

令和8年度

後期

生涯学習講座 受講生募集!

学ぶ楽しさ、つながる喜び。

全19講座

- 手話
- 茶道(裏千家流)
- 着付
- お菓子作り
- アートスクール
- フランス刺繍
- 日本舞踊
- 民謡
- 健康づくり運動教室
- ヨガ
- ふるさと発見
- コーラス
- フラワーワーク
- 将棋
- 料理教室
- カラオケ
- 真向法体操
- ボール・バドミントン
- 子ども体作り教室

申込締切

9月18日(金) 午後5時まで

結果通知

9月25日(金) ハガキで通知



募集期間が短いため注意

問合せ先

生涯学習課 生涯学習係

TEL 31-1145

申込方法は
中のページに掲載

〔会場〕生涯学習センター まなびピア

No.	講座名 講師名／定員	開催日時 期 間	初回日 回 数	講座内容／準備物
1	New おいしく楽しむ 健幸料理教室	第1（火） 10：00～13：00	10月 6日 （火）	元気で楽しく過ごせるように、皆さんとおいしい料理を作ってみましょう！
	New 三浦 真寿恵	★10～2月	全5回	エプロン、三角巾、材料代（700円から800円程度）
	【定員10名】			
2	民 謡	第2・4（火） 13：30～15：00	10月 13日 （火）	三味線、尺八の伴奏付きで民謡を教えます。
	倉尾 由美子	★10～2月	全10回	鉛筆・消しゴム
	【定員10名】			
3	手話講座	第2・4（火） 13：30～15：30	10月 13日 （火）	手話の普及、聴覚障がい者への理解を！ 歌もことばを見て分かる。手話は見て分かる言葉です。講座で楽しく学びましょう！
	藤原 トキエ	★10～2月	全10回	筆記用具、テキスト代（1,000円程度。開講後に紹介します。）
	【定員10名】			
4	ふるさと発見講座	第2・4（火） 13：30～16：00	12月 8日 （火）	地域の歴史や文化を学び、バスで現地見学をします。 ※学習と現地見学を1セットにした講座です。 ～開催日～ ①12月8日（火）②12月22日（火）③1月12日（火）④1月26日（火） ⑤2月9日（火）⑥2月23日（火） ①③⑤まなびピアで学習：13時半～15時 ②④⑥バスで現地見学：13時半～16時 ※見学地が遠方の場合16時以降の終了になる場合がございます。
	生涯学習課	★10～2月	全6回	筆記用具、動きやすい服装、飲み物、帽子等
	【定員15名】			
5	気軽に楽しむ茶道 （裏千家流）	第2・4（水） 10：00～11：30	10月 14日 （水）	お茶の所作を日常生活に生かし気軽にお抹茶を楽しみましょう。（お子さんも可）
	米良 知佐子	★10～2月	全10回	ふくさ、懐紙、扇、白色ソックスまたは足袋
	【定員10名】			
6	New 楽しく動こう！ 健康づくり運動教室	第3（金） 9：00～10：00	11月 20日 （金）	音楽に合わせた楽しいダンスや有酸素運動、筋力トレーニングなどを取り入れた運動教室です。運動が苦手な方、これから運動を始めたい方も大歓迎！みんなで笑って、動いて、元気になる1時間です。
	New 鳥越 康平	11～3月	全5回	運動ができる服装、室内シューズ、ヨガマット、飲み物、タオル
	【定員10名】			
7	美しく やさしい着付講座	第1・3（土） 13：30～15：30	10月 31日 （土）	日本のすばらしい着物文化を通して“人との着づな”を深めましょう。やさしい礼法もいたします。
	佐藤 みち子	★10～2月	全10回	肌襦袢、長襦袢、半襟、腰紐3本、タオル2枚、裁縫道具、他お手持ちのもの（初回に説明します。）
	【定員10名】			

〔会場〕生涯学習センター まなびピア

No.	講座名 講師名／定員	開催日時 期 間	初回日 回 数	講座内容／準備物
8	おうちで出来る お菓子づくり	第2・4（日） 9：00～12：00	10月 11日 （日）	みなさんで楽しく、オーブンを使って、おうちで作れるいろいろなケーキを作りましょう。 ※1回につき500円～1,000円程度の材料費が必要です。（作るものによって金額が変動します。）
	田中 美智子	★10～2月	全10回	エプロン、ステンレスボール（27cm×1・30cm×1）、ホイッパー（泡立て用…30cm×1・33cm×1）、竹・木しゃもじ、ゴムベラ、ふきん2枚、A4サイズの紙、粉こしき、めん棒（直径35mm程度のもの）、家庭用量り（計量器）、電動ハンドミキサー、その都度ご連絡します。
	【定員6名】			
9	アート★スクール 	第2・4（日） 9：30～11：30	10月 11日 （日）	小中学校生向けの絵画・造形の講座です。『描くこと』『つくること』が好きな子、集まれー！！ 七宝焼や陶芸、紙すき等も行います。
	黒木 南々子	★10～2月	全8回	絵の具セット、筆記用具（2B鉛筆）、材料費（2,500円）
	【定員10名】			
10	フランス刺繍	第2・4（日） 13：30～15：00	10月 11日 （日）	風景、花、鳥等のステッチを作品に応用した刺繍やハーガンダー刺繍も行います。刺繍を通してゆったりとした時間を過ごしませんか。
	白坂 勝子	★10～2月	全10回	はさみ、針、（フランス刺繍用）、刺しゅう用丸枠（10cm） ※布、糸は用意します。（実費）
	【定員10名】			
11	若返り リンパマッサージ ヨガ	第1（日） 10：00～11：00	10月 4日 （日）	はじめに自宅でも継続できるセルフリンパマッサージで体を温め、更にヨガのポーズで代謝アップ。年齢問わず、心身リフレッシュで若返りをめざしましょう。
	郁 子	★10～2月	全5回	運動できる服装、あればヨガマット、水
	【定員10名】			

〔会場〕日南市文化センター

No.	講座名 講師名／定員	開催日時 期 間	初回日 回 数	講座内容／準備物
12	フラワーワーク	第1・3（金） 18：30～20：00	10月 2日 （金）	ドライフラワーやプリザーブドフラワーなどを使ってフラワー雑貨を制作します。お花に触れて飾る楽しさと癒しの時間をつくりませんか。
	上村 美保	★12～3月	全10回	はさみ、材料代（各回1,000円～1,500円程度）
	【定員10名】			
13	親子、お孫さんと 一緒に歌いましょう！ 	第1・3（土） 10：00～11：30	10月 17日 （土）	歌ってつながる時間。親子で、お孫さんと、歌やリズム遊びを楽しみながら、笑顔いっぱいの時間を過ごしましょう。お一人での参加もOKです。 ※子どもさんだけの場合は、要送迎
	田中 導代	★10～2月	全10回	飲み物をご持参ください。
	【定員10組】			
14	将棋の一步	第2・4（土） 9：30～11：30	10月 10日 （土）	日本古来のボードゲーム「将棋」を基礎から学びます。楽しく将棋を指しながら集中力や判断力を磨きましょう。小中学生も大歓迎！
	浅野 秀彦	★10～2月	全10回	なし
	【定員10名】			

〔会場〕 東郷公民館

No.	講座名 講師名／定員	開催日時 期 間	初回日 回 数	講座内容／準備物
15	カラオケ (呼吸、発声法)	第2・4(月) 13:30~15:00	10月 26日 (月)	基本からしっかりと発声練習をします。歌うだけのカラオケではありませんよ~練習・練習の積み重ね、みなさんで向上しながら学びましょう。
	上田 政次	★10~2月	全10回	飲みもの、のどあめ、CD代 2,100円程度
	【定員15名】			
16	真向法体操	第2・4(木) 9:30~11:30	10月 8日 (木)	股関節を中心に呼吸と合わせて運動(ストレッチ)することにより、心身をリフレッシュしましょう。
	河野 貞義	★10~2月	全10回	動きやすい服装、ヨガマット、タオル、5本指の靴下、飲み物
	【定員10名】			

〔会場〕 飢肥公民館

No.	講座名 講師名／定員	開催日時 期 間	初回日 回 数	講座内容／準備物
17	日本舞踊	第1・3(月) 14:00~15:00	10月 5日 (月)	まずは自分で着物を着ることから練習し、おじぎの仕方等、礼儀作法を学び、扇を使ったりして気軽に日本舞踊を楽しみましょう
	藤間 稔樹	★10~2月	全10回	腰紐2本 足袋、浴衣、帯
	【定員10名】			
18	ボール・バドミントン 初心者教室	第1(水) 9:30~11:30	10月 21日 (水)	最近、世界中で急速に人気が高まっているラケットスポーツです。テニスと卓球、バドミントンの要素を持っており初心者や高齢の方でもすぐに打ち合いができます。用具を持っていないくても、ルールを知らなくても大丈夫です。さあ、あなたもやってみませんか?
	新 修一	★10~2月	全10回	体育館シューズ、タオル ※ボールやラケットは貸し出します。
	【定員10名】			

〔会場〕 都市農村交流センター

No.	講座名 講師名／定員	開催日時 期 間	初回日 回 数	講座内容／準備物
19	子ども体づくり教室 	第3(土) 10:00~11:30	10月 17日 (土)	キッズ体幹トレーニングや頭と身体を使った運動ゲームなど、楽しく運動しましょう。対象: 幼児年長~小学校低学年※申込書には、お子さん名を記入し、保護者のお名前を備考欄に記入してください。(要送迎: 時間内は保護者の見学可、お子さんと一緒に参加も可)
	土田 高史	★10~2月	全5回	飲み物、タオル、室内シューズ(基本は裸足)
	【定員8名】			

！生涯学習講座 申込注意事項！

- (1) 対 象：市内在住・在勤・在学の方（小中学生は保護者送迎が必要）
- (2) 受講料：1講座につき500円（講座初回日に納入になります。）
※初回講座欠席者は、生涯学習課で納入していただきます。
※資料代や材料費が必要な場合は、講師へ納入していただきます。
- (3) 申 込：最大第2希望まで。定員を超えた場合は抽選となります。
（定数の2分の1を下回るなどにより、開講出来ない場合もあります。）
申込者と同一講座に行きたい方も、別に申込みが必要です。
前年度の同一講座で落選された方で、今回も申込される場合は、優先的に受講決定することがあります。
- (4) 受講対象：初心者向け。同一講座は3年間再受講出来ません。
（再受講は1回のみ）。開講後の途中参加は出来ません。
- (5) そ の 他：申込後のキャンセルは、生涯学習課までご連絡ください。
第1・第2希望がどちらも当選した場合、いずれか一つをキャンセルする場合も必ずご連絡ください。

申込締切：9月18日（金）午後5時まで
～結果は9月25日発送予定です～

❖申込方法は次の3通りです❖

※記入漏れは申込無効となる場合があります。

※いずれの方法でも、2名以上の場合はそれぞれ申込みが必要です。

① 申込書

下の申込書太枠内に必要事項を記入の上、各公立公民館へ提出する。

② QRコードを読み込んで申込。

右のQRコードから申込出来ます。📱📱📱



③ 郵 送

ハガキに以下の内容を記載し、生涯学習課宛に郵送する。

※9/18（金）必着

①講座番号、②講座名、③郵便番号・住所、④氏名（ふりがな）、⑤年齢、⑥電話番号

（郵送先）〒887-8585

日南市中央通1-1-1 生涯学習課あて

※2名一緒に受講を希望される場合は、申込書の備考欄に相手の方のお名前をご記入ください。

申込書はそれぞれ作成してください。

なお、3名以上でのグループ申込はできません。

後期(10月開講)生涯学習講座 申込書

申込者名	住所	〒 ー		
	氏名	ふりがな		年齢
	☎			備考

👉 申込みを希望される講座欄のみご記入ください 👉

希望申込講座	講座No. 1 ～ 19の中から 2講座まで			
	第1希望	No.		講座名
	第2希望	No.		講座名

【受付窓口記入欄】

受付日	月 日	受付場所	飫肥 東郷 細田 まなび ハートフル 生涯学習課	番号	
-----	-----	------	--------------------------------	----	--