

**new !!**

## 講座

- 複数の講座にお申し込みできますが、各講座とも9人以下の場合は開講できませんのでご了承ください。  
お申し込みの対象は、市内に在住・在勤の一般成人の方です。  
受講料は1講座1,000円で、材料やテキストなどが必要な場合は別途自己負担となります。

| 地域等             | 講 座 名                     | 講 座 内 容 |                                |      |                       |                                                                     |
|-----------------|---------------------------|---------|--------------------------------|------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------|
| マキノ             | 知って備える<br>自然災害学習講座        | 場 所     | マキノ土に学ぶ里研修センター                 | 定 員  | 25人                   | 琵琶湖西岸断層など市内の地質や過去の地震災害の記録などから、災害に対する認識を広げます。                        |
|                 |                           | 開設日時    | 6～10月(全5回)                     | 開設時間 | 平日午後                  |                                                                     |
| 今津              | 健康野菜づくり講座                 | 場 所     | 今津公民館                          | 定 員  | 15人                   | 毎日の食生活に欠かせない野菜について学び、安心安全な自家製野菜づくりのコツをマスターします。                      |
|                 |                           | 開設日時    | 5/29、6/26、7/24、8/28、9/25、10/23 | 開設時間 | 13:30～16:30           |                                                                     |
| 朽木              | 朽木村史ひも解き講座                | 場 所     | 朽木公民館ほか                        | 定 員  | 20人                   | 要衝として朽木が歩んできた道のり、歴史の舞台となった朽木街道などを中心に編集委員に解説いただきます。                  |
|                 |                           | 開設日時    | 5/15、5/22、5/29、6/5、6/19        | 開設時間 | 13:30～15:00           |                                                                     |
| 安曇川             | ママをサポートする<br>パパのための育児体験講座 | 場 所     | 安曇川公民館ほか                       | 定 員  | 10組                   | ～男から父親～パパとしての心構えや、やるべき事も多々…ママをしっかりサポートしよう！<br>対象：H21.9～H22.2 誕生児の親子 |
| 安曇川世代<br>交流センター | 簡単伝統料理実践講座                | 場 所     | 安曇川世代交流センター                    | 定 員  | 15人                   | 古くから高島の家庭に受け継がれる郷土料理の調理を通じて、今日まで傳承されてきたその良さを再発見します。                 |
|                 |                           | 開設日時    | 7、9、11、1、2月(第2金)               | 開設時間 | 午前中                   |                                                                     |
|                 | 男性生きがい講座                  | 場 所     | 安曇川世代交流センターほか                  | 定 員  | 15人                   | 退職後の自分探し、生きがいづくりを学ぶ男性のプライドをくすぐる入門講座です。                              |
|                 |                           | 開設日時    | 6、8、10、12、2月(第3木)              | 開設時間 | 主に午前中                 |                                                                     |
|                 | いつも元気に高齢者講座               | 場 所     | 安曇川世代交流センター                    | 定 員  | 20人                   | 高齢者が家庭や地域社会で健康で楽しい生活をおくるための運動や知恵など自己管理の方法を体得していただきます。               |
|                 |                           | 開設日時    | 6、7、8、9、10月(第4木)               | 開設時間 | 9:30～12:00            |                                                                     |
| 高島              | 高島周辺 歴史探訪講座               | 場 所     | 高島公民館ほか                        | 定 員  | 15人                   | 私たちの郷土高島に起きた身近な歴史的イベントやゆかりのある人物を再認識し、郷土のあゆみを学びます。                   |
|                 |                           | 開設日時    | 6～12月(全7回)(土曜日)                | 開設時間 | 午後                    |                                                                     |
|                 | よくわかる<br>裁判(員)制度講座        | 場 所     | 高島公民館ほか                        | 定 員  | 15人                   | 裁判(員)制度を通じて、様々な立場の現実を学び、誰もが持つ「人の権利」の重さを正しく判断する目を養います。               |
|                 |                           | 開設日時    | 6～10月(全5回)                     | 開設時間 | 午後                    |                                                                     |
| 新旭              | 現実に学ぶ<br>高島自然保護講座         | 場 所     | 市内各地                           | 定 員  | 15人                   | 高島の自然動植物の実態を目で確かめ、貴重な資源を保護するため何ができるか、どうすべきかを学びます。                   |
|                 |                           | 開設日時    | 6/16、7/7、9/15、10/13、12/1       | 開設時間 | 午前中または<br>10:00～15:00 |                                                                     |
|                 | 知って便利<br>家庭エネルギー講座        | 場 所     | 新旭公民館                          | 定 員  | 15人                   | 電気の上手な使い方を通じて環境保全のため家庭で何ができるか学びます。                                  |
|                 |                           | 開設日時    | 6～9月(全4回)(土曜日)                 | 開設時間 | 14:00～15:30           |                                                                     |

## 申込方法

各教室・講座を開催する公民館等へ、各自直接申込書を提出してください。電話でのお申し込みも可能です。なお、電話申し込みの場合は、手続き終了後、受付期間内に申込書を当該公民館等に提出してください。

▼申込受付期間： 4月21日(水)～5月1日(土)  
休館日を除く 9時～17時

▼その他

- ・ お申込み順に受付し、定員になりしだい締め切ります。  
(No.14～18に限り、申し込み多数の場合抽選)
- ・ 複数の教室にお申し込みいただけます。

申込み先

|                |             |
|----------------|-------------|
| マキノ土に学ぶ里研修センター | 月・休         |
| マキノ町蛭口 26      | ☎ (27) 1131 |
| 今津公民館          | 月・休         |
| 今津町日置前 149-1   | ☎ (22) 2249 |
| 朽木公民館          | 月・休         |
| 朽木市場 792       | ☎ (38) 2324 |
| 安曇川公民館         | 火・休         |
| 安曇川町田中 89      | ☎ (32) 0003 |
| 安曇川世代交流センター    | 月・休         |
| 安曇川町南船木 249    | ☎ (34) 1320 |
| 高島公民館          | 月・休         |
| 高島市勝野 670      | ☎ (36) 0219 |
| 新旭公民館          | 火・休         |
| 新旭町北畑 567      | ☎ (25) 8100 |

## 公民館教室・講座申込書

|        |                                   |        |  |
|--------|-----------------------------------|--------|--|
| 教室・講座  | 教室名 ( )<br>講座名 ( )                |        |  |
| フリガナ氏名 |                                   | 年齢(学年) |  |
| 住 所    | 〒                                 | 電話番号   |  |
| 備 考    | 申込教室の受講歴 (○をしてください)。 1 . 2 . 3 年目 |        |  |

※ご記入いただいた個人情報は、公民館教室・講座受講に関すること以外に使用しません。  
※年間費は第1回教室開催時にお支払いください。

| 地域等         | No     | 教室名               | 活動紹介             |                   |             |                                             |                                                        | 年会費                   |
|-------------|--------|-------------------|------------------|-------------------|-------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-----------------------|
| 安曇川         | 17     | 食べてげんき！<br>家庭料理教室 | 場 所              | 安曇川公民館            | 定 員         | 20人                                         | 食べ物をおいしく食べて、健康長寿の人生を送りましょう！                            | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 9月～2月第3木曜日 6回     | 活動時間        | 9:30～12:30                                  |                                                        |                       |
|             | 18     | 健康スポーツ<br>教室      | 場 所              | 安曇川公民館            | 定 員         | 40人                                         | 運動を通じて心身とも「リフレッシュ」しましょう！<br>対象：18歳以上（高校生は除く）           | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 6月～12月第1金曜日 7回    | 活動時間        | 20:00～21:30                                 |                                                        |                       |
| 安曇川世代交流センター | 19     | 陶芸教室              | 場 所              | 安曇川世代交流センター       | 定 員         | 15人                                         | 初心者限定の教室です。陶芸の基礎をじっくりと学び習得できます。趣味を通じて友達づくり。            | 1,500円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 6月～2月の第1・3土曜日     | 活動時間        | 9:30～11:30                                  |                                                        |                       |
|             | 20     | 合唱教室              | 場 所              | 安曇川世代交流センター       | 定 員         | 制限なし                                        | 歌は心のビタミン剤です。大きな声を出すことでストレス発散、若さを保ち心も爽快。                | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 第1・3火曜日（12回）      | 活動時間        | 13:30～15:30                                 |                                                        |                       |
| 高島          | 21     | 太極拳教室             | 場 所              | 高島公民館             | 定 員         | 15人                                         | 健康な毎日過ごすため、太極拳で身体をきたえませんか。                             | 1,500円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 6月～2月第1・3水曜日（18回） | 活動時間        | 20:00～22:00                                 |                                                        |                       |
|             | 22     | フラダンス教室           | 場 所              | 高島公民館             | 定 員         | 20人                                         | 基本ステップや美しいハンドモーションを学び楽しく踊りませんか！                        | 1,500円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 6月～2月第1・3木曜日（18回） | 活動時間        | 19:00～20:30                                 |                                                        |                       |
|             | 23     | 木工教室              | 場 所              | 高島公民館             | 定 員         | 15人                                         | 道具を使って、好きな作品を作ってみませんか。                                 | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 6月～2月第1・3水曜日（12回） | 活動時間        | 13:30～17:00                                 |                                                        |                       |
|             | 24     | 草木染教室             | 場 所              | 高島公民館             | 定 員         | 15人                                         | 草木染めには、自然とふれあう心地よさ、自然の色が織りなす不思議な魅力があります。               | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 6月～2月第2水曜日（10回）   | 活動時間        | 13:00～16:00                                 |                                                        |                       |
| 新旭          | 25     | 郷土史教室             | 場 所              | 新旭公民館ほか           | 定 員         | 25人                                         | 市内県内の史跡・文化財等を見学研修し、見聞を広め教養を高めます。なごやかに活動しています。          | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 月1回 第4金曜日（7回）     | 活動時間        | 8:30～16:30                                  |                                                        |                       |
|             | 26     | 健康料理教室            | 場 所              | 新旭保健センター          | 定 員         | 15人                                         | 健康を維持するために食習慣は重要です。健康を考えた四季の献立でおいしい料理をつくりましょう。         | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 月1回 第1土曜日（8回）     | 活動時間        | 9:30～12:30                                  |                                                        |                       |
|             | 27     | 書道教室              | 場 所              | 新旭公民館             | 定 員         | 25人(5歳子ども15人まで)                             | 書道とは、書くことで文字の美しさを表そうとする表現芸術です。対象：小学生以上                 | 1,500円<br>(高校生以下500円) |
|             |        |                   | 活動日等             | 月2回 第1・3土曜日（18回）  | 活動時間        | 13:30～15:30                                 |                                                        |                       |
|             | 28     | トールペイント教室         | 場 所              | 新旭公民館             | 定 員         | 20人                                         | トールペイントを通して“木”とのふれ合いを体験してみてください。<br>対象：小学生以上（幼児の親子参加可） | 1,500円<br>(高校生以下500円) |
|             |        |                   | 活動日等             | 月2回 第1・3土曜日（18回）  | 活動時間        | 13:30～15:30                                 |                                                        |                       |
|             | 29     | ギター教室             | 場 所              | 新旭公民館             | 定 員         | 10人                                         | 初めての方も安心して学べます。みんなで楽しく演奏しましょう。<br>対象：中学生以上             | 1,500円<br>(高校生以下500円) |
|             |        |                   | 活動日等             | 月2回 第1・3金曜日（18回）  | 活動時間        | 19:00～22:00                                 |                                                        |                       |
|             | 30     | パッチワーク教室          | 場 所              | 新旭公民館             | 定 員         | 15人                                         | 種々の色・柄・形の小布をはぎ合わせて作る手芸は夢がいっぱい。つぎはぎ細工を楽しみましょう。          | 1,500円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 月2回 第2・4土曜日（18回）  | 活動時間        | 9:30～12:00                                  |                                                        |                       |
|             | 31     | フラダンス教室           | 場 所              | 新旭公民館             | 定 員         | 25人                                         | 年齢を問わずに長く続けられるので健康にもダイエットにも良いと注目の教室です。                 | 1,500円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 月2回 第1・3月曜日（18回）  | 活動時間        | 19:30～21:00                                 |                                                        |                       |
|             | 32     | 米粉パンとお菓子教室        | 場 所              | 湖西中学校調理室          | 定 員         | 20人                                         | 米粉のパン生地は、低カロリーでヘルシーです。健康を考えたおいしいパンをつくりましょう。            | 1,000円                |
|             |        |                   | 活動日等             | 月1回 第1土曜日（10回）    | 活動時間        | 9:00～12:00                                  |                                                        |                       |
| 33          | 地歌箏曲教室 | 場 所               | 新旭公民館            | 定 員               | 12人         | お琴と三味線の教室です。初心者でもすぐに弾けるようになります。対象：小学生以上     | 1,500円<br>(高校生以下500円)                                  |                       |
|             |        | 活動日等              | 月2回 第2・4水曜日（18回） | 活動時間              | 19:00～22:00 |                                             |                                                        |                       |
| 34          | コカリナ教室 | 場 所               | 新旭公民館            | 定 員               | 20人         | 優しい音色が“癒し系の音楽”といわれるコカリナを演奏しましょう。対象：小学生以上    | 1,500円<br>(高校生以下500円)                                  |                       |
|             |        | 活動日等              | 月2回 第2・4土曜日（18回） | 活動時間              | 9:30～11:30  |                                             |                                                        |                       |
| 35          | 茶道教室   | 場 所               | 新旭公民館            | 定 員               | 10人         | 一見堅苦しいと思える点前ですが、その姿は実に無駄のない、美しい形です。対象：小学生以上 | 1,500円<br>(高校生以下500円)                                  |                       |
|             |        | 活動日等              | 月2回 第2・4日曜日（18回） | 活動時間              | 10:00～12:00 |                                             |                                                        |                       |
| 36          | 中国語教室  | 場 所               | 新旭公民館            | 定 員               | 15人         | 初心者の方楽しんで学んでいただける教室です。目標は講師と中国語で話すこと。       | 1,500円                                                 |                       |
|             |        | 活動日等              | 月2回 第2・4土曜日（18回） | 活動時間              | 19:30～21:00 |                                             |                                                        |                       |