

第233号

小野市民館 だより

令和6年3月1日発行
鹿児島市小野市民館
〒890-0021
鹿児島市小野三丁目 13-7
TEL・FAX 099-229-5114

第38回 学習発表会

2月2日(金)に開催

各講座生が、講師のご指導のもと、仲間とともに取り組んだ一年間の講座の成果を披露し、楽しい発表会となりました。

令和5年度講座閉講式

2月2日(金)に開催

令和元年度以降、4年ぶりとなる合同閉講式を実施しました。講座生の皆様、心からお祝い申し上げます。



修了証書授与
「修了おめでとうございます。」



謝辞 「先生方、御指導ありがとうございました。
講座で学んだことを生かして活動していきます。」

～鹿児島県・鹿児島市人権ポスターから～

◎ Be With You (あなたと一緒に)

◎ 知ってほしいみんなの"じんけん"

市民館利用案内

市民館は、市民の皆様方のための施設です。
学習や相談及び交流の場として、お気軽にご利用ください。

○利用時間

年間を通して、午前8時30分から午後10時まで利用できます。
土曜日は、午前中のみ、日・祝日は、利用できません。

○申込方法

学習や会議などで市民館を使用したい時は、使用の2日前までに、直接事務室に「使用許可申請書」で申し込んでください。土・日曜日、祝日等のご利用については、事前に御相談ください。

○相談業務

ただし、営利目的の使用はできません。
生活上の相談、人権に関わる相談などに応じます。お気軽にご相談ください。相談内容の秘密は、厳守します。

○図書室利用

図書の閲覧・貸出しを行っています。貸し出しは、一人5冊まで、2週間以内です。
また、学習のための利用もできます。

☆令和6年度(2024年度)講座生募集(詳細は裏面掲載)

「三味線」講座



元気で熱心に教えて下さる藤野先生と楽しくにぎやかに学んでいます。発表会では「斉太郎節」「新アッコ節」「シャンシャン馬道中唄」の3曲を演奏しました。

「カラオケ」講座



毎月みんなで元気に楽しく歌っています。発表会では「赤い蛍」と「五島椿」の2曲を歌いました。

「フラダンス」講座



「好きにならずにいられない」「カラパキ」「大切なヒナノの香り」の曲に合わせて衣装も考え踊りました。

「講座紹介」



「ヨガ」「健康体操1・2・3・4」「太極拳」講座は、自分の健康づくりのために運動しています。それぞれの講座について、代表の方が詳しく説明をしていただきました。

「夏休み体操教室」



みんなと一緒にいろいろな運動《チューブを使った運動・ラダー(はしご)を使った運動・リズム体操・ペットボトルやボールを使った運動等》を体験しながら、楽しい夏休みの思い出ができました。

同時募集

男性料理教室

年5回 原則第2日曜日
9:30 ~ 12:00

料理の基礎から学べ、いつも笑いが絶えない教室です。

令和6年度(2024年度) 市民館講座の講座生募集案内

開設講座	講座名	定員(人)	回数	曜日	時間	講師	講座案内
	ピラティス	25	各16回 (リラックス筋トレ・スマホは各8回)	第1・3月曜日	13:30～15:30	今村美樹	ピラティスはリハビリを目的として生まれたエクササイズですので、年齢や運動経験に関係なく無理なく身体に負担をかけず、安全に動くことができます。初めての方にも安心です。効果的に筋肉に働きかけて楽しく動いていきましょう。
	書道	30		第2・4月曜日	9:30～11:30	奥山正敏	筆の持ち方や筆の使い方、字形の整え方など初歩から勉強します。初心者の方大歓迎。お手本は、実物大のものを準備します。
	絵手紙	25		第2・4月曜日	13:30～15:30	長野昌代	絵手紙は「へたでいい。へたがいい。」が合言葉。自分らしい絵と文字と言葉で貴方の大切な方への心を込めた絵手紙を届けましょう。基本から楽しく学びましょう。
	三味線	20		第1・3火曜日	9:30～11:30	蕨野洋子	昔から親しまれた三味線で、民謡を練習しながら、日本人の心を再認識してみませんか。初歩から手ほどきいたします。どうぞ気軽に参加してください。
	リラックス筋トレ(前期)	20		第1・3水曜日	9:30～11:30	松浦好克	体幹トレーニングを中心に、ストレッチ、バランストレーニングを織り交ぜながら、総合的に日常に必要な筋力・柔軟性を養います。是非ご参加ください。
	リラックス筋トレ(後期)	20		第1・3水曜日	9:30～11:30		リラックス筋トレ(前期)は、5月～9月、リラックス筋トレ(後期)は、10月～1月で、いずれも水曜日午前の講座です。
	カラオケ	30		第2・4水曜日	9:30～11:30	迫田関治	カラオケは健康のため、仲間づくりのために、男女を問わずとてもいい講座です。初心者でも、すぐ歌えるようになります。きっと楽しいカラオケ講座になると思います。男性の方も気軽にご参加ください。
	童謡・唱歌	30		第2・4水曜日	13:30～15:30	曾木時人	なつかしい童謡・唱歌を味わい楽しみながら、声を出すこと・歌うことの喜びを身体いっぱい感じましょう！テキスト代(660円)が必要です。
	ヨガ	25		第1・3木曜日	9:30～11:30	中西小夜子	始めませんか、ヨガタイム。ヨガは、老若男女を問わず、いつでもどこでもできる、心と体のバランスを保つやさしい健康法です。
	いけばな	20		第1・3木曜日	13:30～15:30	久保美代子	いけばなやアレンジメントフラワーで暮らしを楽しくいってみませんか？
	料理	20		第2・4木曜日	9:30～11:30	大重加代子	我が家の健康は、我が家の食卓から！手軽な料理で、バランスのとれた食生活を心がけましょう。
	フラダンス	25		第2・4木曜日	13:30～15:30	坂之上佐智子	アロハ！ここちよいハワイアン調べに身も心も乗せて、さわやかな汗を流しませんか。気分をリフレッシュしませんか。友達の輪を広げませんか。西日本ハワイアン協会費(3,000円)が必要です。
	健康体操1	25		第1・3月曜日	9:30～11:30	末廣まり子	イスを使った肩痛・腰痛・膝痛などのリハビリを取り入れた気軽にできる運動。認知症予防の脳活性化運動など笑顔で楽しいおしゃべりタイム・健康づくりしませんか。野外活動もあります。
	健康体操2	25		第1・3金曜日	9:30～11:30		心も体もシェイプアップ。簡単なストレッチ体操とリズム体操で、健康で若々しい時間を一緒に過ごしませんか。野外活動もあります。
	太極拳	25		第2・4金曜日	9:30～11:30	林人美	太極拳の基礎を学ぶとともに、運動する楽しさを味わいながら、健康づくりと仲間づくりをしませんか。
スマホ1	10	土曜日(5～7月)		13:30～15:30	吉村里美	スマートフォンの基本操作、基礎知識、地図やスケジュール管理などの基本アプリの使い方、新たにダウンロードして活用できるアプリの紹介、LINEアプリの使い方や活用法など、スマホを楽しく学びましょう。スマホ1は、5月～7月、スマホ2は、9月～11月、スマホ3は、12月～2月で、いずれも土曜日午後の講座です。	
スマホ2	10	土曜日(9～11月)	13:30～15:30				
スマホ3	10	土曜日(12～2月)	13:30～15:30				

- ※ 定員を超えた講座は、抽選で受講者を決定します。
- ※ 「健康体操」については、健康体操1・健康体操2から1講座の申し込みとなります。

- 期間は、4月(開講式後)から1月までが基本です。(ただし、リラックス筋トレ、スマホは除く)
- 8月中は、学習室などを小・中・高生に開放するため、講座は、お休みです。

皆さまのお申込みをお待ちしています

出会い



ふれ合い

学び合い

講座生募集要項

◎対象者

伊敷中学校区及びその周辺地域の市民

◎申込み

- ◇受付期間 3月4日(月)～3月15日(金) 土・日・祝日は除く。
- ◇受付時間 午前8時30分～午後5時15分まで
- ◇本人が、直接市民館に来て、所定の申込書に記入して申し込んでください。他人への依頼や電話での申し込みはできません。

◎受講者決定

- ◇1人2講座まで、定員を超えた講座は、抽選で受講者を決定します。ただし、第3希望は、補欠として受け付け、欠員が生じたら受講できます。
- ◇抽選結果は、4月1日(月)午前9時にロビーに掲示します。当日、仕事などの都合で館に来れない方は、電話で確認できます。

◎受講料

- ◇無料です。ただし、学習教材費等は自己負担です。(スポーツ安全保険の加入を勧めています。)

◎問い合わせ先

鹿児島市小野市民館 電話 229-5114

