

平成27年度 **—学んで生かすまちづくり—**

秋の公民館講座生募集

☆申込方法等は、8ページをご覧ください。

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

中 央 公 民 館											講座時間 朝 10:00 ~ 12:00 昼 13:30 ~ 15:30 夜 18:30 ~ 20:30			
	講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	備 考					
主 人 催 講 座	絵本の楽しみ ～親子の時間をもっと豊かに～	母と子を対象に、絵本の読み語りや良い絵本の選び方等を学びます。	黒岩 綾香	3	9/14 10/19 11/16	月	10:00 ～ 11:00	10組	未就学児と保護者のペア					
	《女性講座》 ママのための ブレイクタイム	イタリア料理教室・アロマ石けん作り・ヨガ・子育ての話などを通して、心と体をリフレッシュしましょう。	今道 康弘 ほか	4	10/2 9、16、23	金	朝	16	未就学児の母親対象 材料費1,500円(2回分) 1歳以上託児あり (要事前申し込み)					
	長崎純心大学の 学生による クリスマスコンサート	長崎純心大学生によるクリスマスソングや劇、物づくりなどを楽しまします。 (保育実践研究会☆Smile 担当 田中 珠美)	長崎純心大学 児童保育学科学生	1	12/6	日	昼	20組	未就学児と保護者のペア 材料費200円					
	市民映画会	現代の社会問題をとらえた映画や昔懐かしい映画を上映する予定です。 なお、事情により内容を変更する場合があります。		7	9/19～ 3/19	第3土	14:00 ～ 16:00	60	申込み不要 開場13:00					
	知れば安心 暮らしの中の法務局	遺産相続や登記など、身近な法律問題について学びます。	長崎地方務局 職員	3	10/6、13 20	火	昼	60						
	市民病院健康講座	健康な生活を送るために必要な、疾患に関する知識や、治療法、日常生活での注意事項などを学びます。	長崎市民病院の 専門医ほか	4	9/12～ 12/12	第2土	朝	60						
	文学庵へようこそ ～戦争と文学～	戦後70年を期に、戦前・戦中・戦後の文学を通して、戦争と文学の関係性について学びます。	上出 恵子	4	9/29 10/6、13 20	火	朝	30						
	デビー先生と英会話 ～長崎の道案内～	長崎を訪れた観光客を想定しての、道案内や名所案内などの簡単な英会話を学ぶ。	デビー・黒岩	5	10/1～29	木	14:00 ～ 16:00	30						
	遊び心で楽しむ園芸 ～秋・冬編～	園芸全般の知識や育て方など体験を通して学習したり植物の蔓(つる)を使ってカゴ編み、さらに町を飛び出して田園の散策も体験します。	福見 千松	5	10/6 20、27 11/17、24	火	昼	20	材料費1,500円 交通費は自己負担					
	おうちごはん ～おふくろの味に挑戦～	おふくろの味付けを楽しむ学び、家庭で生かせるようになる講座です。	植田 美代子	5	9/30、 10/7、28 11/4、11	水	10:00 ～ 13:00	20	材料費3,500円					
	親子で楽しむ 自然観察	里山の植物、海岸の生物、化石の採集など自然観察を通して親子で自然に親しむ講座です。	宮崎 勉	3	9/13 10/25 11/15	日	朝	15組	交通費は自己負担 3回目は14:00～16:00					
	《女性講座》 ヨガでリフレッシュ	ヨガの基本を学び、日頃からたまった疲れを取り、健康的な生活習慣を身につける。	宿輪 美紀子	5	10/9、16 23、30 11/6	金	夜	30						
	長崎財務事務所 出前講座 ～こんな「うまい話」に用心～	身近な金融トラブルなどについて理解を深め、被害にあわないための方策を学びます。	長崎財務事務所 職員	3	11/10 11/17 11/24	火	朝	30						
	映画「みんなの学校」	不登校も特別支援学級もない、同じ教室で一緒に学ぶふつうの公立学校のみんなが笑顔になる挑戦。	(お問い合せ先) 長崎県映画センター ☎(824)2974	3	10/20	火	朝 昼 夜	各回 700	チケットは主要プレイガイド で8月下旬から販売予定					
	初心者のための 健康麻雀教室	健康のために行なう麻雀ゲームの進め方やルール等、麻雀の基本を学びます。	奥山 昌実 ほか	7	11/4～ 12/16	水	昼	20	テキスト代1,800円 (希望者)					
40代からの ライフプラン	ファイナンシャルプランナーによる知って得するライフプランの講座です。	伊藤 克樹	3	12/2 12/9 12/16	水	夜	20							
高齢者講座	《高齢者講座》 いきいき青春ライフ	毎回違う内容で、楽しみながら生きがいを見つけ、現代的課題についての見識を深める講座です。(館外あり)	メモリード ほか	8	10/9～ 12/4	金	昼	60	60歳以上の方対象 8回とおして参加できる方 ※11/27は休み					
青年講座	1「魚の美味しい町長崎～やさしい魚料理に挑戦してみよう～」 2「英会話を楽しむ～アメリカの文化に触れよう～」 3「バドミントンを楽しもう～初級～」 4「和服に親しむ～着付け教室～(運営:中央公民館青年自主学習グループ 十二単)」 1～4の詳しい内容については長崎市のホームページ(http://www.city.nagasaki.lg.jp)をご覧ください。													
自 主 成 人 講 座	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	受講料	備 考				
	長崎散歩 ～明治産業革命遺産を歩く～	長崎の産業革命遺産について学び、世界遺産登録の意義を再認識する講座です。座学を1回と外歩きを4回予定しています。	船津 義海	5	9/30～ 10/28	水	昼	30	1,500円	最少催行人数27人 交通費は自己負担				
	楽しい歌声	一人より二人、二人より三人…発声の基礎を学びながら仲間と歌う楽しさを味わいましょう。	後藤 美樹	5	10/1、8 15、22 11/5	木	昼	50	1,000円	最少催行人数40人 テキスト代380円				
	男の料理教室	初心者も経験者もいっしょになって楽しく学ぶ男の料理教室です。	堂下 真弓	3	12/4、11 18	金	朝	20	1,200円	成人男性 材料費1,800円 最少催行人数20人				
	らくらく健康ストレッチ	健康な毎日を過ごすために、簡単なストレッチを始めてみませんか。	野口 信貴	6	11/17～ 12/22	火	昼	50	1,000円	最少催行人数48人				
映画で旅するフランス	ヨーロッパ文化最大の拠点、フランス。その各都市の文化、歴史、観光名所を代表的な映画によって学ぶ。 (運営:中央公民館自主学習グループ ミューズの会)	西村 雄一郎	6	9/30 10/7、28 12/2、9 16	水	夜	25	1,800円						

地図・連絡先は2ページの下端をご覧ください。

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

東 公 民 館		講座時間 朝 10:00～12:00 昼 13:30～15:30 夜 19:00～21:00 (講座によって時間が変わるものがあります。)									
講座名	内 容	講 師	回数	期 間	曜 時	定員	備 考				
歴 史 探 訪 ～東長崎今昔ものがたり～	東長崎地区の古地図、古写真を手に現風景を眺めながら昔を偲び、東長崎の歴史と文化を学びます。	織田 武人	4	9/15、29 10/6、13	火 朝	30	1回目は東公民館で研修後、現地研修 2回目からは現地研修 交通費は自己負担				
世 界 の 料 理 を 楽 し む イタリ ア 料 理 中 華 料 理	身近な食材を使って、本場のおいしいイタリア料理の作り方を学び、イタリアの食文化にふれます。	今道 康弘	2	9/14 10/26	月 朝	20	材料費 1,600円(2回分)				
	身近な食材を使って、本場のおいしい中華料理の作り方を学び、中国の食文化にふれます。	黄 郁卿	2	9/15 10/20	火 朝	20	材料費 1,600円(2回分)				
登 山 の 初 歩 ～秋の自然を体感!～	服装や心構え等山登りの初歩から学び、山登りの魅力にふれ、秋の自然を体感しながら楽しく登ります。	杉山 義昭	4	9/16、30 10/14、28	水 朝昼	30	講座時間 10:00～15:00 現地研修 登山が出来る服装 弁当持参				
多肉植物の寄せ植えを楽しもう	多肉植物を育てることの楽しさを味わいながら、ガーデングッズを作ります。	藤川 恵美	1	11/5	木 朝	20	材料費 1,000円				
フ ラ ン ス ・ ス イ ー ツ ～お菓子づくり～	フランスの菓子作りを学んで、優雅でゆったりとした時間を味わいます。	ヤマック・パスカル	2	9/24 10/1	木 朝	24	講座時間 9:30～11:30 材料費 1,200円(2回分)				
楽 し い デ ジ カ メ 教 室	デジタルカメラの基礎を学び、近くの風物を撮影して写真をパソコンで加工する方法を学びます。	前波 政昭	4	9/25 10/9、23 11/6	金 朝	20	デジタルカメラ各自持参				
長 崎 散 策 ～旧長崎の町に思いをはせて～	歴史豊かな長崎の旧跡を訪ねて、当時の様子を思い浮かべながら歩きます。	陸門 良輔	3	9/11、25 10/2	金 朝	25	現地研修 交通費は自己負担				
主 講 座 ら く 、 楽 英 会 話	気軽に英会話ができるように、旅行・日常英会話の基礎を学びます。	ヤマック・パスカル	4	9/18、25 10/2、16	金 夜	20	講座時間 19:30～20:30				
主 講 座 現 川 焼 を 楽 し む ～窯元で現川焼をつくろう～	郷土文化の現川焼の歴史と伝統技術を現地で学び、焼き物作りの楽しさを味わいます。	向井 康博	3	9/12、26 10/3	土 朝	6	3回と現地研修 場所現川土壺 材料費 3,000円(3回分) ※3回とも受講できる方				
主 講 座 今 話 題 の 「 世 界 遺 産 」 に 強 く な ろ う !	二つの世界遺産候補の価値や世界遺産の意義、登録へ向けた取り組み状況などについて学びます。	世界遺産推進室	1	10/31	土 昼	なし					
《高齢者講座》	「元気アップ体操」「楽しい歌」「健康によい食生活」、「お金の話」等で、心身のリフレッシュを図り、生活を豊かにします。	篠原 教子 ほか	8	9/16、30 10/7、14、 21、28 11/4、18	水 昼	45	「元気アップ体操」は 運動できる服装				
《女性講座》	きれいな「スムージー」と「ベジランチ」づくり	体を温める野菜をたっぷり入れたスムージーを作ります。	加藤 奈美 ほか	3	9/8 10/13 11/10	火 朝	20	材料費 1,500円			
	ピラティスでリフレッシュ	ピラティス(正しい骨格を意識しながら体幹の筋肉を整えます。)で新陳代謝をよし、心と体を癒します。	寺田 幸子	2	9/29 10/13	火 昼	20	運動できる服装			
《子ども講座》	読 み 語 り (に こ に こ 座)	絵本の読み語りや紙芝居、歌、パネルシアターなど親子でも楽しめます。	小柳 喜代 ほか	2	9/19 12/19	土 朝	なし	10:30～11:30 幼児(保護者)など、参加自由			
	エンジョイサイエンス! ～電気とエネルギー～	停電したらどうすればいいの?や省エネのほうほうを知りたい?などの疑問に答えます。	九電職員	1	9/12	土 朝	30	対象:小学生 保護者の参加大歓迎			
	エンジョイサイエンス! ～ストローとんぼと色水～	ストローと厚紙を使った「竹とんぼ」を作って飛ばしたり、ヨウ素液や紫キャベツを使った実験をしたりして科学の目を育てます。	科学館職員	1	10/31	土 朝	30	対象:小学生 保護者の参加大歓迎			
《子ども講座》	楽しい卓球教室	卓球の基本を学び、ラリーやゲームをして楽しみながら交流を図ります。親子の参加大歓迎!	松島 和夫	4	9/26 10/24 11/28 12/12	土 朝	25	保護者の参加可 対象:小学3年生～中学1年生			
《家庭教育学級》 子 育 て 広 場 ～子育てを楽しもう!～	一緒に歌ったり、パンを作ったり、救急法を学んだり、突っ当たり色々なことをしながら、子育て仲間を見つけ、子育て中の悩みや不安を少しでもなくして、楽しく子育てしましょう。	原口 光美 ほか	8	9/10、18、24 10/1、8、15、29 11/5	木 金 朝	親子 20組	講座内容によっては保育あり (1歳児以上) 講座内容によっては材料費が必要				
年 間 講 座	《成人講座》名作映画上映会	あの懐かしい映画を見て心を癒しませんか!	公民館職員	2	10/10 12/12	土 昼	なし	原則 偶数月の第2土曜日 開始14:00～			
	《子ども講座》おはなしのへや	絵本の読み語り・手遊び	公民館職員	3	9/11 10/9 12/11	金 朝	なし	原則 第2土曜日 11:00～11:30 幼児(保護者)など、参加自由			
	《子ども講座》子どもシアター	日本昔話や世界童話など、見たい映画、見せたい映画がいっぱいあります。	公民館職員	4	9/19 10/17 11/21 12/19	土 昼	なし	原則 第3土曜日 幼児・小学生(保護者)など、参加自由			
自 主 成 人 講 座	講 座 名	内 容	講 師	回数	期 間	曜 時	定員	受 講 料	備 考		
	フ ラ ワ ー ア レ ン ジ メ ン ト ～あき～	季節の花を使って、行事などに合わせた生花のアレンジを楽しみます。	板倉 柄美	3	9/28 10/26 11/30	月 朝	16	1,600円 (3回分)	材料費1,800円(3回分)		
	茶 道 の た し な み	お抹茶体験と茶道の歴史を学びます。	池田 直子	3	9/15 10/6、20	火 昼	10	2,000円 (3回分)	講座時間 13:30～16:00 材料費1,500円(3回分)		
	日 常 で 使 う 筆 文 字 ～筆文字が苦手な人もっと 綺麗になりたい人 集まれ!～	のし書きや芳名帳など、ふとした時に必要な小筆。手書きの年賀状、暑中見舞いなどが書けるように学習してみませんか。	西川 秀鳳	5	9/29 10/6、13、 20、27	火 夜	20	2,000円 (5回分)	講座時間 18:30～20:30 準備品:大小筆、下敷き、硯		
	パ ソ コ ン 教 室 ～ワードの基礎を深めていこう～	やや難しい文字の入力から応用まで、パソコンの機能を覚えて生活に役立つ文書が作れるようになります。来年の年賀状は自分の手で作れるようになります。	浜都 貞子	6	9/10、17 10/1、15、 22、29	木 昼	14	3,600円 (6回分)	パソコンは公民館用 テキスト代 1,296円 ※応募時にテキスト (Word2007)所有の有 無をお知らせください。		
	ワイワイ楽しいパンづくり	初心者でも焼けるパンづくりの基礎を学んで、ワイワイ語り合いながら、いろいろなパン作りに挑戦します。	山口 裕子	4	9/11 10/2 11/6 12/11	金 朝	25	1,500円 (4回分)	講座時間 9:30～11:30 材料費 1,600円 エプロン、三角巾、手拭 き持参		

地図・連絡先は2ページの下段をご覧ください。



長崎市西公民館
☎(861)5919 FAX(861)5926
〒852-8004 長崎市丸尾町5番5号(三菱電機裏)



長崎市東公民館
☎(838)3732 FAX(838)3256
〒851-0133 長崎市矢上町19番1号(東部地区にここセンター2階)

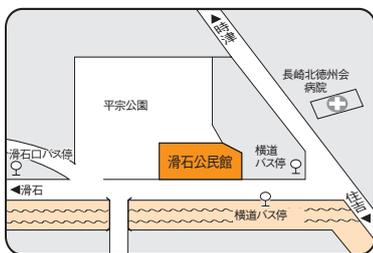


長崎市中央公民館
☎(825)1948 FAX(820)2605
〒850-0874 長崎市魚の町5番1号(市民会館内)

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

西 公 民 館				講座時間 朝 10:00～12:00 昼 13:30～15:30 (講座によって少し時間が変わります)						
主 催 講 座	講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	備 考	
		おしゃれな食卓	地元の新鮮な食材を使って、一味違ったおしゃれな食卓を演出します。	中村 史子	6	9/30～11/11	水	朝	20	材料費3,600円(6回分)
	はじめてのパソコン～ワード入門～	パソコンを初めて使う方を対象とした入門講座で、マウスの操作や文字入力などパソコンの基礎を学びます。操作ができるようになったら、年賀状作りに挑戦してみよう。	支援ボランティア	5	9/30～11/4	水	朝	14	テキスト代1,296円	
	初歩からの中国語	これから中国語を学んでみたいと考えている初心者を対象とした講座です。基礎・基本からやさしく指導いたします。	梁 瑜	6	9/24～11/12	木	昼	20	教材は講師が準備します。	
	しあわせランチ	ガスコンロの多様な機能を上手に使い、おいしいランチを作ります。今回のメニューは、かんたん押し寿司、フライパンで作る茶碗蒸し、グリルで作る白和え&ししゃもの南蛮漬の3品です。	西部ガススタッフ	1	10/20	火	朝	20	材料費500円 講座時間 10:30～12:30	
	今でしょ 長崎	第1回:「明治日本の産業革命遺産 九州・山口と関連地域の価値や世界遺産の意義、登録に向けた取り組み状況について」	長崎市 世界遺産推進室	1	10/17	土	朝	30	3回とも館内研修 各回ごとに電話で申込、申込順に決定。中高生も可。	
		第2回:「長崎の教会群とキリスト教関連遺産」の価値や世界遺産の意義、世界遺産登録へ向けた取り組み状況について	長崎市 世界遺産推進室	1	10/24	土	朝	30		
		第3回:「よみがえる出島」 出島の歴史、当時の様子、そして今、どのようにみがえろうとしているのでしょうか。	長崎市 出島復元整備室	1	10/31	土	朝	30		
	《男性料理教室》まかせて厨房	地元の新鮮な食材を使って、料理の基本から学び、男の料理を楽しみましょう。	丸山 美代子	6	9/26～10/31	土	朝	20	材料費3,600円(6回分)	
	ワードで年賀状作り	ワードを使って年賀状を作りましょう。文字入力ができる方を対象とします。	支援ボランティア	2	11/10 11/17	火	朝	14	教材は講師が準備します。公民館のパソコンを使用します。	
	朝のスマートフォン教室	スマートフォンについてどんなことができ、自分にも使えるのかなど体験しましょう。朝・昼のどちらかを選んでください。初めての方を優先します。	NTTDコモ九州 ケータイ教室 インストラクター	1	11/13	金	朝	20	スマートフォンは公民館で準備します。最少催行人員8名	
	昼のスマートフォン教室	スマートフォンについてどんなことができ、自分にも使えるのかなど体験しましょう。朝・昼のどちらかを選んでください。初めての方を優先します。	NTTDコモ九州 ケータイ教室 インストラクター	1	11/13	金	昼	20	スマートフォンは公民館で準備します。最少催行人員8名	
	タブレット教室(A)	タブレットの基本的な機能や操作について体験します。(A)も(B)も同じ内容です。どちらかを選んで申し込んで下さい。初めての方を優先します。	NTTDコモ九州 ケータイ教室 インストラクター	1	9/25	金	朝	15	タブレットは公民館で準備します。最少催行人員8名	
	タブレット教室(B)	タブレットの基本的な機能や操作について体験します。(A)も(B)も同じ内容です。どちらかを選んで申し込んで下さい。初めての方を優先します。	NTTDコモ九州 ケータイ教室 インストラクター	1	9/25	金	昼	15	タブレットは公民館で準備します。最少催行人員8名	
	《高齢者講座》のびのび健康学	心と体の健康について、医師や看護師、管理栄養士などから幅広く学びます。家庭でできる体操をしたり、なつかしい歌を歌ったり映画を見たりしながら、これからの健康づくりについて学びます。	市民病院 看護師他	10	9/15～12/1	火	昼	25	60歳以上 ※4回目の講座では、教材費が154円必要。	
	《女性講座》読み語りを楽しむ	読み語りの基本を学び、幼稚園で読み語りを体験。「こぎつねキッコ」(本間正樹/文、みやもとたのお/絵、佼成出版社)、「いらいからいから④」(長谷川義史/作、絵本館)の2冊を教材として使用。	長井 ありさ	6	10/2～11/27	金	朝	20	ハガキに、2冊の絵本が自分で手に入るかどうかを明記。手に入らない方は2,592円必要。	
	《青少年講座》わくわくダンス広場	ジャズダンスの基本を身に付け、みんなで楽しく踊りましょう。そして、友達の輪を広げましょう。土曜日の午後が楽しくなります。友の子の受講を待っています。小学生を対象とします。	山田 浩美	8	9/19～11/21	土	昼	20	講座時間 13:30～15:00	
	《青少年講座》手作り遊びを楽しもう	竹馬に乗ったり、竹トンボを飛ばしたり、ブンブンごまを作って回したりして、みんなで楽しみましょう。	北川 正孝他	1	9/26	土	朝	50	電話申込順に決定(氏名・学校・学年・電話番号)	
	《家庭教育学級》おはなしのへや～絵本で親子のふれあい～	絵本や紙芝居などの読み語りを通して子どもたちにお話の楽しみを味わわせます。年齢制限はありませんが赤ちゃんとお母さん対象です。	支援ボランティア	毎月1回	9/17 10/15 11/19 12/17	木	昼	10組	講座時間 13:30～14:30 毎月第3木曜日 電話申込	
自 主 成 人 講 座	講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	受講料	備 考
	楽しい園芸	花や野菜や樹木の育て方、土づくり、手入れの仕方などを学び、ガーデニングを楽しみましょう。	小野 東	5	9/29～10/27	火	朝	25	1,600円(5回分)	教材は講師が準備します。
	つるでカゴ作り(A)	つる(葛)を使って、実用的な小判型のハンカゴを作ります。3日間連続の講座です。車手、剪定ばさみ、ドライパー(マイナス)、バスタオル、ゴミ袋(大)、洗濯ばさみ(大)、メジャーが必要。	永留 正二	3	9/15～9/17	火～木	朝	15	1,600円(3回分)	材料費800円 ※最終日には、ペットボトル(500ml)が必要。
	つるでカゴ作り(B)	つる(葛)を使って、実用的な小判型のハンカゴを作ります。3日間連続の講座です。車手、剪定ばさみ、ドライパー(マイナス)、バスタオル、ゴミ袋(大)、洗濯ばさみ(大)、メジャーが必要。		3	10/13～10/15	火～木	朝	15	1,600円(3回分)	材料費800円 ※最終日には、ペットボトル(500ml)が必要。
	歴史文化探訪	～世界遺産関連を歩く～ ①出島ワープから水辺の森公園 ②立神から砲の浦へ ③小菅ドックへ ④大浦天主堂周辺歩き ⑤本原界わい歩き ⑥神の島教会周辺歩き	船津 義海	6	9/24～10/29	木	朝	30	1,600円(6回分)	現地研修 交通費自己負担 ※10/8実施
	健康リフレッシュ体操	有酸素運動、筋力アップ運動、ストレッチ、用具を使った運動、ダンス、心身をリラックスさせる遊びの運動等を組み合わせ、楽しく身体を動かしていきます。	松山 真理子	10	9/16～12/16	水	昼	25	3,000円(10回分)	動きやすい服装と室内運動靴
	インターネット入門	インターネットの検索や画像の取り込み、メールの仕方など基礎から学ぶ入門講座です。パソコンの基本操作ができる方を対象にします。	三浦 孝子	5	9/24～10/29	木	朝	14	2,900円(5回分)	テキスト代 977円
	暮らしの中のペン文字	実用的で暮らしにすぐ生かせる講座です。はじめて習う方向けの講座ですので、基本からしっかりと学べます。	田口 瑞峰	4	10/16～11/13	金	朝	20	1,600円(4回分)	教材費500円 最少催行人員 10名
	ダンスを踊ろう	初めての方を対象としたダンス入門講座です。ブルース、ルンバ、マンボ、ジルバ、ワルツ全てを初歩から学びましょう。	川島 義輔	10	9/16～12/2	水	朝	20	3,000円(10回分)	動きやすい服装と室内運動靴 最少催行人員 5名
	薬草でヘルシーライフ	野山を探索して、自生する薬草について学び、健康管理に役立てましょう。今回は、①稲佐山、②市民の森、③瓶岩、④川原公園を探索します。	古野 節子	4	9/25～10/23	金	朝	20	1,600円(4回分)	現地研修 交通費自己負担
	着物の着付け教室	着付けの初歩から、やさしく学ぶことができます。着物、長襦袢、下着(上)、下着(下)裾除、腰紐5本、伊達締め2本、袴芯、帯(名古屋帯)、足袋、帯締、帯揚、タオル3枚、帯枕、日本タオル1枚が必要。	松本 寿枝	6	9/18～10/30	金	昼	10	2,400円(6回分)	着物のない方は貸し出します(有料)。ハガキに明記。

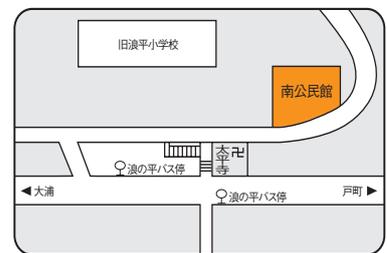
地図・連絡先は2ページの下段をご覧ください。



長崎市滑石公民館
☎(856)3751 FAX(856)3857
〒852-8061 長崎市滑石2丁目1番8号(横道バス停前)



長崎市北公民館
☎(845)6362 FAX(845)6954
〒852-8135 長崎市千歳町5番1号(チトセビア南棟3階)



長崎市南公民館
☎(825)0295 FAX(825)0294
〒850-0936 長崎市浪の平町7番19号(浪の平バス停上)

※講師の敬称は省略させていただきます。

南 公 民 館									
〒850-0936 長崎市浪の平町7-19(浪の平バス停上) TEL (825)0295 FAX (825)0294 ※駐車場有					講座時間 朝 10:00 ~ 12:00 昼 13:30 ~ 15:30				
講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	備 考	
主 催 講 座	長崎の風景を歩く	新しい視点による長崎の別の風景を探る歴史探訪。人気講師陣とともに長崎を様々な角度でお楽しみください。	山口 広助 ほか	5	10/19~ 11/16	月	朝	30	※全て館外研修
	南山手の文学館	各地にある総合文学館を代表する作家たちの代表作・話題作を読み解き、味わいます。	上出 恵子	5	10/16~ 11/20	金	昼	30	※会場:大浦地区公民館 ※10/30は休み
	料理教室 ~おふくろの味づくり~	家庭料理の基本的な作り方や素材を活かした“おふくろの味つけ”を楽しく学び、作る喜びと健康づくりに役立てます。	植田 美代子	5	9/27~ 11/1	日	朝	25	材料費:3,500円(5回分) ※10/11は休み
	〈高齢者講座〉 浪の平ふれあい学校	文化教養・健康問題・環境問題・人権問題等々、毎回テーマを変え幅広い内容で、だれでも気軽に学べます。	市民病院 ほか	11	9/10~ 12/3	木	昼	50	60歳以上対象 現地研修あり ※会場:大浦地区公民館 ※館外研修:水曜日(朝) ※9/24、10/8は休み (交通費自己負担)
	〈女性講座〉 家でできる おいしいパンづくり	家庭で気軽にできるパンづくりを学び、楽しく語り合います。	山口 裕子	3	9/13 10/11 11/8	日	朝	25	材料費:1,200円(3回分) 一時保育あり。(12時まで) 但し1歳以上(要申込み)
	〈青少年講座〉 ユミ先生と英語で遊ぼう	英語で歌を歌ったり、ゲームをしたりして、楽しく遊びます。	江副 友美	4	10/3~ 10/31	土	朝	小学生 20	材料費:500円(4回分) ※会場:大浦地区公民館 ※10/10は休み
〈青少年講座〉 親子で楽しむ科学教室A 空気の科学 ~空気で遊ぼう~	親子で楽しく、空気に関する実験をしながら、子どもたちに科学への興味・関心を高めます。	進藤 隆彦	各2回	9/26 10/3	土	昼	親子 10組	材料費:1組2,000円 (2回分) ※会場:大浦小学校 ※開催時間 14:00~16:00 ※子どもは小・中学生	
〈青少年講座〉 親子で楽しむ科学教室B 空気の科学 ~真空実験しゅぼしゅぼ~				11/28 12/12	土	昼	親子 10組	材料費:1組2,000円 (2回分) ※会場:大浦小学校 ※開催時間 14:00~16:00 ※子どもは小・中学生	
自主成人講座									
講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	受講料	備 考
古写真で学ぶ長崎学	長崎の古写真を紹介しながら、往時の生活の様子をわかりやすく説明します。	原田 博二	3	10/15~ 10/29	木	昼	30	800円 (3回分)	※会場:大浦地区公民館
身近な植物に親しもう	秋の野山をゆっくり散策しながら、野草と友達になろう。	中村 哲男	6	9/17~ 10/29	木	朝	30	1,600円 (6回分)	※全て館外研修 ※10/8は休み
もっと手軽に 楽しい園芸	花・果実・野菜など、園芸全般の知識と育て方の技術を、体験を通して学習します。	福見 千松	5	9/13~ 11/8	日	昼	25	1,000円 (5回分)	※隔週の開催 ・材料費1,500円
健康体操 ~さわやかストレッチ~	ストレッチを中心に全身の筋肉をほぐし、適度に鍛え、心と体を元気にする講座です。生活習慣病、腰痛、膝痛の予防、シェイプアップ効果があります。	野口 信貴	5	11/15~ 12/13	日	朝	40	1,000円 (5回分)	
パソコン教室 「ワードの基礎力をUPしよう」	文字の入力から応用まで、基本を深めて基礎力を固め、生活に役立つ文書を作れるようになります。賀詞やイラストを工夫して、私の年賀状が作れるようになります。	浜都 貞子	5	9/27~ 10/25	日	朝	13	3,100円 (5回分)	テキスト代1,296円 (最少催行人数8人) 申込の際テキストの有無を書いて下さい。
パソコン教室 「エクセルにチャレンジ」	パソコンの基本操作ができる方を対象にしたExcel 2007の入門編。Excelの基礎から学び、簡単な関数を使用して、表計算・グラフの作成などを学習します。	川島 盟三	5	9/27~ 10/25	日	昼	13	3,100円 (5回分)	テキスト代1,296円 (最少催行人数8人) 申込の際テキストの有無を書いて下さい。
パソコン教室 「デジカメを楽しもう」	Windowsパソコンの基本操作が出来る方を対象にしたデジカメ写真講座です。上手な写真の写し方、パソコンを使った写真の編集加工、フォトムービーの作成など、誰もが気軽に活用し楽しむことができます。	田畑 輝親	5	11/1~ 11/29	日	昼	13	3,100円 (5回分)	・デジカメは各自持参 ・テキスト代200円 (最少催行人数8人) 申込の際に、所有PCのOS(例:Windows7等)を書いて下さい。

地図・連絡先は3ページの下段をご覧ください。 ※エレベーター設置工事のため会場が変更となっている講座がありますのでご注意ください。



長崎市野母崎文化センター
☎(893)2022 FAX(893)2025
〒851-0505 長崎市野母町555番地



長崎市海外公民館
☎0959(24)0460 FAX0959(24)0460
〒851-2403 長崎市神浦江川町2番地



長崎市香焼公民館
☎(871)5213 FAX(871)5213
〒851-0310 長崎市香焼町501番地2

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

北 公 民 館										講座時間 朝 10:00 ~ 12:00 昼 13:30 ~ 15:30 夜 18:30 ~ 20:30 (講座によって時間が変わるものがあります。)		
講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	備 考				
楽しい英会話	本場の英語を用いて、簡単な日常英会話や海外旅行で使える英会話などを楽しく学びます。講義中は英語だけの会話となります。	テリジュン・アコスタ	5	9/28~11/2	月	昼	25	定員を超えた場合は、春の講座と同じ内容ですので、未受講の方を優先します。※10/12は休み				
はじめての英会話	初心者でも理解できる初歩の英会話を、歌やゲームなどを通して楽しく学びます。	久留生 真弓	5	9/29~10/27	火	夜	25	色鉛筆(12色)、のり、はさみ				
長崎歴史探訪《火》	長崎の昔を今に語る史跡を訪ね歩きながら、歴史の秘話に耳を傾けましょう。長崎の魅力が倍増すること間違いなしです。今回は、主に愛宕、小島、田上方面を散策します。(コースには坂や階段の上り下りがあります。)	山口 広助	4	9/29~10/20	火	昼	30	《火》《金》は同じ内容ですので、どちらかを選び応募してください。正覚寺下電停及び田上バス停に集合となります。※現地研修(交通費等自己負担)				
長崎歴史探訪《金》			4	11/6~11/27	金	昼	30					
古典文学に親しむ～枕草子～	一千年余りの昔、中宮に仕えた作者が、自然や人生をみずみずしく描写。その文章に感性の鋭さと才気を知るのです。	永嶋 寛延	5	9/30~10/28	水	朝	40					
デジタル写真基礎講座	デジタルカメラの基礎を学び、写真用ソフトを活用してプリントをします。	前波 政昭	5	10/15~11/12	木	昼	22	定員を超えた場合は、春の講座と同じ内容ですので、未受講の方を優先します。※デジタルカメラ持参、プリント代200円				
身近な材料を使った家庭料理	家にある身近な材料を使って、家庭料理を楽しく作ります。男性も大歓迎です。	植田 美代子	3	10/2 10/16 10/30	金	朝	20	講座時間10:00~13:00(試食、片付けを含む) ※材料費2,000円(3回分)				
シニア向けスマホ教室《朝》	スマートフォンをこれから始めようと思っている、または一度体験してみたいと思っているシニアの方を対象とした初級講座です。簡単に使えるスマートフォンの機能や基本操作などを学びます。	KDDI ケータイ教室 認定講師	1	10/30	金	朝	24	《朝》《昼》とも同じ内容ですので、どちらかを選び応募してください。スマートフォンは公民館で準備します。				
シニア向けスマホ教室《昼》			1			昼	24					
茶の間の経済学	長崎大学経済学部のスタッフが、経済学・経営学などの視点から日ごろの研究をもとに、地域の活性化や国内外の諸問題についてやさしく解説します。	山口 純哉 ほか	5	10/10~11/7	土	朝	60					
最新健康講座	毎月1回、専門スタッフに最新の医学や日常生活における注意などをお話しいただきます。	済生会長崎病院の 専門スタッフ	4	9/19~12/19 毎月第3土曜日		昼	80					
(高齢者教室) 公民大 学	心も体も健康で、日々の生活を楽しく充実して過ごせるよう、暮らしの中のいろいろな制度、健康づくりの話や合唱など毎回違う内容を学びます。	長崎財務事務所 川村 明彦 ほか	6	10/6~11/17	火	朝	80	概ね60歳以上が対象 ※11/3は休み				
(家庭教育学級) 育児で育自	子育てについて、講師の話を聞き、語り合いながら一緒に考えましょう。体を動かしたり、楽しくおやつを作るなど毎回違った内容の楽しい講座です。(託児あり)	黒田 田鶴子 ほか	6	9/24~10/29	木	朝	20	0歳~5歳くらいの子の保護者が対象。託児あり(無料) おやつ作り材料費300円。講座時間10:30~12:00				
年 間 講 座	北公民館 ロードショー	昔なつかしい名作映画(洋画)を上映します。	公民館職員	10	毎月第3水曜日	昼	先着 70	北公民館視聴覚室 ※8月は休み 申込 不要				
	(家庭教育学級) 子育て交流会	遊びをととして他の親子との交流を深めましょう。	岸下 真希子 ほか	8	毎月第3水曜日 (3月は第4水曜日)	朝	親子 30組	1歳から就園前児童とその親・家族が対象 ※10.12.2月は休み 申込 不要				
	地域ふれあい広場	季節の行事にちなんだ昔からの遊びやクッキングなどを地域のの人たちと楽しみ、ふれあいを深めます。	住吉・川平町地区 民生委員児童委員 協議会	9	毎月第1土曜日 (12月は第2土曜日)	朝	定員 なし	小学生が対象。申込不要。ただし、5名以上の団体の場合は申し込みが必要。クッキングの場合は人数制限有り。 ※講座時間9:30~11:30 ※1月は休み				
	(読み語り教室) チトピーお話のへや	絵本や紙芝居、パネルシアターなど、親子で読み語りを楽しむ1時間です。	黒田 田鶴子 ほか	11	毎月第2土曜日	昼	定員 なし	幼児・小学低学年を対象 講座時間15:00~16:00 ※2月は休み 申込 不要				
講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	受講料	備 考			
イラストを描こう!	色鉛筆・クーピー・水彩絵の具などを使っている絵を描いてみよう。年賀状や招待状にちょっとしたイラストを添えれば好感度アップまちがいなし。幅広い年齢層の方を対象にした初心者向けの講座です。	池辺 研	6	9/29~11/10	火	夜	20	2,400円 (6回分)	色鉛筆、クーピー、水彩絵の具など (最少催行人数10名) ※11/3は休み			
火曜の社交ダンス	リズムに乗って華麗に美しく踊りましょう。初歩のステップから指導する初心者対象の社交ダンスです。仲間と楽しく踊ってみませんか。	森田 芳子	6	10/6~11/17	火	昼	20	1,800円 (6回分)	運動しやすい服装・室内シューズ ※11/3は休み ※講座時間 14:30~16:00			
がんばらば!パソコン	基本操作ができる方を対象にしたワード及びエクセルの講座です。文章作りやワードアート、エクセルによる簡単な計算方法を学びます。	北公民館 「パソコン月曜クラブ」	8	9/16~11/11	水	朝	14	4,600円 (8回分)	テキスト代1,000円 (最少催行人数8名) ※9/23は休み			
レッツゴー◆ボウリング	初心者向けのボウリング教室です。健康と仲間作りに最適!この機会に生涯スポーツ・ボウリングをぜひ体験してみませんか。(会場:長崎ラッキーボウル)	荒木 康仁	6	9/17~10/22	木	昼	36	1,800円 (6回分)	貸し靴代等(500円)は受講料に含まれます。定員を超えた場合は、春の講座と同じ内容ですので、未受講の方を優先します。 ※講座時間 14:30~16:30			
楽しく踊りましょう～民謡おどり～	人々の暮らしの中で生まれ育まれた民謡に親しみ、楽しく踊ります。初めての方、大歓迎です。	田中 よし江	5	9/18~10/16	金	朝	35	1,200円 (5回分)	日本手ぬぐい、うちわ、小皿4枚			
スッキリ運動	年齢に関係なく誰にでもできる運動です。日ごろ、運動する機会がない方、楽しく体を動かしてみませんか。	桑本 京子	6	10/23~11/27	金	朝	50	960円 (6回分)	運動しやすい服装・室内シューズ・タオル・飲み物持参			
みんなで歌おう	昔なつかしい心に残る思い出の歌を、楽しく爽やかに歌ってみませんか。	色摩 妍翠	8	10/2~11/20	金	昼	90	720円 (8回分)	テキスト代900円			
土曜の社交ダンス	美しい音楽に乗ってあなたも社交ダンスを踊ってみませんか。ブルース、ワルツ、ジルバなどからゆづり始める入門編です。	広佐古 利夫	6	9/26~10/31	土	昼	20	1,800円 (6回分)	運動しやすい服装・室内シューズ ※講座時間 15:30~17:00			

地図・連絡先は3ページの下段をご覧ください。



長崎市琴海文化センター
☎(885)2041 FAX(885)2143
〒851-3212 長崎市長浦町3777番地9



長崎市三和公民館
☎(892)1919 FAX(892)7499
〒851-0403 長崎市布巻町88番地1

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

滑石公民館										
講座時間 朝 10:00 ~ 12:00 昼 13:30 ~ 15:30										
	講座名	内容	講師	回数	期間	曜	時	定員	備考	
主 催 講 座	やきもの事始め	やきもの作りの初歩を学びながら、世界にひとつだけの陶器を作ってみませんか。初心者大歓迎。	学習グループ なめし696	5	10/15~ 11/14	火木土	朝	25	材料費 500円	
	水墨画入門	水墨画とは、「墨」一色で表現される絵画です。線だけでなく、画的な使用により、濃淡にじみ・かすれなどの技法で表現します。その基礎を学びます。	東西望	5	9/29~ 10/27	火	朝	24	材料費 700円 小皿2枚 習字道具一式(墨汁は 使いません)	
	おいしいパンづくり	オープンを使って、パンづくりに挑戦します。いろいろな種類のパンを焼きましょう。	森本 富士美	3	10/14 10/28 11/11	水	朝	24	材料費 2,000円(3回 分)エプロン、三角巾、 手ふき、食器ふき、マスク	
	名作映画を観る	懐かしい名作映画を鑑賞します。 10/30 百万長者と結婚する方法 11/27 赤い靴 12/11 駅馬車	公民館職員	3	10/30 11/27 12/11	金	昼	無	無料 申込不要	
	花のある生活 ~プリザーブドフラワー& トッケンゲシュテック~	ハロウィン・クリスマス・お正月、それぞれにちなんだ作品を3回の講座で作ります。きれいな花が、心豊かで潤いのある毎日を、きつと届けてくれるでしょう。	中田 弘子	3	10/1 11/5 12/3	木	朝	20	材料費 5,000円(3回分)	
	健康ストレッチ講座	すっきりと気持ちよい毎日を過ごすために、ストレッチ体操で、健康で柔らかい体づくりに挑戦しましょう。	佐藤 晶子	5	9/25~ 10/30	金	朝	20	10/22のみ木曜日 運動できる服、タオル、 飲み物	
	男の手料理	味付け・調理・盛り付けのポイントを学びます。初めての方でも大丈夫です。貴方も挑戦してみませんか。	浜本 明美	5	9/19~ 11/7	土	朝	20	材料費 3,000円(5回 分)エプロン、三角巾、 手ふき、食器ふき、マスク	
	《高齢者講座》 生き生きライフ・アラカルト	心豊かな生活と仲間づくり・生きがいづくりのための講座です。笑いヨガ・健康体操・歌・長崎の歴史的魅力・消費者トラブルなど、内容も豊富です。	徳洲会病院 ほか	5	9/17~ 10/29	木	朝	24	無料 対象者60歳以上の方	
	《女性セミナー》 素敵に生きる	豊かな生き方、暮らし方で日々をおくるために、笑いヨガ・民謡・料理の話・健康被害の防止・環境問題など、生きる知恵を学びましょう。	岩本 千恵子 ほか	5	10/13~ 11/17	火	朝	24	無料	
	《少年講座》 ガンバルマン教室	友だちと協力しながら、やきもの・科学遊び・英会話・料理などを楽しく学習します。	長崎市科学館 ほか	6	9/12~ 10/31	土	朝	20	材料費 1,000円 (粘土代500円・親子料理 代500円)	
	年 間 講 座	元気野菜づくり (生ごみリサイクルで 土づくりに挑戦)	生ごみで土作りを行い、夏野菜(ミニトマト・きゅうり・なす・空心菜)と秋野菜(人参・大根)をプランターで育て収穫します。	横尾西部自治会 生ごみリサイクル部	14	4/16~ 11/19	木	朝	20	現在、開講中。募集しません。
		おはなしいっぱ〜い	絵本の読み聞かせ・人形劇・季節に合わせた工作などを楽しみましょう。	子ども文庫 滑石の会	11	毎月 第1 月曜日	月	朝	無	講座時間=10:00~12:00 対象=乳幼児と保護者 申込=不要
		なめし本の広場	本の読み聞かせ・ペープサート・紙芝居・絵描き歌などの楽しい遊びを覚えましょう。	子ども文庫 滑石の会	12	毎月 第1 土曜日	土	朝	無	講座時間=10:30~11:30 対象=子どもから大人まで 申込=不要
		子育てふれあい広場 (じいじと遊ぼう! ばあばと歌おう!)	地域の子ども大好きおじいちゃんやおばあちゃんと一緒に楽しい子育てをしていきましょう。	岩屋地区 民協のみなさん	12	毎月 第4 月曜日	月	朝	無	講座時間=10:00~11:30 対象=乳幼児と保護者 申込=不要 11月・12 月のみ第3月曜日
自 主 成 人 講 座	講座名	内容	講師	回数	期間	曜	時	定員	受講料 備考	
	長崎の魅力再発見	歴史の町長崎で、浦上地区を中心に長崎の魅力を再発見します。また、原爆、世界遺産の視点で長崎を見つめ直します。外海地区の史跡も訪ねます。	東 秀信ほか	7	9/16~ 11/11	水	朝	25	700円 (7回分)	現地研修 (交通費等 自己負担) (最少催行 人員10名)
	パソコン入門	パソコンを便利に使うためのワード基礎講座です。文字入力や簡単な編集などを学びましょう。	学習グループ マウス会	5	9/24~ 10/2	水~金	昼	14	3,000円 (5回分)	別途テキスト 代2,160円 (春の講座受 講者は不要) (最少催行 人員10名)
	秋の野草	道端の野草を観察し、野や山の散策を楽しみながら健康増進を図りましょう。	中村 哲男	5	9/11~ 10/16	金	朝	20	2,000円 (5回分)	(最少催行 人員15名)
	秋の薬草	道端の薬草を観察し、野や山の散策を楽しみながら薬草の知識を学びましょう。	古野 節子	3	10/30~ 11/20	金	朝	20	1,200円 (3回分)	(最少催行 人員15名)
	思い出のメロディー	あなたの青春の一コマを飾った思い出の曲を、懐かしく思い浮かべながら歌ってみませんか。	沖崎 千蔵	5	9/19~ 10/24	土	朝	50	1,000円 (5回分)	(最少催行 人員20名)

地図・連絡先は3ページの下段をご覧ください。

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

香 焼 公 民 館									
講座時間 朝 10:00 ~ 12:00 昼 14:00 ~ 16:00 夜 19:00 ~ 21:00									
	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜 時	定員	備 考	
主 催 講 座	〈成人〉 省 工 ネ 講 座	家庭において電気消費量を日常生活の中で、どうしたら減らすことができるかについて考える。	九州電力 アドバイザー	1	10/9	金 朝	30	申込期間 9/10~10/2 電話又は直接来館	
	子どもとママの ワクワク講座	0才~99才までの老若男女を対象に世界各国の素晴らしいおもちゃや遊びの素晴らしさを紹介する講座です。	高野 幸恵	1	10/28	水 朝	なし	申込不要	
	〈成人〉 映画と時代を考える	映画は時代を反映します。なつかしい洋画や人権啓発映画を…。映画の魅力を楽しんでください。(年6回のうち秋は3回)	公民館職員	3	10/20 12/15 2/16	火 昼	なし	申込不要	
	〈成人〉 笑 い ヨ ガ	科学的データに基づいて笑いの効果と笑って免疫力アップし健康を維持する講座	岩本 千恵子	2	11/13 11/20	金 朝	30	申込期間 10/13~11/10 電話又は直接来館	
	〈成人〉 いきいき健康学	肺炎や呼吸器疾患の治療、最新の治療技術など最新のおはなし。質問にお答えします。	澤井 豊光	1	2/9	火 昼	30	申込期間 1/15~2/3 電話又は直接来館	
	〈成人〉 人権啓発研修会	差別や偏見のない明るい地域社会を目指すため、身近な人権の課題について学習します。	栗山 幸彦	1	1/16	土 朝	30	申込不要	
	〈青少年〉 子ども映画館	アニメ映画を上映。まんが日本昔ばなしシリーズをとても楽しんでいます。映画って…とてもすばらしいです。	公民館職員	3	10/24 12/12 2/20	土 朝	なし	申込不要	
	〈青少年〉 子どもいけばなクラブ	小原流いけばなの基本を学びます。	武次 千津子	4	9/26 10/24 11/28 12/26	土 朝	15	申込期間 9/2~9/16 電話又は直接来館	
	〈青少年〉 子ども折り紙クラブ	いろいろなモノを楽しく折り紙にしよう。	浜田 勇	4	9/19 10/17 11/21 12/19	土 朝	15	申込期間 9/2~9/16 電話又は直接来館	
	〈成人講座〉 エ イ サ ー	沖縄県と鹿児島県奄美群島でお盆の時期に踊られる伝統芸能です。	一倉 麻衣	3	9/12 9/19 9/26	土 昼	20	申込期間 9/1~9/11 電話又は直接来館	
〈成人講座〉 クリスマスケーキ作り	クリスマスケーキを親子で楽しんで作る講座です。	江村 洋子	1	12/19	土 朝	12組	申込期間 11/10~12/11 材料費1組600円 電話又は直接来館		
〈成人講座〉 門 松 作 り	自分の手で門松を作る講座です。	浦川 満好	1	12/26	土 朝	20	申込期間 11/10~12/5 材料費1人500円 電話又は直接来館		
自主 成人 講座	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜 時	定員	備 考	
	〈成人講座〉 K i d s ・ た い む	子どもたちが楽しめるおもちゃや大人も参加できる企画を準備して、お待ちしております。	子育て サークル ベリーベリー	6	9/24 12/24 11/25 1/27 2/24 3/9	木 朝 水	なし	申込不要	
出前 講座	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜 時	定員	備 考	
	〈青少年〉 In・伊王島 子ども映画館	アニメ映画を上映。まんが日本昔ばなしシリーズをとても楽しんでいます。映画って…とてもすばらしいです。	公民館職員	3	10/24 12/12 2/20	土 昼	なし	申込不要 会場 伊王島ふれあいランド	

地図・連絡先は4ページの下段をご覧ください。

外 海 公 民 館									
講座時間 朝 9:30 ~ 11:30 昼 13:30 ~ 15:30 (講座によって時間が変わるものがあります。) ※ 往復はがき、窓口及び電話にて受付									
	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜 時	定員	備 考	
主 催 講 座	外海の自然と歴史①	大野教会と大中尾棚田の歴史散策	神浦ボランティアガйдの会	1	9/11	金 朝	15	集合場所 外海公民館	
	外海の自然と歴史②	福者次兵衛神父・次兵衛岩登山	高橋 渉	1	10/23	金 10:00~ 15:00	15	集合場所 外海公民館 (昼食が必要です)	
	外海の自然と歴史③	出津地区キリスト教関連遺産訪問	外海ボランティアガйдの会	1	11/13	金 朝	15	集合場所 外海歴史民俗資料館駐車場	
	外海の自然と歴史④	神浦石の文化・鷹ノ巣石鋳製作所跡探訪登山	神浦ボランティアガйдの会	1	11/27	金 朝	15	集合場所 外海公民館	
	伝統文化の継承② 「まゆ玉飾り」作り	縁起物として飾られるまゆ玉を作ります。本年度の春講座と同じ内容で実施します。	日宇 みや子	1	9/30	水 朝	15	材料費 700円程度	
	郷土料理体験 (親子魚捌き教室)	親子で参加し、魚をさばく体験教室です。	みなと漁協外海支所	1	11/14	土 朝	15	材料費 親子1組で1,000円	
	俳句入門	初心者向け俳句入門講座です。外海の自然を題材に俳句を作ります。	山川 洋一	1	11/20	金 13:00~ 15:00	15	会場 出津地区公民館	
	パソコン教室② (エクセル入門)	パソコン初心者を対象の講座です。Excel2007を使用します。	公民館職員	5	10/12,19, 26,11/2,9	月 昼	5	5回とおして参加できる方	
	人権啓発研修会	メディアの中に潜む人権侵害(特にいじめ)について学びます。	メディア安全指導員	1	11/28	土 10:00~ 11:30	15	会場 黒崎地区公民館 当日来館受付も致します。	
	パソコン教室③ (ワード入門)	パソコン初心者向け講座です。Word2007を使って、年賀はがきを作ります。	公民館職員	5	11/16,23, 30,12/7,14	月 昼	5	5回とおして参加できる方	
伝統文化の継承③ ミニ門松づくり	ミニ門松づくりお正月を迎える準備をします。	松岡 均	1	12/25	金 朝	15	材料費 500円程度		
スマートフォン教室	らくらくスマートフォンの基本操作を楽しく体験します。初めての方を優先します。	NTTドコモ九州支社 インストラクター	1	1/20	水 昼	15	スマートフォンは公民館で準備します。 最少催行人数 10人		
名画鑑賞会	懐かしい名画の鑑賞会です。	公民館職員	7	毎月第2 土曜日	土 昼	15	当日来館受付も致します。		

地図・連絡先は4ページの下段をご覧ください。

野 母 崎 文 化 セ ン タ ー									
	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜 時	定員	備 考	
主 催 講 座	パ ソ コ ン 講 座	名刺やラベルを作りながら、パソコンの操作を学ぶ。	公民館職員	8	11/4~ 12/23	毎水	14:00~ 16:00	8	申込高浜地区公民館(TEL894-2001)
	秋の高浜さるく	古里に伝わる歴史を学びながら、秋の野山を散策する。 コース:公民館→古里→遠見山→殿隠山→高浜ダム→公民館	公民館職員	1	11/22	日	8:30~ 12:00	20	歩きやすい服装、靴で参加 申込高浜地区公民館(TEL894-2001)
	アロマオイルスプレー作り	自然の材料のアロマオイルを使ったスプレーを作ります。	平井 一郁	1	10/28	水	13:00~ 15:00	15	材料費 600円 申込野母地区公民館(TEL893-2663)
皇 親 人 講 座	講 座 名	内 容	講 師	回数	期間	曜 時	定員	備 考	
	大人のスケッチ ~水彩画をはじめよう~	潮の香りや波の音を聞きながら、ゆったりとした気持ちで淡い色彩やぼかしを生かした透明水彩画を学ぶ。	菅原 真希	4	9月~ 12月	第1木	10:00~ 12:00	10	教材費 1,000円 申込臨海地区公民館(TEL893-0137)

地図・連絡先は4ページの下段をご覧ください。

※ 講師の敬称は省略させていただいております。

三 和 公 民 館											
講座時間 = 朝 10:00 ~ 12:00 昼 13:30 ~ 15:30 申込方法 = 往復はがき・窓口 (はがき持参) 申込多数の場合は抽選											
	講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	備 考		
主 催 講 座	長崎歴史探訪	歴史の町長崎には文化財や史跡が多数存在。歴史、文化にふれながら長崎再発見をします。	山口 広助	3	11/24~12/8	毎週火	昼	30	・現地研修(交通費自己負担) ・申込締切=10/27(火)		
	省エネ講座 よくわかる電気の省エネ	環境にやさしく家計も節約できる省エネライフ	九州電力 ホームアドバイザー	1	11/4	水	昼	30	窓口あるいは電話、FAXでの申込 ・申込締切=10/21(水)		
	健康体操	ストレッチ、筋力トレーニングで元気に楽しくリフレッシュします。	高比良 順子	5	9/9~10/14	毎週水	昼	50	・体操ができる服装(ジャージ、運動靴・長いタオル・マット) ・申込締切=8/12(水)		
	水彩画教室	身近にある美しいと感じたもの、おもしろいと感じたものを絵具で描きます。初心者歓迎	濱崎 彰	4	9/4~9/25	毎週金	朝	20	・講座使用の諸道具及び材料は、各自で準備(詳細は別紙チラシ) ・申込締切=8/7(金)		
	お菓子づくり教室	初心者の方でも失敗なく作れるヘルシーなスイーツを紹介します。ランチにもなります。	高比良 依子	4	9/24~11/5	隔週木	朝	20	・材料費2,000円(4回分) ・エプロン、三角巾、手拭持参 ・申込締切=8/27(木)		
	プリザーブドフラワー教室	行事に合わせて、保存できる花(プリザーブドフラワー)を用い、アレンジを楽しみます。	松口 安	4	10/1~11/12	隔週木	昼	20	・材料費5,000円(4回分)・毎回作品を持ち帰り ・申込締切=9/3(木)		
	名作映画会	心に残る感動の名作映画を上映します。	公民館職員	4	9/18 10/23 11/20 12/16	12月水 他は金	昼	30	・申込不要 上映日時に直接来館		
座	手話教室	聴覚障害者の理解と簡単な手話表現の学習	長崎手話 サークル	4	9/10~10/22	隔週木	昼	30	窓口あるいは電話、FAXでの申込 ・申込締切=8/13(木)		
	いきいき健康学	健康でいきいき過ごすために、身近な疾患に関する話や日常生活の注意について学びます。	市民病院医師	4	9/25~12/18	月1回金	昼	30	・毎回、窓口か電話、FAXでの申込 ・申込締切 ①9/11(金) ②10/16(金) ③11/13(金) ④12/4(金)		
	自主成人講座	講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	受講料	備 考
自主成人講座	薬草で健康	野山を探索して薬草についての基本を学び、自分や家族の健康管理に役立ちます。	古野 節子	5	9/29 10/13 10/20 10/27 11/10	毎週火	朝	20	2,000円 (5回分)	・現地研修 (※各自現地集合) ・申込締切=8/31(月)	
	絵手紙教室	身近なものを題材にした心温まる絵手紙の味を楽しみます。	濱崎 彰	5	10/2 10/16 10/30 11/6 11/20	隔週金	朝	20	2,000円 (5回分)	・材料費=自己負担(少額) ・申込締切=9/4(金)	
	パソコン入門講座 ~初心者のためのワード~	初心者向けのワード入門。文書作成だけでなく、年賀状の作成もします。	谷口 修	①4 ②4 ③8	①12/1~12/4 ②12/8~12/11	①②とも ワード 火~金	朝	①② とも 14	5,200円 (8回分)	・テキスト別途 ・申込締切=11/17(火) ①②のどちらか受講の場合は半額(2,600円)	

地図・連絡先は5ページの下段をご覧ください。

琴 海 文 化 セ ン タ ー										
	講座名	内 容	講 師	回数	期間	曜	時	定員	備 考	
主 催 講 座	《琴海南部文化センター出前講座》 活き生きさわやか塾	身近な学習の場として開設します。9月「心の健康」、10月「介護の支援 基礎編」、11月「介護の支援 実践編」	長崎市地域健康課ほか	3	9/29 10/13 11/17	火	昼	なし	講座時間 13:30~15:30 会場 琴海南部文化センター	
	《琴海南部文化センター出前講座》 子育て響育塾	子育てを親子と共に学ぶ場として開設します。9月「子どものほめ方・叱り方」、10月「保護者交流会」、11月「私はわたし」	琴海保育園長	3	9/8 10/6 11/10	火	朝	なし	講座時間 10:00~11:30 会場 琴海南部文化センター	
	《琴海ささなみ会館出前講座》 暮らし活き生き琴海塾	身近な学習の場として開設します。9月「認知症を学び、地域で支えよう」、10月「スクエアステップ」、11月「名作映画鑑賞会」	琴海地域包括支援センター ほか	3	9/24 10/20 11/20	木 火 金	昼	なし	講座時間 13:30~15:00 会場 琴海ささなみ会館	
座	《高齢者講座》 琴海ふれあい夢大衆	生活に役立つ一般教養や知識等を学びます。9月「介護の支援 実践編」、10月「シャンシャンこころ編」、11月「心の健康」、12月「クリスマスギターコンサート」、1月「演芸大会」、2月「名作映画鑑賞会」	特別養護老人ホーム琴の浦荘 ほか	6	9/17 10/30 11/26 12/18 1/21 2/19	木 金 木 金 木 金	朝	なし	講座時間 10:00~12:00 12/18(金)・2/19(金)は琴海キラリ女性塾と合同開催	
	《女性講座》 琴海キラリ女性塾	生活に潤いを与える女性の学習の場とするために開設します。9月「楽しく歌いましょう」、10月「研修旅行」、11月「ガーデニング講座」、12月「クリスマスギターコンサート」、1月「ピンピンからだ編」、2月「名作映画鑑賞会」	色摩 妍翠 ほか	6	9/11 10/16 11/6 12/18 1/29 2/19	金	朝	なし 30 30 なし なし なし	講座時間 10:00~12:00 材料費が必要な回があります。詳細はお問合せください。	

地図・連絡先は5ページの下段をご覧ください。

公民館講座の申し込みについて

※ 特定の講座については次の方法で申し込みをしてください。

- 申込期間 平成27年8月1日(土)~8月31日(月) (8月31日消印有効)
窓口でのお申し込みは、休館日をご確認のうえ、ご来館ください。
- 決定通知 申し込み多数の場合は抽選を行い、結果は申し込まれた方全員に『はがき』でお知らせします。
抽選は公平に実施されますが、抽選方法等の詳細は各公民館へお問い合わせください。
- 主催講座と自主成人講座について
 - 「主催講座」の受講料は無料ですが、材料費や交通費・入館料の実費が必要となります。
 - 「主催講座」「自主成人講座」ともに講座は「ながさき県民大学連携講座」(市民優先)です。
 - 「自主成人講座」は、開設までのお世話を公民館が行う市民による「自主講座」となります。
 - 「自主成人講座」の費用は、公民館が部屋の使用料、冷暖房料を負担しますが、材料費・交通費等の実費のほか受講料(講師への謝礼)が受講者の負担となります。(受講料は受講者数によって負担額が変わる場合があります。)
 - 欠席や途中キャンセルによる料金の返納はできません。
 - 連続講座は、全回出席を原則とします。
- 問い合わせ 講座内容は、各公民館備え付けの「学習計画表」(チラシ)でご確認ください。
また、ホームページ「長崎市のホームページ」でもご覧になれます。
(<http://www.city.nagasaki.lg.jp>)
- 申込方法 一つの講座ごとに、1枚の「往復はがき」で、それぞれの公民館あてにお申し込みください。
(公民館で直接申し込む時は、決定通知用として『はがき』をご持参ください。)

【往復はがきをご利用の場合】

往信用表面	返信用裏面(公民館記入)
52 往信 長崎市の公民館 御中	空白にしておいてください ※決定通知用です

返信用表面	往信用表面
52 返信 あなたの名前	1. 希望講座名 2. 氏名(ふりがな) 3. 性別・年齢 4. 郵便番号・住所 5. 電話番号

(注) 摩擦熱に反応して文字の判別がつかなくなる可能性があるため、「消せるボールペン」でのはがきの記入はお控えください。