樋脇	高齢者	×	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作品を作りましょう。	6月～12月	7	第3火	10:00～12:00	10
16	樋脇	成人	○	ミニガーデニング教室	季節の花々の寄せ植えで、玄関や庭をきれいに彩りましょう。	6月～12月	5	第2火	10:00～12:00	15
17	樋脇	成人	○	パソコン教室（Word入門）	マウス操作、文字入力ができる方を対象にWordを初心から学びます。	6月～8月	5	月	10:00～12:00	10
18	入来	高齢者	×	愛宕大学	「生きがい」を求めて、講演などの全体研修とクラブ活動を行います。	5月～3月	10	第3木	10:00～15:00	80
19	入来	高齢者	×	花の寄せ植え講座	初心者でも気軽にチャレンジできる花の寄せ植えを学びます。	5月～12月	5	第3水	10:00～12:00	20
20	入来	成人	○	女性学講座	毎日の生活の中で、ワンランク上の自分を目指して、プロからワザを学びます。	5月～9月	5	第1水または第2水	10:00～12:00	20
21	入来	成人	○	陶芸講座	陶芸の基礎を学び、自分だけの焼き物を作りましょう。	8月～11月	5	第2・4木	10:00～12:00	10
22	東郷	高齢者	×	いきいき講座	前向きに楽しく生きるために、楽しいそして、役に立つ話を聞いてみませんか。	5月～2月	9	第4木	9:30～11:30	100
23	東郷	高齢者	×	シニアズ元気体操	元気な毎日を過ごすための体操を学びます。	5月～9月	5	第1水	13:30～15:00	20
24	東郷	高齢者	×	社交ダンス	社交ダンスを楽しみ、心身ともにリフレッシュし、健康づくりを始めませんか。	6月～10月	5	第2火	13:30～15:30	20
25	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	20
26	東郷	高齢者	×	パッチワーク教室（初心者）	布の組み合わせを楽しみながら作品を作ります。	6月～10月	5	第1月	9:30～12:00	20
27	東郷	成人	○	さわやかコーラス	懐かしい歌・心に響く歌を、高齢者も含めみんなで楽しく歌います。	6月～12月	5	第4木	13:30～15:30	20
28	東郷	成人	○	ヘルシークッキング	美味しくヘルシーな料理を作り、健康な食生活を学びます。	7月～12月	5	第3金	9:30～12:30	20
29	東郷	成人	○	絵手紙教室	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～10月	5	第1金	10:00～12:00	20
30	東郷	小・中学生・高校生	×	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	6	第2・4金	19:00～21:00	20
31	東郷	親子	×	東郷土人形講座	自分の手で東郷の土を使って作る人形。色塗りもします。親子で作ってみませんか。	7月～8月	5	夏休み期間	9:00～12:00	20
32	祁答院	高齢者	×	高齢者大学	趣味の話から心に染み入る講話、元気の出る健康体操など人生をより豊かにします。	5月～3月	10	第4火	10:00～12:00	50
33	祁答院	成人	○	花の寄せ植え講座	季節の花の育て方や土作りなど基本を学びながら、花の寄せ植えを学びます。	5月～12月	5	第3月	10:00～12:00	25
34	祁答院	成人	○	郷土の文化財や古城を学ぶ講座	市内の4つの地域の文化財や古城の歴史を学び、実際に巡り、知識を深めます。	8月～11月	7	第2・4火	9:00～12:00	25
35	祁答院	成人	○	基礎からじっくりパソコン講座	基本的なパソコン操作や文字入力など、パソコンの基礎を学びます。	7月	5	毎週金	10:00～12:00	12
36	祁答院	成人	○	野菜でヘルシーお手軽料理講座	毎日の生活で手軽に実践できる野菜を中心とした調理実習をします。	6月～10月	5	第3木	9:30～12:00	20
37	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、民謡や童謡を歌います。	6月～7月	5	第2・4木	10:00～12:00	15

*学習日程および学習場所は、講師などの都合により変更される場合があります。

▼樋脇公民館 ☎(37)2036
▼入来公民館 ☎(44)3358
▼東郷公民館 ☎(42)0053
▼祁答院公民館 ☎(21)8755

*定員を超えた場合は、厳正な抽選を行い決定する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

*氏名（名簿用）以外の個人情報厳守し、緊急時の連絡を除いて使用することは絶対ありません。

*今回掲載していない、里・上甕・下甕・鹿島公民館の講座は、自治会に発送するチラシや回覧などでお知らせします。

*この他にも公民館では、講座の開設を予定しています。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。

※介護予防元気度アップ事業
高齢者の皆さんが地域貢献や社会参加をすることで、自分の元気度アップや介護予防を進めていくことを目的としています。
参加実績を転換利用券に転換し、ポスター掲示のある協力店で利用することが出来ます。

番号	公民館	対象	受講料	講座名	学習内容	日程	回数	曜日	時間	定員
1	中央	高齢者	×	楽しい園芸（前期）	身の回りの木・花から野菜の育て方まで、園芸の楽しさを幅広く学んでみませんか。	5月～7月	5	第2・4木	10:00～12:00	50
2	中央	高齢者	×	さわやかセミナー	身近で役に立つ楽しい話が盛りだくさんの高齢者向け講座です。	5月～1月	9	第4木	13:30～15:30	50
3	中央	成人	○	再発見！薩摩川内よかとこ巡り	知っているようで意外と知らないふるさとの良さを見直す、よかとこ巡りの旅です。	5月～11月	7	不定期（水曜日）	8:30～17:00	25
4	中央	成人	×	そこが知りたいお金の話（金融広報中央委員会連携）	ライフプラン・家計簿・年金や相続など、毎日の暮らしを支えるお金の話を学びましょう。	6月～10月	5	第3水	10:00～12:00	30
5	中央	成人	○	目指せ！料理の達人（前期）	料理を基礎から学びたい方や食生活を見直したい方、料理のいろはを学びませんか。	5月～8月	4	第4木	18:30～20:30	20
6	中央	成人	×	地域支援ボランティア（前期）～人と人との支えあい～（社会福祉協議会連携）	「向こう三軒両隣」を合言葉に、人や地域に寄り添う支援ボランティアの講座です。	6月～10月	5	第2水	13:30～15:30	30
7	中央	成人	○	めざせ！よかおごじよ講座	内面から輝く女性を目指して、さあレッスン！女性の魅力を磨きましょう。	6月～10月	5	第2金	10:00～12:00	30
8	中央	成人	○	災害から身を守る防災講座	災害を防ぐために役立つ情報や、災害発生時に大切なことを学びます。	6月～10月	5	第3木	13:30～15:30	30
9	中央	成人	○	インターネット・はじめの一步（パソコン講座）	「インターネットって何だろう」という初心者歓迎の講座です。お気軽にどうぞ。	5月	2	第3・4水	13:30～15:30	15
10	中央	成人	○	基礎から学ぶパソコン講座（昼の部）	パソコン活用の基礎となる、マウス操作や文字入力の仕方を学びます。	6月	4	毎週水	13:30～15:30	15
11	中央	成人	○	パソコン講座（Word入門）昼の部	Word（ワード）を使った文書作成の基礎を学びます。文字入力ができる方対象	7月	4	毎週水	13:30～15:30	15