

つどう喜び 学ぶ楽しさ そして夢の実現 谷山北公民館だより 令和7年度9月

発行：鹿児島市谷山北公民館
住所：鹿児島市中山町1246-1
電話：099-269-6391
FAX：099-269-6392

「地域公民館の
公民館だより」
二次元コード→



後期公民館講座の受講者募集！ 9月1日(月)～9月20日(土)必着

谷山北公民館後期講座一覧表

後期公民館講座の受講者を募集します。講座の詳細については一覧表を御覧いただくか、谷山北公民館へお問い合わせください。

種別	講座名	学習内容	回数	予定日 (都合により変更になることがあります。)	時間帯	講師名	定員	曜日	教材費	託児
少年	かるたの達人教室 (講座6回+大会1回)	小倉百人一首に親しみ、かるたの技法や礼儀作法を学び、かるた大会にチャレンジする。	7	10/18,11/1,11/15,11/29 12/6,12/20,1/12 (大会 ※12:50～16:15予定)	9:30～11:30	県かるた協会 落合敦子	15人	土	0円	
家庭教育	すこやか親子ふれあい体操(託児有)	親子でいっしょに体操やリズム遊びをしながら、ふれあいを深める。	6	10/9,10/16,10/23 10/30,11/20,11/27	10:00～12:00	体操指導者 長濱浩子	10組 20人	木	0円	○
成人	楽しく歌おう懐かしの歌【新規】	唱歌や童謡をみんなで楽しく歌いながら、音楽を通して仲間づくりを進める。 【教材費は受講者負担】	6	10/8,10/15,10/22 10/29,11/5,11/12	13:30～15:30	合唱指導者 池田泰子	18人	水	1,200円	
成人	こころ安らぐ初めてのオカリナ	初歩的なオカリナ演奏の基礎・基本を学び、演奏を楽しむ。 【教材費は受講者負担】	6	10/20,10/27,11/10 11/17,12/1,12/8	13:00～15:00	オカリナ指導者 叶由美子	18人	月	4,180円	
成人	生活に役立つ書道入門【新規】	書道の基礎を楽しく学びながら、書に親しみ、生活に生かす。 【教材費は受講者負担】	6	10/8,10/22,11/5,11/19 12/3,12/17	10:00～12:00	書道指導者 松元順洲	20人	水	100円	
成人	プロに学ぶ料理教室(和食)(託児有)	和食のプロの技を学びながら、一工夫加えた料理を楽しむ。 【教材費は受講者負担】	5	10/16,11/20,12/18 1/15,2/19	10:00～13:00	総料理長 中村芳雄	16人	木	4,000円	○
成人	家庭でできる楽しいパンづくり (後期)	パンづくりの技術を楽しみながら、おいしいパンをつくる。 【前期と同じ内容】【教材費は受講者負担】	4	10/8,11/12,12/3,1/14	9:30～13:00	パンづくり指導者 児玉かおる	16人	水	3,800円	
成人	水彩画入門	水彩画の技法について学び、水彩画を描く楽しさを味わう。 【教材費は受講者負担】	6	10/14,10/21,10/28 11/4,11/11,11/18	9:30～11:30	絵画指導者 原口茜	20人	火	1,000円	
成人	気軽に楽しくリズム体操	音楽に合わせて体を動かすことを通して、心と体のリフレッシュを図る。	6	10/6,10/20,10/27 11/10,11/17,12/1	10:00～11:30	体操指導者 前田こども	25人	月	0円	
成人	あなたは大丈夫？ 防ごう消費者トラブル	最新の悪徳商法に関する知識や情報を習得し、消費者トラブルの未然防止に生かす。	1	10/28	14:00～16:00	鹿児島ファイナン シャルプラザ 塩田耕栄	20人	火	0円	
成人	再挑戦/パソコン教室(後期)	パソコン講座受講済者を対象に、Windowsの基礎、Word・Excelの基礎を再度学ぶ。 【前期と同じ内容】【教材費は受講者負担】	7	10/17,10/24,10/31,11/7 11/14,11/21,11/28	9:30～11:30	情報教育指導者 篠原裕美子	18人	金	500円	
成人	エクセル中級 (エクセル初級修了者対象)	串刺し関数・ピボットテーブル・VLOOKUP関数・リスト入力を学び、簡単な家計簿を作成する。 【教材費は受講者負担】	7	10/11,10/18,10/25,11/1 11/8,11/15,11/22	9:30～11:30	情報教育指導者 池田記雄	18人	土	1,000円	
成人	ワード中級 (ワード初級修了者対象)	パソコンに保存されている写真をワードに取り込み、スタイルを設定したり、好きな形にトリミングしたりしながら、オリジナルのアルバムを作成する。 【教材費は受講者負担】	7	10/15,10/22,10/29,11/5 11/12,11/19,11/26	9:30～11:30	情報教育指導者 鎌田茂	18人	水	900円	
成人	柴ちゃんのガーデニング教室	手軽に楽しめるガーデニングの技法を学び、潤いと楽しみのある生活を送る。 【教材費は受講者負担】	6	10/27,11/10,11/17 11/25,12/1,12/8	13:00～15:00	ガーデニング指導者 柴さとみ	20人	月	6,600円	
高齢者	がんばらずに姿勢と体調改善「楽ゆる ヨーガ」(後期)	がんばらない体調改善運動と言われているコンディショニングで筋肉と姿勢を整えた上で基本的なヨーガの動きを行い、心と体の健康づくりを促進する。 【前期と同じ内容】	7	10/6,10/20,10/27,11/17 12/1,12/15,12/22	13:30～15:30	ヨーガ指導者 糸山美保	25人	月	0円	
高齢者	便利！楽しく！スマホアプリ講座 (基本操作習得済者を対象)	スマートフォンのアプリをさらに活用し、便利に楽しくスマートフォンを学ぶ。 【教材費は受講者負担】	7	10/15,10/22,10/29,11/5 11/12,11/19,11/26	13:30～15:30	情報教育指導者 入木民代	12人	水	800円	
高齢者	シニア生き生き元気塾	明るく健康なシニアライフをおくるために必要な健康維持に役立つ知識と簡単な体操・ニュースポーツ・脳トレ等で心と体の元気づけを学ぶ。	7	10/7,10/14,10/21,10/28 11/4,11/11,11/18	14:00～16:00	運動指導者 中村美智子	20人	火	0円	

● 申込方法1＜インターネットでの申込み＞

サンエールかごしま生涯学習プラザ及び地域公民館の講座申込システムが、「鹿児島市生涯学習情報システム(キュートピア・ネット)」から、「**鹿児島市生涯学習講座申込システム**」に変わりました。講座申込には、利用者登録が必要です。「キュートピア・ネット」を御利用の方も、**新規登録をしていただく必要があります。**

サイトのURLから登録ページに進み手続きをお願いします。詳しくは「鹿児島市生涯学習講座申込システム」で検索、または右の二次元コードを読み込んでください。なお、講座申込において、「利用者登録」のみで終了し、申込みが未完了のままにならないように御注意ください。申込方法について御不明な点がございましたら、谷山北公民館へ直接お問い合わせください。



● 申込方法2＜谷山北公民館窓口での申込み＞

谷山北公民館窓口で、直接申し込むこともできます。窓口にある受講申込書に必要事項を記入し、結果連絡用の郵便はがき（1講座につき1枚）を添えてお申し込みください。

● 申込方法3＜往復はがきによる申込み＞

往復はがきに下の事項を記入し、郵送してください。

＜「往復はがき」記入例＞

＜ 往 信 ＞ 85円 〒891-0105 鹿児島市中山町1246-1 谷山北公民館講座 係	※何も書かないで ください。	＜ 返 信 ＞ 85円 〒 - 申込者の住所 氏 名	① 希望講座名 ② 氏 名 (フリガナ) ③ 年 代 ④ 住 所 ⑤ 小学校区名 ⑥ 電話番号 ⑦ 手話通訳希望の有無 【託児有講座の場合】 ⑧ 託児希望の有無 子供の氏名・年齢・性別 (託児対象は、6か月から 小学2年生までです。)
--	---------------------------	--	--

◆ その他連絡事項

受講料は無料ですが、学習に必要な教材費等は受講者負担となります。（受講が決まった方は第1回時に一括納入してください。）また、10月3日（金）までに講座抽選結果が分からない場合は、谷山北公民館へ御連絡ください。

自主学習グループ紹介 あなたも仲間にも！
「オールアタック」



自主学習グループ「オールアタック」は、現在14名の会員で活動しています。
第1・第3水曜日の19時から21時まで、公民館内の体育館で練習を行っており、互いに教えあひながら、基礎練習を行ったのち、試合形式の練習をしています。
駆け引きとショットを決める楽しさ、また、ラリーが続くと、緊張感が増していき、それもバドミントンの楽しさです。
体力づくりにも効果的で、ペアで協力する中で思いやりや親睦を深めることができます。
興味のある方は、ぜひお気軽に見学にお越しください！

9月の主な行事予定		10月の主な行事予定	
○ 毎週水曜日 10:30～11:00 きたぼっぽおはなしのじかん(乳幼児と保護者対象) ※ 予約不要です。お気軽にお越しください。			
1日(月)	後期講座募集(～20日必着)	10日(金)	健康づくり学習室講習会(14:00～15:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。
4日(木)	谷山北地域家庭教育研修会(午前)	18日(土)	土曜おはなしの時間(10:30～11:00)
8日(月)	医療法人協会立看護専門学校交流活動(～11日)	24日(金)	秋のきたぼっぽ読書週間(～11/6)
12日(金)	健康づくり学習室講習会(14:00～15:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。		健康づくり学習室講習会(18:00～19:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。
20日(土)	後期講座募集締切(必着) 土曜おはなしの時間(10:30～11:00)	25日(土)	ビブリオバトル成人大会(午前)
26日(金)	健康づくり学習室講習会(18:00～19:30) ※ 受講される際は、前日までの予約が必要です。	30日(木)	文化祭運営担当責任者会(午前)