

受講生募集！

# 公民館教室・講座

高島市の各公民館で開催する平成28年度の教室・講座の受講生を募集します。  
食や地域学習など生活に関連した講座も開設します。ふるってご応募ください。  
講座や教室の内容など詳しくは各公民館までお問い合わせください。

## 教室

- ・複数の教室にお申し込みできます。
- ・各教室とも申込者が9人以下の場合は開催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・在学の方です。
- ・材料代・テキスト代等は別途自己負担となります。
- ・定員を超えた場合は、受講歴の少ない方を優先する場合があります。

地域	No.	教室名	活動紹介			
朽木	10	<b>旬を食べよう！ 季節の家庭料理教室</b> 旬の食材を使ったご家庭でも簡単にできる料理や、お菓子をならべてみませんか？ アットホームな雰囲気でお気軽に参加しながら学べます。調理後に試食しながらみんなと交流するのも楽しいですよ！	活動日	9月～2月 木曜日（5回）	時間	9:30～13:00
			場所	朽木保健センター	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	15人
			活動日	6月～10月 火曜日（5回）	時間	13:30～15:30
朽木	11	<b>木のこものづくり</b> 手で動かす道具（糸のこや彫刻刀など）で、カトラリーやブローチなどの小さな小物を作ります。根気のいる作業ですが気長にのんびりやりましょう。作る時間まで楽しめる講座です。作成後はお茶タイムでほっと一息。	活動日	6月～10月 火曜日（5回）	時間	13:30～15:30
			場所	朽木公民館	対象	18歳以上
			年会費	1,000円（材料費は自己負担）	定員	15人
			活動日	6月～10月 金曜日（5回）	時間	9:30～12:00
朽木	12	<b>初心者デジカメ教室</b> もっと上手く写真を撮りたい。基本的な撮影からいつもと違う撮り方、トリミングまで。朽木の自然の中で撮影会をしながら学べます。作品は文化祭で展示しましょう!! ※デジカメは各自お持ちください。	活動日	6月～10月 金曜日（5回）	時間	9:30～12:00
			場所	朽木公民館	対象	高校生以上
			年会費	1,000円（材料費は自己負担）	定員	15人
			活動日	6月～11月 水曜日（10回）	時間	10:30～12:00
朽木	13	<b>ゴスペル教室 ～人生の応援歌を歌おう～</b> 好きなだけ声を張り上げて…自由に身体を動かして…「みんなで声を合わせて歌う。歌い終えた頃には何かが変わっている。」こんな不思議な力を持つ魂の叫び、ゴスペルの教室です。文化祭でのステージもあります！	活動日	6月～11月 水曜日（10回）	時間	10:30～12:00
			場所	朽木公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	30人
			活動日	7/7、9/8、10/6、11/10、12/8、第2週木曜日、8/18第3週木曜日（6回）	時間	13:30～15:00
安曇川	14	<b>ブレインジム教室</b> アメリカ発祥の最新のエクササイズで、誰でも簡単に、体と心をリフレッシュ！脳の活性化も図れます。27年度安曇川シニア大学の講座で実施しました。	活動日	7/7、9/8、10/6、11/10、12/8、第2週木曜日、8/18第3週木曜日（6回）	時間	13:30～15:00
			場所	安曇川公民館	対象	20歳以上
			年会費	2,000円	定員	20人
			活動日	6月～12月 第1・3金曜日（13回）	時間	13:30～15:30
安曇川	15	<b>パソコン活用塾</b> パソコンを使う機会が増えています。65歳以上の初心者の方を対象に、基礎からパソコンを学びます。※ノートパソコンは各自お持ちください。	活動日	6月～12月 第1・3金曜日（13回）	時間	13:30～15:30
			場所	安曇川公民館	対象	65歳以上
			年会費	2,000円	定員	30人
			活動日	6月～12月 第2・4水曜日（12回）	時間	13:30～15:30
安曇川	16	<b>リフォームソーイング教室</b> 着物や洋服のリフォームでエコを……。ダンスに眠っている品物を、あなたの手で新しいファッションに蘇らせましょう！	活動日	6月～12月 第2・4水曜日（12回）	時間	13:30～15:30
			場所	安曇川公民館	対象	成人
			年会費	2,000円	定員	20人
			活動日	6月～12月 第3水曜日（7回）	時間	13:30～15:30
安曇川	17	<b>小倉百人一首たのしみ塾（Ⅱ）</b> なじみの深い小倉百人一首を楽しく学びながら、交流の場を広げませんか。	活動日	6月～12月 第3水曜日（7回）	時間	13:30～15:30
			場所	安曇川公民館	対象	成人
			年会費	2,000円	定員	20人
			活動日	6月～1月 第4月曜日（8回）	時間	10:00～11:30
安曇川	18	<b>親子ヨガ教室&amp;リズム教室</b> 簡単なヨガやリズム体操で体を動かしながら、親子で楽しみましょう。	活動日	6月～1月 第4月曜日（8回）	時間	10:00～11:30
			場所	安曇川公民館	対象	6歳以下の親子
			年会費	2,000円	定員	親子10組
			活動日	7月～12月 第3金曜日（6回）	時間	13:30～15:00
安曇川	19	<b>安曇川郷土史教室</b> 安曇川（一部高島を含む）の郷土史について学ぶとともに、現地での研修（2回程度）も計画しています。	活動日	7月～12月 第3金曜日（6回）	時間	13:30～15:00
			場所	安曇川公民館	対象	成人
			年会費	2,000円	定員	20人
			活動日	6月～9月 水曜日（14回） 第1・3水曜日：笑いトレーニング、第2・4水曜日：ヨガ	時間	10:20～11:30
高島	20	<b>「笑いのトレーニング」とヨガで健康づくり</b> 『笑い』は心の健康に効果が高く、免疫細胞の活性化をもたらすといわれています。また、年齢にかかわらず、体の硬い人でも誰でもできて、心や体の健康に効果の高い「和みのヨーガ」も学びます。	活動日	6月～9月 水曜日（14回） 第1・3水曜日：笑いトレーニング、第2・4水曜日：ヨガ	時間	10:20～11:30
			場所	高島公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	25人
			活動日	6月～10月 第1・3土曜日（10回）	時間	13:30～15:00
高島	21	<b>レクリエーションダンス教室</b> みんなで楽しく、おなじみの音楽に合わせて運動してみませんか。音楽に合わせた運動は脳の老化予防に効果があるといわれています。フォークダンスもありますよ。	活動日	6月～10月 第1・3土曜日（10回）	時間	13:30～15:00
			場所	高島公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	25人
			活動日	6月～10月 第2・4土曜日（10回）	時間	10:00～11:00
高島	22	<b>らくらくエアロビクダンス教室</b> 軽快な音楽に乗って、楽しくステップしましょう。エアロビクの有酸素運動は、身体や脳の老化防止に役立ちます。高齢者の方でも無理なくできるやさしい運動です。この機会に、あなたも始めてみませんか。	活動日	6月～10月 第2・4土曜日（10回）	時間	10:00～11:00
			場所	高島公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	20人

地域	No.	教室名	活動紹介			
マキノ	1	<b>土に親しむ 陶芸教室</b> 陶土の感触を楽しみながら形を作り、釉薬をつけて焼きあげるまで、奥深い焼き物の世界を楽しんでみましょう。あなただけの作品の完成です。	活動日	6月～11月 金曜日（10回）	時間	13:30～16:30
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	15人
			活動日	6月～10月 金曜日（10回）	時間	13:30～16:30
マキノ	2	<b>初心者のための 木工教室</b> あなたにも手作り家具が作れます。初心者歓迎！ 道具の使い方のイロハから裏技まで、丁寧な指導で安心です。これで日曜大工もお手のもの。	活動日	6月～10月 金曜日（10回）	時間	13:30～16:30
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	15人
			活動日	6/16、7/13、9/14、10/12、11/9 全5回	時間	9:30～12:00(初回) 13:30～16:00
マキノ	3	<b>職人に学ぶ 和菓子づくり教室</b> 和菓子づくりの基本的な工程や作り方のコツなどを職人さんから学びます。最終日（5回目）は、和菓子の工房に1日お出かけします。	活動日	6/16、7/13、9/14、10/12、11/9 全5回	時間	9:30～12:00(初回) 13:30～16:00
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
			活動日	6/9、7/14、9/8、10/4、10/25 全5回	時間	13:30～16:30
マキノ	4	<b>華やかなで上がり 七宝焼教室</b> あなたの手で、世界でたったひとつの宝物を自分の好みで作しましょう。誰でもできて、簡単、綺麗、早い！ さあ、何を作りましょうか！ 楽しみます。	活動日	6/9、7/14、9/8、10/4、10/25 全5回	時間	13:30～16:30
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
			活動日	6/21、7/26、8/23、9/13、10/18、全5回	時間	13:30～16:30
マキノ	5	<b>工芸作家に学ぶ 草木染め教室</b> 自然を生活に取り入れられる草木染め。楽しみながらエコや自然についての造詣を深めることができます。完成した染め物は自分だけのオリジナル作品。ぜひ身近なものからチャレンジしてみませんか。	活動日	6/21、7/26、8/23、9/13、10/18、全5回	時間	13:30～16:30
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
			活動日	5/26、6/16、7/21、8/18、9/15、全5回	時間	9:30～12:30
今津	6	<b>プロから学ぶ 基本のケーキ作り教室</b> ケーキ作りの基本と要点を教えてください、一人1個のケーキを作ります。	活動日	5/26、6/16、7/21、8/18、9/15、全5回	時間	9:30～12:30
			場所	今津公民館（今津北コミセン）	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	10人
			活動日	6/3、7/1、8/5、9/2、全4回	時間	9:30～13:30
今津	7	<b>薬膳教室</b> 介護者向け、子ども向け、いろいろな症状に合わせた食養生について学び、調理実習をします。	活動日	6/3、7/1、8/5、9/2、全4回	時間	9:30～13:30
			場所	今津公民館（今津北コミセン）	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
			活動日	6/15、7/20、9/21、10/19、11/16、全5回	時間	10:00～11:30
今津	8	<b>リフレッシュ体操教室</b> 運動用具（ボール）を使って音楽に合わせてみんなで一緒に、楽しく体を動かしましょう。	活動日	6/15、7/20、9/21、10/19、11/16、全5回	時間	10:00～11:30
			場所	今津公民館（今津北コミセン）	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
			活動日	6/9、7/14、9/8、10/13、11/10、全5回	時間	9:00～12:00
今津	9	<b>初歩から始める 陶芸教室</b> プロの作家（大矢良治先生）による陶芸教室を開催。今津にある陶芸窯を構えた記念に、特別に陶芸教室を開催します。自分好みの作品を作りたい。	活動日	6/9、7/14、9/8、10/13、11/10、全5回	時間	9:00～12:00
			場所	今津公民館、今津陶芸窯等	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	15人

# 講座

- ・複数の講座にお申し込みできます。
- ・各講座とも申込者が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。  
※一部受講料無料の講座があります。
- ・定員を超えた場合は、受講歴の少ない方を優先する場合があります。

地域	開催館	講座名	活動紹介		
1	マキノ公民館	中高年のためのステップアップ講座 お出かけ（デジカメ撮影会）や歌声喫茶、料理実習やラフター（笑い）ヨガ、リズム体操など、張りのある中高年を生き抜くための講座です。	開催日	全5回	時間 9:30～12:00 ※1日の日があります。
				6/8、7/7、9/29、10/20、11/17	場所 マキノ公民館
2		知っておきたい社会の常識講座（実践編） ロープの結び方等、生活に役立つ情報を学びます。（天気常識や、食品添加物の常識等）	開催日	全4回	時間 10:00～12:00
				7/8、8/26、9/16、10/28	場所 今津公民館（今津コミセン）ほか
3	今津公民館	出前講座 《今津地域の集落へ出向いて地域の課題解決へ!!》 3人寄せれば文殊の知恵。地域の課題に公民館から出向きます。	開催日	希望日	時間 9:00～17:00
				《公民館の休館日を除く》 《受講料無料》	場所 今津町内
4		滋賀の古城探索講座 安土城、小谷城、八幡山城跡、その周辺の歴史的建造物や郷土の哲人の足跡を探り、多様な体験を通して生きがいを広げる講座です。	開催日	全4回	時間 9:00～17:00
				8/25、9/14、10/20、11/11	場所 県内
5	朽木公民館	魅力発見！ 朽木！ ～食・歴史・自然～ 朽木の魅力を3つのテーマに沿ってたくさん体験できる講座です。意外な発見がたくさんあるかも！	開催日	全3回	時間 10:00～15:00
				6月～11月	場所 朽木地域内
6	安曇川公民館	安曇川シニア大学 現在の課題や問題について学んだり、歴史的な町並み等について現地研修を行い交流を深めます。	開催日	全7回	時間 13:30～15:30
				6/23、7/28、8/25、9/29、10/27、11/16、12/22	場所 安曇川公民館ほか
7		いきいき元気な生活講座 歌って、笑って、体を動かして、バスで出かけて、交流して…いきいきとした生活を送るヒントがここにあります。	開催日	全6回	時間 13:30～15:30
				6/9、7/5、9/1、10/6、11/17、12/1	場所 安曇川世交流センターほか
8	高島公民館	「韓国料理」と韓国文化を学ぶ講座 簡単にできる韓国料理の作り方を学ぶとともに、料理などを通してお隣の国「韓国」の文化に触れましょう。	開催日	全5回	時間 9:30～11:30
				6月～8月 第1・3木曜日	場所 高島公民館
9		住まいのおかたづけ講座 なかなかかたづけられない…そんなあなたに、整理収納アドバイザーがおかたづけの方法を教えます。	開催日	全4回	時間 10:00～11:30
				6月毎週火曜日 (7日、14日、21日、28日)	場所 高島公民館
10	新旭公民館	初めてのヨガ講座 初心者の方を対象に楽しく体験していただけます。ヨガの面白さを通して身心ともにリラックス。楽しく健康になる講座です。	開催日	全6回	時間 13:30～15:30
				7月～9月 第2・4日曜日	場所 新旭公民館
11		地域が生んだ先人の思いを学ぶ 郷土の先人の一人であり、人生のすべてを教育にかけた「清水安三先生」の教え思いなどを、楽しくまた興味深く学びます。	開催日	全3回	時間 13:30～16:00
				7月～10月 土曜日 《受講料無料》	場所 新旭公民館

地域	No	教室名	活動紹介		
高島	23	実用書道教室 日常の手紙や文書がボールペンで美しく書けるように、また、筆ペンを使って年賀状や金封の表書きなど、あらたまった場面で上手に書けるように、楽しく学びます。	活動日	6月～10月 第2・4金曜日(10回)	時間 10:00～11:30
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 20人
高島	24	はじめての 絵手紙教室 絵手紙で、あなたの気持ちを伝えてみませんか。絵が苦手な方でも楽しく学べます。	活動日	7月～11月 第1・4火曜日(10回)	時間 10:00～11:30
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 20人
高島	25	かんたん ちぎり絵教室 絵心がない方でも、型紙に合わせて和紙をちぎって貼り付けるだけで素敵な作品を仕上げることができます。また、指先を使うちぎり絵には、脳の活性化を促しアートセラピーの効果があるとも言われています。	活動日	6月～3月 第3金曜日(10回)	時間 13:30～15:00
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 20人
新旭	26	郷土史教室 市内・県内の史跡・遺跡、名勝などを探訪します。個人では訪れにくい所へもいきます。現地では、関係者やボランティアガイドさんのお話を聞きます。1年目の方もなごやかな雰囲気の中で楽しく活動できます。	活動日	6月～12月 第3水曜日(7回)	時間 8:30～16:30
			場所	新旭公民館ほか	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 22人
新旭	27	書道教室 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。書の楽しさを味わってください。	活動日	6月～2月 第1・3土曜日(17回)	時間 13:30～15:30
			場所	新旭公民館	対象 小学生以上
			年会費	3,000円(小学生500円)	定員 25人 ※子ども15人まで
新旭	28	茶道教室 日本古来のお点前の姿は、無駄のない美しい形です。人前で恥ずかしくない所作が自然と身につきます。初心者の方大歓迎です。	活動日	6月～12月 第2・4日曜日(14回)	時間 9:30～12:00
			場所	新旭公民館	対象 小学生以上
			年会費	2,000円(小学生500円)	定員 10人
新旭	29	楽しい家庭料理教室 健康的で楽しい家庭料理を習い、試食もおおいに楽しんでいただける教室です。	活動日	6月～11月 第3金曜日(5回)	時間 9:30～12:00
			場所	新旭保健センターほか	対象 18歳以上
			年会費	1,000円	定員 15人
新旭	30	パッチワーク教室 さまざまな色・柄・形の小布をつなぎ合わせて一つの面を作る手芸は夢がいっぱい。つぎはぎ細工で自分だけの作品を作ります。	活動日	6月～12月 第1・3木曜日(14回)	時間 13:30～15:30
			場所	新旭公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 15人
新旭	31	マイよし笛づくり教室 びわ湖の水質の自然浄化にも役立っているヨシを学びながら、自分だけのよし笛を楽しく作り演奏できるようにします。初心者の方大歓迎です。	活動日	7月～11月 第2・4土曜日(10回)	時間 13:00～16:00
			場所	新旭公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 15人

## 公民館教室・講座申込書

教室・講座名	No	教室	No	講座
フリガナ			年齢 (学年)	
ご氏名			電話番号	
ご住所	〒	—		
備考	申し込み教室の受講歴 (○をしてください)。 1 ・ 2 ・ 3 年目			

## 申込方法

左ページの申込書を、教室・講座を開催する公民館等へ提出していただくか電話でお申し込みください。

●申込受付期間 **5月7日(土)～15日(日)**  
休館日を除く9時から17時まで

### ▼申込先

<b>マキノ公民館</b> (マキノ土に学ぶ里研修センター) マキノ町蛭口 260-1 ☎(27) 1131 月曜休館
<b>今津公民館</b> 今津町日置前 149-1 ☎(22) 2249 月曜休館
<b>朽木公民館</b> 朽木市場 792 ☎(38) 2324 月曜休館
<b>安曇川公民館</b> 安曇川町田中 89 ☎(32) 0003 火曜休館
<b>高島公民館</b> 勝野 670 ☎(36) 0219 月曜休館
<b>新旭公民館</b> (高島市観光物産プラザ内) 新旭町旭1丁目 10-1 ☎(25) 5500 火曜休館