

令和7年度市民大学（地域公民館）前期講座のご案内

【開講期間】 5月～翌年3月

【受講料】 1講座当たり1,000円

※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28日（月）必着

【申込方法】 申込フォーム、はがき、ファクス、メール、窓口のいずれか。

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、お申し込みください。受講の決定は、文書でお知らせします。



◎ 自然災害等の状況により、中止・延期または、内容を変更する場合があります。

番号	地域	講座名 回数・定員	曜日 時間	内 容
14	樋脇	絵手紙講座 全5回・定員10名	第4火（6～10月） 9:30～11:30	季節に応じた素材で絵手紙の基本を学びます。
15	樋脇	すてきライフ講座 全6回・定員15名	第2火（6～12月） 9:30～11:30	メイクやお茶スイーツ作り、味噌玉作り、しめ縄作りなどを学びます。 （8月除く）
16	樋脇	クッキング教室 全5回・定員10名	第4金（6～11月） 9:30～11:30	旬の食材を使った料理をします。 （8月除く）
17	樋脇	ヨガ講座 全5回・定員10名	第2木（9～1月） 9:30～11:30	基本ポーズや呼吸法を楽しく学びます。
18	樋脇	歴史講座 全3回・定員20名	第3木（9～11月） 9:30～11:30	身近な地域における歴史上の出来事や人物について学びます。
19	入来	高齢者対象 入来愛宕大学 全8回・定員40名	第3木（5～3月） 9:00～12:00	講義、クラブ活動（囲碁・健康体操）を行います。（8月、11月、1月除く）
20	入来	【NEW】3B体操講座 全7回・定員15名	第1木（6～12月） 9:30～11:30	3つの道具（ボール、ベル、ベルダー）を使い、誰でも気軽に楽しんでできる健康体操を行います。
21	入来	素敵にヨガライフ講座 全7回・定員20名	第1水（6～1月） 10:00～12:00	ヨガのポーズやリラックス法を学び、健康な身体作りを行います。（8月除く）
22	入来	【NEW】初めての洋裁講座 全4回・定員10名 【託児付】	第3火（6～9月） 10:00～12:00	「着たい服を自分で縫う」を目標に洋裁の基本を学びます。
23	入来	レザークラフト講座 全4回・定員10名	第2木（6月～10月） 10:00～12:00	レザークラフトの基本を学び、日常で使える小物を作ります。（8月除く）
24	東郷	高齢者対象 いきいき講座 全7回・定員50名	第2木（6～1月） 9:30～11:30	前向きに生きるために生き方を学びます。（8月除く）

【申込先】 〒895-0076

大小路町14番5号 中央公民館

FAX (20) 1331

E mail shakai@city.satsumasendai.lg.jp

【問合先】 樋脇公民館 (37) 2036 東郷公民館 (42) 0053

入来公民館 (44) 3358 祁答院公民館 (21) 8755



申込フォーム

番号	地域	講座名 回数・定員	曜日 時間	内 容
25	東郷	スローエアロビック教室 全5回・定員20名	第2月（6～11月） ※10月のみ第1月 10:00～12:00	軽い運動で、健康な体をつくります。 （8月除く）
26	東郷	【NEW】川柳入門講座 全5回・定員20名	第4金（6～11月） 10:00～12:00	川柳の基本を学び、詠みます。 （8月は除く）
27	東郷	とうごう歴史講座 全5回・定員15名	第3火（6～11月） 10:00～12:00	東郷ゆかりの人物を研究し、功績を探ります。 （8月除く）
28	東郷	青少年対象 書道教室 全3回・定員10名	8月は第1・2金 1月は第1月 10:00～12:00	夏休み、冬休み期間に習字を学びます。 ※対象は小学3年生～中学生
29	東郷	青少年対象 子ども人形浄瑠璃伝承教室 全6回・定員10名	第4金（6～2月） 19:00～21:00	郷土の宝である人形浄瑠璃の心と技を学び、伝承を目指します。 （8、12、1月除く）
30	東郷	東郷土人形指導者養成講座 全5回・定員10名	不定（10～11月） 9:00～12:00	郷土の土人形の制作方法を学び、指導する人材の育成を行います。
31	東郷	【NEW】ガーデニング講座 全5回・定員20名	第2火（6～11月） 9:30～11:30	花の寄せ植えや育て方を学びます。 （8月除く）
32	東郷	つるしひな飾り講座 全5回・定員10名	第3金（6～11月） 9:30～11:30	つるしひな飾りに優しい心を込めて、手作り小物を作ります。（8月除く）
33	祁答院	高齢者対象 祁答院高齢者大学 全10回・定員40名	第4火（5～2月） 10:00～12:00	元気な毎日を過ごすための講話などを行います。 （6・9月は第4水、12月は第3火）
34	祁答院	七宝焼講座 全5回・定員10名	第1水（5～9月） 10:00～12:00	七宝焼きで、オリジナルのアクセサリを作ります。（5月のみ第2水）
35	祁答院	懐かしの歌講座 全5回・定員15名	第2火（5～9月） 10:00～12:00	昭和の歌謡曲や童謡をピアノの伴奏に合わせ、皆で楽しく合唱します。 （5月のみ第3火）
36	祁答院	乳和食料理講座 全5回・定員15名	第3金（5～9月） 9:30～11:30	健康維持のための減塩料理を学びます。
37	祁答院	いきいき体操講座 全5回・定員15名	第4木（5～9月） 10:00～12:00	体力に合わせた運動で、筋力低下や生活習慣病を予防し、元気な体をつくります。 （8月のみ第3木）