

生涯学習だより

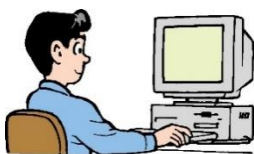
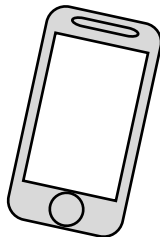
楽しく、仲間づくり、学習をしてみませんか？



文化スポーツ振興課
お問い合わせ & お申し込み
電話 33-2611
FAX 33-4488

【募集期間：9月29日（月）午前9時～10月6日（月）午後5時（定員になるまでは受付できる場合があります）】

＝ご注意＝ 募集期間外の受付はできません。また、定員に満たない場合は開催しない場合もあります。また、お申し込み後のキャンセルの場合は、材料費等をご負担いただく場合がございますので、ご了承ください。

講座 No.	講座名	対象者	講座内容及び開催日時等	講 師 経費等												
1	はじめての パソコン講座 	市 民 及び 在勤者 8名	★講師の説明のもと、実際に操作しながら、パソコンの基本操作を学びます。 初心者から上級者までどなたでも楽しめる講座です。 ★開催日時：全 3 回 毎週水曜日 <午後2時～3時30分> ①11月5日、②11月12日、③11月19日 ★開催場所：中央公民館 1 階 第2研修室 ※ご自分のノート PC を持参可(申込時にお伝えください。)	株式会社 ノジリ 専門講師												
				受講料 500 円												
2	はじめての スマホ講座 	市 民 及び 在勤者 各 10 名	★基本操作と日常生活でも役立つスマホの機能や使い方を学びます。 ※お申込みの際は、ご希望のコースと時間帯をお伝えください。 ★開催日時および講座内容(各コース、午前・午後で各1回のみ) <table border="1"><thead><tr><th>開催日</th><th>コース内容</th><th>開催時間帯</th></tr></thead><tbody><tr><td>11月13日(木)</td><td>はじめてのスマホ体験</td><td>午前の部 (午前10時～12時)</td></tr><tr><td>12月 9 日(火)</td><td>スマホの基本と LINE 体験</td><td>午後の部 (午後1時30分～3時30分)</td></tr><tr><td>12月15日(月)</td><td>スマホの基本と防災</td><td></td></tr></tbody></table> ★開催場所：中央公民館 1 階 第 2 研修室 ※講座で使用するスマホは準備いたします。	開催日	コース内容	開催時間帯	11月13日(木)	はじめてのスマホ体験	午前の部 (午前10時～12時)	12月 9 日(火)	スマホの基本と LINE 体験	午後の部 (午後1時30分～3時30分)	12月15日(月)	スマホの基本と防災		専 門 講 師
				開催日	コース内容	開催時間帯										
11月13日(木)	はじめてのスマホ体験	午前の部 (午前10時～12時)														
12月 9 日(火)	スマホの基本と LINE 体験	午後の部 (午後1時30分～3時30分)														
12月15日(月)	スマホの基本と防災															
3	オリジナル ランプ作り	市 民 及び 在勤者 20名	★自分で作る、世界に一つだけのライト(ランタン)を作ってみませんか？ ★開催日時：12月10日(水) 午前10時～12時 ★開催場所：中央公民館 1 階 第 2 研修室 ★準 備 物：眼鏡(必要な方)・新聞紙・ピンセット ※3種類のライトから1つ作成しますので、後日お選びいただきます。 	ランプ工房 AKARI 斎藤 里江子 先生												
				受講料 500円 材料費 1,300 円～												
4	寒さに負けない 体づくり！ 水中運動教室 	市 民 及び 在勤者 20 名	★冬場でもプールで楽しく元気に健康増進をはかりましょう。音楽に合わせてからだを動かします。 ★開催日時：全 4 回 毎週水曜日<午前10時～11 時> ①令和 7 年 12 月 24 日、②令和8年 1 月 7 日、 ③令和 8 年 1 月 21 日、④令和8年 1 月 28 日 ★開催場所：本宮市民プール ※本講座は市民プール利用料を徴収しません。	スポーツインストラクター 峯 淳子 先生												
				受講料 500 円												
5	子どもも大人も！ 知っておきたい 認知症のコト 	市民及び 在 学 ・ 在勤者 小学生以上 各30名	★年齢にかかわらず誰もがなり得る認知症。「そもそも認知症って？」「どんな 症状が出るの？」「家族や周囲は、本人とどう接したらいいの…？」 子どもから大人まで、認知症について正しく知ってみませんか？ ※この講座は『認知症サポーター養成講座』です。 ★開催日時：①12月 4 日(木) 総合体育館 2 階 第 2 会議室 午後6時 30 分～8 時 及び場所 ②12月15日(月) 中央公民館 1 階 第 2 研修室 午後6時 30 分～8 時 ※ ①、②のどちらかをお選びください。	本宮第二地域 包括支援センター 専門講師												
				受講料 無料												
6	筆ペン字講座 	市 民 及び 在勤者 10 名	★のし袋や芳名帳など、普段から使用することが多い筆ペンの書き方を 学びます。美しい筆文字を目指しましょう！ ★開催日時：全 3 回 毎週木曜日<午後 7 時～8 時 3 0 分> ①1 2 月 4 日、②1 2 月 1 1 日、③1 2 月 1 8 日 ★開催場所：中央公民館 1 階 第 1 研修室 ★準 備 物：筆ペン (習字道具をお持ちの方は習字道具でも可)	研水書道会 会長 菊地 紫鳳 先生												
				受講料 500 円 材料費 500 円												
7	楽しく描く 楽 笑 幸 座	市 民 及び 在勤者 15 名	★筆ペンを使って、絵のような文字や絵を描く自由な書です。 年賀状・絵手紙など個性を生かして描いてみませんか。 ★開催日時：全 3 回 <午前10時～11時30分> ①11月11日(火) ②12月9日(火) ③令和8年 1月13日(火) ★開催場所：中央公民館 1 階 第 1 研修室 	八巻 宏美 先生												
				受講料 500円 材料費 2,000円 ※材料費には筆ペン1本が付きます												

生涯学習だより

楽しく、仲間づくり、学習をしてみませんか！

【募集期間】

9月29日(月) 午前9時～10月6日(月)午後5時

注意 募集期間外の受付はできません。定員に満たない場合など開催しない場合もあります。また、お申し込み後のキャンセルの場合は、材料費をご負担いただく場合がございますので、ご了承ください。受付は先着順とさせていただきます。

<受講生募集>

本宮市白沢公民館

お問い合わせ&お申し込み

電話 44-2350

FAX 44-4284

講座名	対象者	講座内容 及び 開催日時等	講師
			経費等
とびだす クリスマスカード 	市民 及び 在勤者の 大人もし しくは親子 20名	★絵本の世界から飛び出してきたような、かわいいクリスマスカードを作ってみませんか？今回は絵本・造形作家の菊地清先生を講師に迎え、特別なアイデアを教えてください。手作りのカードにメッセージを添えて、大切な人へ届けましょう。 ★開催日：11月29日(土)＜午前10時～12時00分＞ ★場所：白沢公民館 1階 第2・3研修室	絵本・造形作家 菊地 清 先生
			受講料 500円 材料費1セット 300円 ※受講料は大人のみ
 電子図書で読む 大人のための国語教室 「日本神話を 読みなおす」	市民 及び 在勤者 15名	★学生時代にはわからなかった古典の楽しさについて、専門講師が電子図書等を活用し時代背景などを分かりやすく解説します。(タブレットはこちらで準備します。) ★日時：全3回 いずれも金曜日 ＜午前10時～11時30分＞ ①令和8年1月30日『古事記神話の流れ』 ② " 2月 6日『古事記と日本書紀』 ③ " 2月13日『大和と出雲』 ★場所：本宮市立しらさわ夢図書館 視聴覚室	しらさわ夢図書館 専属読書アドバイザー 國 分 進 先生
			受講料 500円 テキスト なし
アフタヌーンティー を楽しみましょう	市民 及び 在勤者 10名	★紅茶とお菓子で、ちょっと特別な午後を過ごしてみませんか？ティースタンドに並ぶお菓子やサンドイッチをいただきながら、優雅なティータイムを楽しみましょう。 ★開催日：2月22日(日)＜午後1時30分～午後3時30分＞ ★場所：白沢公民館 調理室、第5・6研修室	ティーエキスパート協会 マスターエキスパート 窪田郁子先生
			受講料 500円 アフタヌーンティー代3,500円
親子で クリスマスの ごちそうを作ろう	市民 及び 在勤者の 親子 20名	★グラタンやスープ、デザートなど、クリスマスにぴったりのご馳走を親子で手作りします。おいしい香りに包まれながら、料理を通じてクリスマス気分をたっぷり味わいましょう。出来上がった料理はみんなで楽しくいただきます！おうちでも再現できるレシピです。 ★開催日時：12月20日(土)＜午前10時～12時＞ ★場所：白沢公民館 調理室 ※大人のための参加は不可とします。 	武田 満里子 先生
			受講料 500円 材料費1セット 500円 ※受講料は大人のみ
初心者のための せん りゅう 川 柳	市民 及び 在勤者 15名	★日常の暮らしのできごとや社会風刺などを五七五で表現する川柳。どのように作品を作るか、基礎を学びながらその楽しさに触れてみませんか。 ★開催日時：全3回 いずれも水曜日 ＜午前10時～12時＞ 11月19日・26日・12月3日 ★場所：白沢公民館 第5・6研修室	福島民友文芸・川柳選者 川柳しらさわ会長 佐藤幸子先生
			受講料 500円
楽しい手織り あや織りの マフラー	市民 及び 在勤者 8名	★手織り用の卓上機で、暖かくて使いやすい、あや織りのマフラーを織り上げます。仕上がりサイズ幅20cm×150cm ★開催日時：全2回 いずれも月曜日＜午後1時30分～4時＞ 令和8年1月26日・2月2日 ★場所：白沢公民館 第2・3研修室	手織りインストラクター 加藤 良子 先生
			受講料 500円 材料費 1,000円
ミシンステッチ でつくる バネポーチ	市民 及び 在勤者 10名	★ミシンのジグザク機能で楽しく、ステッチをかけてバネポーチを作ってみませんか？ ミシンの状態に不安な方もプロが使い方の指導や修理(実費)も行います。 ★開催日時：全2回 いずれも水曜日 11月26日・12月3日 ＜13時30分～15時30分＞ ★場所：白沢公民館 第2・3研修室	パッチワークキルト教室主宰 渡辺 真弓 先生 有限会社 三浦ミシン商会 三浦 政夫 先生
			受講料 500円 材料費 2,000円

