

# 公民館教室・講座

高島市の各公民館で開催する平成26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

- ・複数の教室に申し込みできます。
- ・各教室とも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			
今津	10	<b>親子お菓子教室</b> 「ドリームあんです。」と「今津公民館」コラボ事業	活動日	6/28、8/30、11/22	時間	9:30～12:00
			場所	今津公民館（今津北コミセン）	対象	親子
			年会費	無料（ただし材料費が必要）	定員	5組10人
朽木	11	<b>甘いものお菓子づくり教室</b> 疲れた身体に心地よく溶け込んでいく「甘いお菓子」。和洋とりまぜた「甘いお菓子」づくりの教室です。作り終わった後の試食時間…これがまた良いんです。	活動日	9月～2月 木曜日（5回）	時間	13:30～16:30
			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
朽木	12	<b>草木染め体験教室</b> 朽木の山野にある草木を使い、自然の力を感じながら、日本の伝統美でもある「草木染め」を体験します。身近な自然の素材を布に活かす楽しさを体感します。	活動日	7月～10月 土曜日（4回）	時間	9:00～13:00
			場所	道の駅つぎ新本陣（中庭）ほか	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	15人
朽木	13	<b>ピラティス教室</b> ～美しく健康的な身体に～ 最近人気のピラティス。普通の生活だけでは失われてしまう一番大事な筋肉を回復し、ケガの防止やリハビリだけではなく、たるみを防ぎ、プロポーションや姿勢を維持・改善しましょう。	活動日	6月～12月（基本）火曜日（10回）	時間	10:30～11:30
			場所	朽木公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	20人
朽木	14	<b>初めてのペン画教室</b> 絵を描くきっかけづくりを目的とした、初心者対象のペン画教室です。文化祭出展を目指します。	活動日	6月～10月 土曜日（10回）	時間	9:30～12:00
			場所	朽木公民館	対象	高校生以上
			年会費	2,000円	定員	10人
朽木	15	<b>ゴスペル教室</b> ～人生の応援歌を歌おう～ 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教室です。	活動日	6月～12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
安曇川	16	<b>木彫り教室</b> 彫刻刀で彫り上げたすばらしい作品は、インテリアに記念品に、プレゼントに絶品です。まずは木彫り教室で体験してください。	活動日	6月～1月 第2・4月曜日（14回）	時間	13:30～15:30
			場所	安曇川公民館	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	15人
安曇川	17	<b>パソコン活用塾</b> パソコンを使うことが増えています。生きがいと交流の場として学びませんか。ただし、ノートパソコン持参をお願いします。※インターネットはできません。	活動日	6月～1月の第1・3金曜日（14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
安曇川	18	<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……。タ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～1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	15人
安曇川	19	<b>説話文学おもしろ塾</b> 古典文学をおもしろくひも解き、ロマンを求め、学ぶ意欲と交流の機会に。	活動日	6月～1月 第3水曜日（8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
安曇川	20	<b>目標90歳の音楽教室</b> 認知症予防効果抜群、ハンドベルやピアノに合わせ声を出し、簡単な楽器を使っの脳トレなど。	活動日	6月～1月 第2水曜日（8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
安曇川	21	<b>親子ヨガ&amp;リズム教室</b> おおむね6歳以下の幼児と親子で参加し、ヨガやリズムで体を動かしながら親子で触れ合う広場。	活動日	6～3月 第4月曜日（10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20組

地域	No.	教室名	活動紹介			
マキノ	1	<b>気楽で楽しい料理教室</b> 和食のプロから、家庭料理の基礎を習います。ちょっとしたコツや隠し味、包丁さばきなど、楽しく学べます。毎回の試食も楽しみです。	活動日	6～11月 第2金曜日（5回）	時間	9:30～12:00
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
	2	<b>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	6～10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
マキノ	3	<b>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	6～11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
	4	<b>デジカメ教室</b> 便利だけど使い方がよくわからない。そんなことはないですか。一味違った写真の技術が身につきます。おでかけ撮影会も楽しいですよ。	活動日	6～11月 水曜日中心（5回）	時間	9:00～半日 ※1日の日があります
			場所	マキノ公民館	対象	18歳以上
			年会費	1,000円	定員	20人
5	<b>大人の書道教室</b> 毛筆がうまくなりたいなあ・・・と思っている方、ぜひご参加ください。実用習字から、ちょっと変わった芸術作品まで、楽しく学べます。	活動日	6～10月 火曜日（5回）	時間	13:30～16:30	
		場所	マキノ公民館	対象	18歳以上	
今津	6	<b>手づくりパン教室</b> 高島の食材をふんだんに使って、パン作りの基礎を身に付けていただくパンづくり入門教室です。（初心者対象）	活動日	6/12、7/3、8/7、9/4、10/2、11/13、12/4	時間	9:30～13:00
			場所	今津公民館（今津北コミセン）	対象	18歳以上
			年会費	2,000円	定員	18人
	7	<b>四季の薬膳教室</b> （料理実習があります） 薬膳の基礎から四季折々の薬膳を楽しみます。甲賀くすり学習館で漢方の知識の学習も行います。	活動日	6/18、7/16、10/22、11/19、12/17	時間	9:30～13:00
			場所	今津公民館（今津北コミセン）	対象	18歳以上
8	<b>リクエスト教室</b> 10人以上集まれば教室を開催します。希望の内容を今津公民館とご協議ください。	活動日	6月～2月まで5回以内	時間	9:30～12:00	
		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	—	
9	<b>プロの技を学ぼう</b> フランス料理のシェフから、家庭にある材料を使った料理の基礎を学びます。（京都調理師専門学校元講師による本格指導）	活動日	6/24、8/26、10/28、12/9	時間	10:30～14:30	
		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	18人			

# 講座

- ・複数の講座に申し込みできます。
- ・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、無料の講座もあります。)
- ・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。

No	公民館	講座名	開催日	時間	場所	定員
1	マキノ公民館	<b>中高年のためのステップアップ講座</b> 歌声喫茶やリズム体操、栄養・料理実習、フォークダンスなど、張りのある中高年を生き抜くための講座です。	6/19, 7/16, 9/17, 10/16, 11/20 (5回)	9:30～12:00	マキノ公民館	20人
2	今津公民館	<b>自然体験講座(歴史探訪)</b> (今津山上会協賛) 今津地域の三角めぐりや黒田官兵衛ゆかりの地を歩きます。古道めぐりなど《健脚者向き》	6/5, 7/24, 8/7, 9/18, 10/16, 11/6 木曜日《6回》 《雨天中止》	8:30～17:00	今津公民館	18人
3	今津公民館	<b>健康いきいき講座(男性を対象)</b> 食事や運動などメタボリック対策を学習します。東洋医学「つぼ」の学習や調理実習があります。	7/12, 8/9, 8/23, 9/13, 10/25, 11/8, 11/29, 12/6 土曜日《8回》	9:30～12:00	今津公民館	20人
4	今津公民館	<b>出前講座</b> (今津地域の集落へ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。(受講料無料)	希望日 (ただし、公民館の休館日以外)	9:00～17:00	今津町内	—
5	朽木公民館	<b>朽木歴史講座 ～謎の遺跡をめぐる～</b> 朽木にある、さまざまな「謎の遺跡」をめぐる現地研修です。	6月～8月 土曜日(4回)	10:00～12:00	朽木地域内	20人
6	安曇川公民館	<b>湖西シニア大学</b> 人生の、これから行く道を学んだり、現在の課題を見つめたり交流をしながら互いに学びましょう。	6月～2月 第4木曜日 (8月休み)	13:30～15:30	安曇川公民館ほか	30人
7	安曇川公民館	<b>いきいき元気な生活講座</b> いつまでも生き生きと輝きながら、健康と交流を楽しみましょう。	6月～12月 第1木曜日 (8月休み)	13:30～15:30	安曇川世代交流センターほか	30人
8	高島公民館	<b>はじめての野菜づくり講座</b> 家庭菜園で安全でおいしい野菜づくりにチャレンジしましょう。初めての人も仲間と楽しく学びましょう。	5月下旬～8月 水曜日(6回)	9:30～11:30	高島公民館	15人
9	高島公民館	<b>「気功」と中国文化を学ぶ講座</b> 健康に効果の高い本場中国の「気功」を学ぶとともに、中国文化に触れ、餃子づくりや薬膳料理にもチャレンジ!	6月～9月(月2回) 第1・第3水曜日 (6回)	13:30～15:00	高島公民館	15人
10	高島公民館	<b>レクリエーションダンス教室</b> (文化協会共催) (無料) みんなで気軽に、音楽に合わせて楽しく運動してみませんか。フォークダンスもあります。	6月～9月 第1・3土曜日 (8回)	13:30～15:00	高島公民館	15人
11	新旭公民館	<b>異文化にふれる講座(中国)</b> 中国の文化や中国語などを学ぶ講座です。初心者にも楽しく学んでいただけます。	6月～1月 月1回 (土曜日)	19:30～21:00	新旭公民館	30人
12	新旭公民館	<b>健康講座</b> 食生活を考える講座です。常に笑顔を大切に、また体を動かしながら楽しく学びましょう。	6月～1月 土曜日(5回)	10:00～12:00	新旭公民館ほか	20人

## 申込方法

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いただくか電話でお申し込みください。

なお、電話申込の場合は、必ず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 **5月8日(木)～16日(金)**

休館日を除く9時から17時まで

お申し込み先はこま

<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>	新旭町北畑 567	☎25-8100	火曜休館

地域	No	教室名	活動紹介		
高島	22	<b>簡単よし笛教室</b> びわ湖群生の「よし」を加工して、素朴な楽器「よし笛」を作ります。作った「よし笛」で演奏の練習もします。	活動日	7月～11月の第1・3日曜日(8回)	時間 13:30～17:00
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 20人
	23	<b>健康ヨガ教室</b> 年齢にかかわらず、体の硬い人でも誰でもできて、体や心の健康に効果の高い「和みのヨーガ」を楽しく学びましょう。	活動日	6月～10月 第2・4水曜日(10回)	時間 10:30～11:30
			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	<b>発酵食品を使った健康料理教室</b> 麹などの発酵食品を使った、体に良い料理を楽しく学びましょう。 ※申込受付は10月の予定	活動日	12月～2月 土曜日(5回)	時間 10:00～12:00
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	1,000円	定員 20人
	25	<b>手編み教室</b> 季節の糸で自分だけのベストを編みませんか。作品を仕上げた時の喜び・楽しさを味わってください。初心者大歓迎です。	活動日	6月～9月 第2・4土曜日(8回)	時間 10:00～12:00
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	2,000円	定員 15人
新旭	26	<b>住まいのお手入れ教室(DIY)</b> 自分でできる住まいの小さなことから、始めてみませんか。(網戸・障子・襖の張替え、蛇口パッキンの交換など)	活動日	6～7月 木曜日(5回)	時間 9:30～11:30
			場所	高島公民館	対象 18歳以上
			年会費	1,000円	定員 15人
	27	<b>郷土史教室</b> 市内・県内の史跡・遺跡等を3年計画で探訪し、地域文化などを学習したうえで順次に卒業です。また1年目の方もなごやかな雰囲気楽しく活動できます。	活動日	6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	28	<b>書道教室</b> 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～ 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
	29	<b>茶道教室</b> 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～ 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	30	<b>楽しい家庭料理教室</b> 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～ 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
	31	<b>パッチワーク教室</b> 種々の色・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～ 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	32	<b>フラダンス教室</b> 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。	活動日	6月～ 第1・3月曜日(14回)	時間 19:30～21:00
			場所	新旭公民館	対象 18歳以上
		年会費	2,000円	定員 25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			<b>年齢(学年)</b>	
ご氏名			<b>電話番号</b>	
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			