

平成28年度

公民館講座募集案内

集いま選科



学びま選科

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	笠間の歴史発見！ 神社編	50名	笠間市史編さん委員 矢口 圭二	水曜日 10:00～11:30 移動学習 9:00～12:00	隠れた笠間の歴史をたどります。 第1回 6/15(水) 石井神社について ～祭神建葉槌命と天神五年・本殿再建～ 第2回 7/20(水) 本戸・南指原の竜神社について ～竜神信仰と村内のもめごと～ 第3回 8/17(水) 岩間・上郷の羽梨山神社について ～縁起と江戸時代の信仰～ 第4回 9/ 7(水) 岩間・泉の愛宕神社 ～火伏せ信仰を中心に～	1,200円
2	笠間の先人たち	50名	笠間市史編さん委員 小室 昭	第3金曜日 10:00～11:30	「かがやく笠間の先人たち」に掲載された近世中期の先人をたどります。 ※テキスト『かがやく 笠間の先人たち』(笠間市発行)は、各自用意。 第1回 6/3(金) 笠間藩の藩政改革に全力を注いだ藩主 牧野 貞喜 第2回 7/1(金) 笠間藩政に進んで協力した西念寺住職 良水 第3回 8/5(金) 穴戸藩政に尽力し名書家の藩主 松平 雷救 第4回 9/2(金) 笠間藩の教育施設を整えた藩主 牧野 貞幹	1,200円
3	えいごカフェ (「え～そうなんだ」それは 「目からうろこ」のお話) 対象:小学2～6年生の保護者 ※第3回は親子参加	20名	オランレワジュ 知代子	金曜日 10:00～11:00	英語教育の現状や英語との向き合いかたなど、ポイントを押さえて保護者の皆さんにお伝えします。気軽にお越しください。 第1回 6/10(金) 小学校の外国語教育の現状と子どもたちの興味や英語に興味を持たせる工夫やコツ。 第2回 7/ 8(金) えいごdeクッキング(クッキングしながら、親も楽しくリスニング体操) 第3回 8/ 5(金) 親子で参加！(おもしろ数字マスター法) 第4回 9/ 9(金) 英検のおはなし(自学とチョットのサポートで合格！)	1,200円 別途教材費等 自己負担
4	おやこヨガ 対象: 親…ママの場合は、1か月 健診受診後、体調に問 題のない方 子…首座り時期～就学前	20組	キッズヨガインス トラクター 子安 美穂	水曜日 10:30～11:00	親子で楽しく遊びながらヨガの効果を感じ、身体本来が持つ自然治癒力と免疫力を高めて、元気に子育てライフを楽しみましょう！！ ☆親子ヨガは二人で行うペアヨガです。歌に合わせてみたり、たくさん会話などを取り入れたりして楽しくやりましょう！親子のコミュニケーションも高まります。 第1回 6/8(水) 第2回 6/22(水) 第3回 7/13(水) 第4回 7/27(水) 第5回 8/10(水) 第6回 8/24(水)	1,800円

※移動学習は、20名以上の参加がなければ実施できません。あらかじめご了承ください。

5	ビューティー・ペルヴィス (骨盤調整)	20名	ビューティー・ペル ヴィス認定インスト ラクター 坂口 悦子	水曜日 10:30~12:00	ペルヴィス(骨盤)を中心に全身を自力調整します。自分の体を知る、気づく、そして 自身で整える。意識して運動し、内外面から美しくなりましょう！ 第1回 6/14(火)ビューティー・ペルヴィスとは 第2回 6/21(火)骨盤底筋について 筋膜とは 第3回 6/28(火)呼吸法(骨盤呼吸)骨盤を立てる意味 第4回 7/ 5(火)意識と感覚を高めて調整しよう 第5回 7/12(火)ビューティー・ペルヴィスサポートプログラム「フローダンス」	1,500円 別途教材費等 自己負担
6	サタデーまなBe~ 対象：小学生	20名	複数講師	土曜日 9:30~11:30 第2回は 9:30~14:00 第4・5回は 9:00~16:30	おいでよ！みて・触れて・体験しよう 第1回 6/11(土) 鉱石で砂絵 第2回 7/ 9(土) 学校給食ソフトめんがでできるまで 工場見学&ソフトめんでクッ キング 第3回 9/10(土) かさまっ子使おうAED 第4回 10/ 8(土) 行方ファーマーズヴィレッジdeおいしい体験 第5回 11/12(土) 科学のまち「つくば」de身近な科学に親しもう！ 第6回 12/10(土) 外国のクリスマスイベント体験	1,800円 別途教材費等 自己負担

短期講座

No	講座名	定員	講 師	開講日・時間	内 容	受講料 (1回300円)
1	かんたんスマホ術	16名	携帯電話会社	7月7日(木) 10:00~11:30	携帯からスマートフォンに変えようか迷っている方。スマホが一般的な携帯電話と比 べてどんなところが便利なのか基本を学びましょう！デモ用のスマートフォンを使っ て体験できます。	受講料300円 別途教材費等 自己負担
2	ハンドメイド「DIY」	15名	小林 道雄	7月10日(日) 10:00~15:00	廃材を使ってガーデニングコンテナをつくります。 玄関先でお花を飾りましょう！	受講料300円 別途教材費等 自己負担
3	ワイワイスイーツ かんたんケーキづくり	16名	公民館職員	後日募集	ボール2個で簡単にできる。混ぜてレンジに「ボン」できあがり。 おもてなしを手作りケーキでいかがですか。	
4	木版画年賀状づくり	15名	複数講師	後日募集	木版画の年賀状は新鮮に映り、気持ちのよい新年を迎えられることと思います。心の こもったごあいさつのために、作品づくりをしませんか。	

※移動学習は、20名以上の参加がなければ実施できません。あらかじめご了承ください。

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	笠間の先人たち～友部編～	30名	南 秀利	水曜日 9:30～11:30 *移動学習の時間は、後日お知らせします。	さまざまな分野で活躍した先人たちの足跡を学びます。 第1回 6/22(水) 宍戸家政と宍戸朝里(講義) 第2回 7/20(水) 秋田実季と松平頼救(講義) 第3回 9/14(水) 松平頼徳、阪場志業と山口勘兵衛(講義) 第4回 10/12(水) 雨富検校、光又柳見齋と鈴木重嗣(講義) 第5回 11/16(水) 笠間の先人の跡を訪ねる(移動学習)	1,500円 別途教材費等自己負担
2	親鸞と恵信尼～笠間市編～	30名	南 秀利	金曜日 9:30～11:30 *移動学習の時間は、後日お知らせします。	笠間ゆかりの親鸞と恵信尼の足跡をたどります。 第1回 6/17(金) 笠間市と親鸞(講義) 第2回 7/15(金) 親鸞の妻 恵信尼(講義) 第3回 9/16(金) 親鸞ゆかりの寺院と伝説(講義) 第4回 10/14(金) 親鸞の跡を訪ねる(移動学習)	1,200円 別途教材費等自己負担
3	まなBe～わんぱく 対象：小学生	30名	複数講師	土曜日 9:30～11:30	体験学習をとおしての友だち作りの講座です。 第1回 6/18(土) チャレンジランキングゲーム 第2回 7/16(土) パタパタペンギン貯金箱 第3回 9/ 3(土) おもしろ理科先生 第4回 10/15(土) わんぱくレスキュー！～はしご車体験～ 第5回 11/19(土) 貝殻アート”オリジナルの海の世界を作ろう” 第6回 12/17(土) クリスマスデコレーションクッキー♥	1,800円 別途教材費等自己負担
4	お天気実験教室 (目指せ！気象予報士) 対象：小学5～6年生	15名	瀧家 透	土曜日 14:00～15:30	実験を通して天気についての理解を深める講座です。 第1回 6/25(土) 空気と水と光のマジック(虹・空色・蜃気楼) 第2回 7/ 2(土) 空気と水のしくみと変化(気圧・風・雲・雪) 第3回 7/ 9(土) うず巻く地球(台風・竜巻・つむじ風)	900円 別途教材費等自己負担
5	体幹トレーニング	15名	鴻田 弘	火曜日 10:00～11:30	代謝アップでハツラツ！！有酸素運動+体幹トレーニングの講座です。 第1回 6/21(火) 第2回 6/28(火) 第3回 7/5(火) 第4回 7/12(火)	1,200円 別途教材費等自己負担
6	菊づくり教室	10名	海老沢 勝治	木曜日 10:00～11:30	初心者歓迎！ドーム菊を育てよう。 第1回 6/16(木) 鉢上げ 第2回 8/25(木) 大鉢への定植 第3回 10/ 6(木) 全体の形づくり	900円 別途教材費等自己負担

※移動学習は、20名以上の参加がなければ実施できません。あらかじめご了承ください。

短期講座

No	講座名	定員	講師	開講日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	ガーデニング教室	30名	近藤 富江	6月30日(木) 9:30~11:30	初夏を飾る寄せ植えを作ってみませんか。	300円 別途教材費等 自己負担
2	うつくしなやか健康運動	15名	Miki (ミキ)	6月24日(金) 10:30~11:30	カラダから脳を活性化！足&脚・骨盤・股関節・肩甲骨など、自力で整える運動を試してみませんか。姿勢・スタイルが良くなる=健康になる	300円 別途教材費等 自己負担
3	ろくろ体験教室	15名	いそべ陶苑	7月7日(木) 10:00~11:30	ろくろを回して、オリジナルの器作りにチャレンジ。 ※現地集合	300円 別途教材費等 自己負担
4	ママは一眼レフカメラマン	15名	小曾納 久男	金曜日 9:30~11:30	一眼レフカメラ(ミラーレス一眼カメラも可)を使いこなそう。 ※一眼レフカメラまたはミラーレス一眼カメラは各自用意。 第1回 7/8(金) 第2回 7/22(金)	600円 別途教材費等 自己負担
5	楽しいハンドメイド	15名	安藤 和代	後日募集	クリスマスリース作りに挑戦。お部屋に飾ってクリスマス気分を盛り上げてみませんか。(11月開講予定)	300円 別途教材費等 自己負担
6	お菓子教室	16名	龍福 綾子	後日募集	簡単本格スイーツ！アモンドショコラと生チョコづくり。(1月開講予定)	300円 別途教材費等 自己負担

夏休み講座

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	夏休みの理科自由研究教室 対象：中学1~2年生	5組	水戸生涯学習センター おもしろ理科先生	土・日曜日 9:30~11:30	理科自由研究のテーマ設定、進め方などを習得する講座です。 第1回 7/17(日) 第2回 7/30(土) 第3回 8/20(土)	900円 別途教材費等 自己負担

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	郷土史教室	30名	岩間歴史懇話会	水曜日 10:00~11:30 *移動学習の時間は、後日お知らせします。	郷土の歴史、史跡、文化財について学びます。 第1回 6/ 8(水) 加賀者の系譜(関東における北陸農民の受け入れ) 第2回 7/13(水) 岩間出身の土浦藩医になった辻元順 第3回 9/14(水) 「辻元順の足跡を訪ねて」安居の墓碑~土浦診療所まで(移動学習) 第4回 10/12(水) 赤穂義士の討ち入り	1,200円 別途教材費等自己負担
2	まなBe~土曜塾 対象:小学生	30名	複数講師	土曜日 10:00~11:30 *移動学習の時間は、後日お知らせします。	体験学習を通して、仲間づくりや行動力を育むことを目的としています。 第1回 6/ 4(土) まゆ玉工作 第2回 7/ 2(土) トートバッグに模様をつけよう 第3回 9/ 3(土) おもしろ理科先生 第4回 10/ 8(土) 砂絵アート 第5回 11/ 5(土) 木の実を採りに行こう!(移動学習) 第6回 12/ 3(土) クリスマス飾りを作ろう(9:00~11:30)	1,800円 別途教材費等自己負担
3	みんなで楽しくシェイプアップ!	30名	スポーツ推進員 小池 幸子	火曜日 10:00~11:30 *移動学習の時間は、後日お知らせします。	みんなで楽しくエアロビクスをしながら、体脂肪を燃焼させましょう! 第1回 6/7(火) 第2回 7/5(火) 第3回 9/6(火) 第4回 10/4(火) ウォーキング(移動学習)	1,200円 別途教材費等自己負担
4	自然観察ウォーキング 対象:3キロ以上歩ける方	30名	県環境アドバイザー 安見 珠子	*時間は、その都度お知らせします。	自然の草木の知識を高めて、ウォーキングをしながら、自然観察をする講座です。 第1回 6/ 1(水) 画像を使っでの講義 第2回 6/14(火) 海浜植物を見に行こう(ひたちなか市)(移動学習) 第3回 11/24(木) 奥久慈散策(大子町)(移動学習)	900円 別途教材費等自己負担
5	ジオサイトを歩こう 対象:5キロ以上歩ける方	30名	堤 徳郎	*時間は、その都度お知らせします。	何億年にもおよぶ壮大な地球の歴史・大地の魅力に触れて学ぶ講座です。 第1回 6/17(金) 筑波山地域ジオサイトを歩く(かずみがうら市)(移動学習) 第2回 7/28(木) 笠間市内ジオサイトを歩く(移動学習) 第3回 9/15(木) 県北ジオサイトを歩く(高萩市)(移動学習)	900円 別途教材費等自己負担
6	消しゴムはんこ作り教室	20名	日本絵手紙協会公認講師 室谷 亜紀子	水曜日 10:00~12:00	消しゴムを自分で彫ってみて、工作絵手紙を作りましょう。 第1回 6/22(水) 暑中見舞い 第2回 9/ 7(水) ハロウィン 第3回 11/30(水) クリスマス工作	900円 別途教材費等自己負担

※移動学習は、20名以上の参加がなければ実施できません。あらかじめご了承ください。

●笠間・友部・岩間公民館共通の講座●

No	短期講座名	定員	講師	開講日・時間	内 容	受講料 (1回300円)
1	【夜活】「見て、聞いて、 学んで、食べる」講座 パート1	16名	東京薬科大学客員教授 篠原 久仁子 栄養士 河野 麻美 管理栄養士 坂本 絵里	6月25日(土) 19:00~20:30 会場：笠間公民館	薬膳・ハーブを活かしたヘルシー料理のコツ 講師による料理のデモンストレーションを通して学ぶ講座です。季節の食材を使っ て、手軽にできるレシピで一食500kcalに押さえるメニューです。講師が作った料 理は、夕食としていただくことができます。 メニュー：春のロールキャベツ、五味子酢和え、デトックス茶粥、クコと竜眼肉の パウンドケーキ	300円 教材費等 1,000円
2	【夜活】「見て、聞いて、 学んで、食べる」講座 パート2	16名	東京薬科大学客員教授 篠原 久仁子 栄養士 河野 麻美 管理栄養士 坂本 絵里	7月14日(木) 19:00~20:30 会場：岩間公民館	美肌対策のヘルシー薬膳 講師による料理のデモンストレーションを通して学ぶ講座です。季節の食材を使っ て、手軽にできるレシピで一食500kcalに押さえるメニューです。講師が作った料 理は、夕食としていただくことができます。 メニュー：アスパラガスと豆乳のスープ、野菜のテリーヌバジルソース、鶏のハー ブソルト焼き、低糖食パン	300円 教材費等 1,000円
3	【夜活】「見て、聞いて、 学んで、食べる」講座 パート3	16名	東京薬科大学客員教授 篠原 久仁子 栄養士 河野 麻美 管理栄養士 坂本 絵里	7月19日(火) 19:00~20:30 会場：笠間公民館	フレッシュハーブのヘルシー薬膳 講師による料理のデモンストレーションを通して学ぶ講座です。季節の食材を使っ て、手軽にできるレシピで一食500kcalに押さえるメニューです。講師が作った料 理は、夕食としていただくことができます。 メニュー：レモングラスのトムヤムクン風スープ、香味野菜たっぷりうなぎちらし、 トマトの冷たい含め煮、冷たいココナッツ緑豆ぜんざい	300円 教材費等 1,000円
4	【夜活】「見て、聞いて、 学んで、食べる」講座 パート4~8	16名	東京薬科大学客員教授 篠原 久仁子 栄養士 河野 麻美 管理栄養士 坂本 絵里	後日募集	講師による料理のデモンストレーションを通して学ぶ講座です。季節の食材を使っ て、手軽にできるレシピで一食500kcalに押さえるメニューです。講師が作った料 理は、夕食としていただくことができます。(8~12月実施予定)	
5	パソコン教室 【ワード基礎】	12名	NPO法人 なかなかワーク	6月19日(日)・ 26日(日) 9:30~11:30 会場：笠間公民館	「入力がスラスラできるようになりたい」「仕事で使うとなるとちょっと不安」など、 ワードの基礎を学びたい方のためのパソコン講座。イラスト入りの簡単な文書作成 などを行います。 ※ワード・エクセル2007以降がインストールされたパソコンを各自持参	600円 別途教材費等 自己負担
6	パソコン教室	12名	NPO法人 なかなかワーク	後日募集 会場：友部公民館	Word・Excelを中心とした中級者向けパソコン講座。(9月開講予定)	
7	パソコン教室	12名	NPO法人 なかなかワーク	後日募集 会場：岩間公民館	Word・Excelを中心とした中級~上級者向けパソコン講座。(2月開講予定)	

募集要項 よくお読みいただき、ご応募ください。

〈応募期限〉 平成28年5月10日(火) 必着

〈応募資格〉 市内在住・在勤の方

〈申込み方法〉 最寄りの公民館窓口、または次の必要事項を明記してFAXかはがきでお申し込みください。

※FAX送信後は、必ず受信確認の電話をしてください。

※電話での受付はいたしません。

はがきで複数の講座に申し込む場合は、1人1つの講座につきはがき1枚でお申し込みください。

【成人対象の講座の申込み】	【子ども対象の講座の申込み】
①受講希望講座名 ②郵便番号・住所	①受講希望講座名 ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな)
③氏名(ふりがな) ④年齢・性別	④年齢・性別 ⑤学校名・学年 ⑥保護者名
⑤電話番号(自宅または緊急連絡先)	⑦緊急連絡先

〈受付時間〉 午前9時～午後5時15分(月曜日休館)

〈受講者の決定〉 定員を超えた場合は抽選となります。結果は、申込みの方全員にお知らせします。

〈受講料〉 ○各講座とも1回につき300円 ※金額が改定されていますのでご注意ください。

○初回に各種講座の受講料を一括納入していただきます。また原則として、納入された受講料はお返しできませんのでご了承ください。

〈教材費等〉 ○テキスト代・教材費・移動学習などに要する費用は、別途自己負担となります。

※開催日前1週間以内のキャンセルについては教材費をいただきます。

〈その他〉 ○天候および講師の都合等やむをえない事情で、講座日程および内容等が変更になることがあります。

○受講権利の譲渡はできません。

○募集定員に満たない場合は、開講できない場合があります。

○広報等に講座の写真に掲載する場合があります。あらかじめご了承のうえお申し込みください。

〈問合せ先〉 笠間公民館 〒309-1613 笠間市石井2068-1 TEL0296-72-2100

友部公民館 〒309-1737 笠間市中央3-3-6 TEL0296-77-7533

岩間公民館 〒319-0294 笠間市下郷5140 TEL0299-45-2080

※申込みの際に提出された個人情報、受講者への連絡や案内書の送付など、講座運営のために必要とする場合にのみ使用します。本人の承諾なしに第三者に提供することはありません。