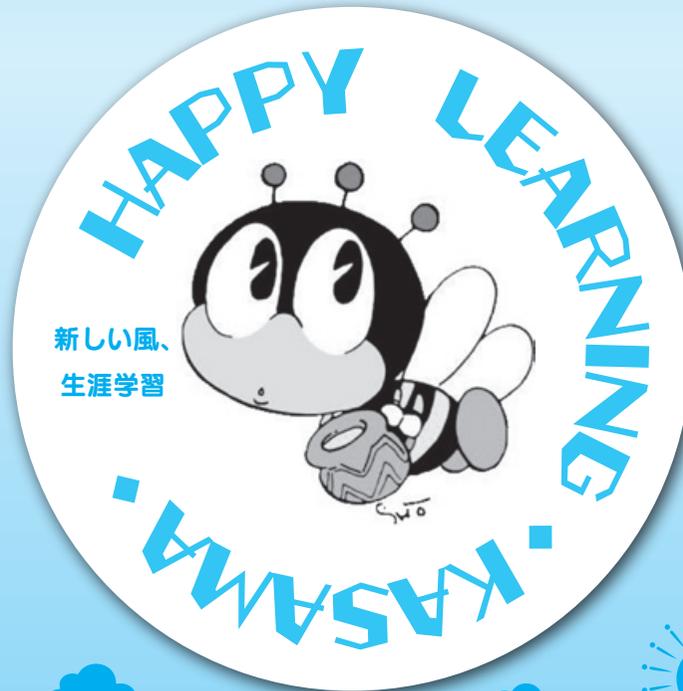


平成29年度

# 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	歴史講座 パート1 (笠間市と茨城県内市町村の交流の歴史をたどる)	50名	笠間市史研究員 矢口 圭二	第2水曜日 10:00~11:30	笠間市と茨城県内市町村の交流の歴史をたどります。 第1回 6/14(水) 笠間市と常総市(旧石下町) 長塚節・仏の山峠伝説そして富士山の歌碑 第2回 7/12(水) 笠間市と水戸市 小宮山昌園壘と紀行文「筑波大宝記」(仏の山峠伝説・大淵天神社の書) 第3回 9/13(水) 笠間市と水戸市 亀井有斐・栗田勤父子と笠間地域の碑文 第4回 10/11(水) 笠間市と結城市 18世紀半ば、結城町の俳人砂岡雁宕と紀行文「雫の森」 第5回 11/ 8(水) 笠間市と茨城町 茨城町野叢の俳人佐久間青郊と岩間・愛宕神社の句碑 第6回 12/13(水) 笠間市と桜川市 加藤桜老と岩瀬・磯部神社 第7回 1/10(水) 笠間市と土浦市 土浦藩藩主土屋陳直と紀行文「岩間紀行」	2,100円
2	歴史講座パート2 (笠間の村と笠間の由来)	50名	茨城地方史研究会 会長 久信田 喜一	第2金曜日 10:00~11:30	笠間の村と笠間の由来を学びます。 第1回 6/ 9(金) 「笠間の村」と「笠間」の由来 第2回 7/14(金) 中世の笠間—笠間時朝を中心に— 第3回 9/ 8(金) 親鸞と稲田の草庵 第4回 10/13(金) 笠間藩浅野家と忠臣蔵 第5回 11/10(金) 日本史上からみた忠臣蔵—元禄時代と日本文化— 第6回 12/ 8(金) 笠間藩牧野家の支配と文化	1,800円
3	大人の塗り絵 (気分はアーティスト)	20名	岩淵 幸子	第3木曜日 10:00~11:00	じっくりと絵と向き合いながら色を選び、思い思いに色を塗っていく作業は、ストレス解消になるだけでなく集中力を高めたり、脳を万遍なく使うことで脳の刺激にもなります。絵が苦手な方でも大丈夫。塗り絵はブルーな心を和らげる効果もあります。 第1回 6/15(木) 第2回 7/20(木) 第3回 9/21(木) 第4回 10/19(木) 第5回 11/16(木) 第6回 12/21(木)	1,800円 教材費 1,026円
4	子育てパパママ講座 0歳~2歳児と家族対象 ※申し込み時点の年齢	15組	複数講師	第3日曜日 10:30~12:00	babyとおでかけしましょう! 家族で楽しく元気に子育てライフを楽しみましょう!! 第1回 6/18(日) パパママのための癒しのコンサートリーディング 音楽と共に絵本の読み聞かせ 第2回 7/16(日) 小児救急 急な熱やひきつけに救急車? こんな時どうしたらいいの? 第3回 10/15(日) 時短クッキング 炊飯器で簡単料理 第4回 11/19(日) かわいい! 癒される! 赤ちゃんの撮り方のコツ伝授 第5回 12/17(日) かわいい写真をインテリアとして飾りましょう	1組1,500円 別途教材費等 自己負担
5	暮らしを楽しむ	25名	複数講師	第3水曜日 9:30~11:30 ※時間変更あり	毎日の生活の中には感性を磨く機会はたくさんあります。その感性を講座を通して、人とのコミュニケーションを養い、心を充実させましょう。 第1回 6/21(水) ゴキブリ退治団子づくり (環境にもやさしい撃退団子) 第2回 7/19(水) 身体メンテナンス 手作り酵素ジュースづくり&カラフルジャーゼリー 第3回 9/20(水) 里山クラフト まゆ玉無添加化粧水を作る 第4回※10/25(水) (移動教室) 第5回 11/15(水) 紙粘土DIYオブジェをつくろう! ほのぼのと昭和の風景がよみがえる 第6回 12/20(水) 素敵な玄関正月飾り 第7回 1/17(水) ひな額づくり	2,100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)
6	6つの健康づくり	25名	複数講師	第1木曜日 9:30～11:30 ※時間変更あり	「身体・経済・生活・地域・教育文化・環境」6の健康を学びましょう！ 第1回 6/ 1(木) 身体健康 大人のリズム体操(有酸素運動で心肺機能を高めます) 第2回※ 7/ 6(木) 経済健康 市場のマルシェ(地方卸売市場見学) 第3回※ 9/ 7(木) 生活健康 食品ロスキッチン「NO.FOODLOSS」 第4回 10/ 5(木) 地域健康 防災・カセットコンロdeクッキング 第5回※ 11/ 2(木) 教育・文化健康 郷土の歴史を訪ねる&地元のソウルフードを食べよう！ 第6回 12/ 7(木) 環境健康 景観「葉ボタンのハンキング」づくり	1,800円 別途教材費等 自己負担
7	茨城の薬草を学ぶ	25名	製薬研究員 栗原 孝	第3金曜日 9:00～16:00 ※時間変更あり	古来から日本でも薬草は人々の健康に役立てられてきました。 茨城の薬草を学びましょう！ 第1回※ 6/16(金) 薬草のおはなしと地元の薬草 第2回 7/21(金) (株)ツムラ見学(漢方記念館・薬草園) 稲敷郡阿見町 第3回 9/15(金) 筑波山(男体山自然研究所で観察) つくば市 第4回 10/20(金) 水戸市植物園(養命酒ハーブガーデン・講義 水戸藩と薬草) 水戸市 第5回 11/17(金) 御前山・那珂川観察 城里町 第6回※ 12/15(金) 薬草と効能・製薬製剤・漢方薬について&漢方を煎じてみよう！	1,800円 入園等自己負担
8	健康得とく講座	40名	薬剤師 佐野 かおる	第1水曜日 9:30～11:30	四季に合わせた健康にまつわる知っ得講座。自分のからだをいたわりましょう！ 第1回 6/ 7(水) 湿度が高いと身体はどうなる？ 湿気が体に与える影響 第2回 7/ 5(水) 熱中症ならないために。経口補水液ってなに？ 梗寒性の病気にならないために 第3回 9/ 6(水) 秋バテ対策について 秋バテってなに？ 秋ってどんなふうにと体調を崩しやすいの？ 第4回 10/ 4(水) 秋の気圧と体調変化 呼吸のトラブルの多い時期！ 腹式呼吸を練習しよう！ 第5回 11/ 1(水) 冬に向かう体づくり 風邪は万病のもと。免疫力を高めよう！ 第6回 12/ 6(水) 一年を締めくくりましょう！ 年末年始の食事。いい習慣悪い習慣	1,800円
9	男の学び応援講座	20名	笠間市史研究員 ジオパーク研究員 ほか	第1火曜日 9:30～11:30	リタイア生活を送っている方など、外へ出かけませんか！ マップを見ながら、楽しくウォーキング。笠間の歴史と文化の発見！(7キロ以上歩ける方対象) 第1回 6/ 6(火) 稲荷神社周辺巡り(笠間地区) 第2回 7/ 4(火) 小原の寺・古墳から酒蔵巡り(小原地区) 第3回 9/ 5(火) 笠間の城跡巡り(笠間地区) 第4回 10/ 3(火) 愛宕山・滝巡り(岩間地区) 第5回 11/ 7(火) パワースポット巡り(稲田地区寺院・稲田姫神社ほか) 第6回 12/ 5(火) リクエスト巡り(受講生からの要望)	1,800円
10	麻美のおしゃべりキッチン (薬局栄養士が教える カンタン健康レシピ)	20名	栄養士 河野 麻美	第4日曜日 10:30～13:30	四季折々の旬の素材を織り交ぜた健康を考え、自ら食への意識の向上を図れるような、アットホームな健康料理教室を行います。 第1回 6/25(日) 魚介とセロリの炒め物、甘酒ドレッシングのサラダ 第2回 7/23(日) スッキーニポート、炙りガツオのハーブ添え 第3回 9/24(日) 梨とエビの美肌炒め、白きくらげのデザート 第4回 10/22(日) 鮭のとろろ蒸し、りんごの春巻き 第5回 11/26(日) 参鶏湯風スープ、黒豆と百合根の炊き込みご飯 第6回 12/24(日) 鶏手羽の八角煮、金柑とかぶの和え物	1,800円 材料費 (1回700円)

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
11	リンパケア&ストレッチ	20名	金田 光代	火曜日 10:00~11:30	筋肉の緊張と収縮を緩めることで、このリンパ間質液を「流れやすい状態」にし、細胞に必要な酸素や栄養素を行き渡らせ、また老廃物もスムーズに排泄することができるよう体のケアをしましょう。 第1回 6/20(火) 第2回 6/27(火) 第3回 7/ 4(火) 第4回 7/11(火) 第5回 7/18(火) 第6回 7/25(火)	1,800円
12	サタデーまなBe~ 対象:小学校・義務教育学校の1~6年生 (市内在住・在学) ※第5回は保護者の方と参加	30名	複数講師	土曜日 9:30~11:30 ※時間変更あり	みんなで「チャレンジ」しましょう! 第1回 6/10(土) けん玉にチャレンジ(集中力、バランスを養う) 第2回※ 7/ 8(土) ソニー科学館(光・音のラボ) 第3回※ 9/ 9(土) 手巻ずしの日 「くる(9)くる(9)の日」クッキング!! 第4回 10/14(土) 「ラボ」お楽しみに! 第5回 11/12(日) 親子でわくわく里山探検&川で魚ゲット! 第6回 12/ 9(土) 外国の文化にチャレンジ	1,800円 別途教材費等 自己負担

## 友部公民館

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	笠間と忠臣蔵	30名	南 秀利	金曜日 9:30~11:30 ※移動学習の時間 等は、後日お知らせします。	笠間藩出身の3人の四十七士や、浅野氏と笠間について学びましょう。 第1回 7/14(金) 笠間藩主時代の浅野氏(講義) 第2回 9/ 8(金) 笠間から赤穂への転封(領土替え)(講義) 第3回 11/17(金) 忠臣蔵事件と討入(講義) 第4回 12/ 8(金) 忠臣蔵ゆかりの地をたずねる(移動学習)	1,200円 別途教材費等 自己負担
2	地図と測量の茨城の先人	30名	南 秀利	水曜日 9:30~11:30 ※移動学習の時間 等は、後日お知らせします。	小笠原諸島の測量を行った、測量・航海術の小野友五郎、世界地図に名を残す測量・探検家の間宮林蔵、日本地図の先駆者、地理学者の長久保赤水を学びましょう。 第1回 6/14(水) 小野友五郎生誕200年にちなんで(講義) 第2回 7/19(水) 間宮林蔵の樺太探検(講義) 第3回 9/20(水) 長久保赤水と松平頼救(宍戸藩五代藩主)(講義) 第4回 10/18(水) 長久保赤水生誕300年記念展示等(移動学習)	1,200円 別途教材費等 自己負担
3	ガーデニング教室	30名	近藤 富江	水曜日 9:30~11:30	初心者でも挑戦できる寄せ植えで、四季折々の植物を楽しみましょう。 第1回 6/21(水) 初夏を飾る寄せ植え 第2回 7/12(水) 緑が涼しげな観葉植物の寄せ植え 第3回 11/22(水) クリスマスから早春まで楽しめる寄せ植え	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)
4	菊づくり教室	10名	海老沢 勝治	火曜日 10:00~11:30	初心者でも簡単！まるくふんわり咲くドーム菊を育てましょう。 第1回 6/20(火) 菊苗を植木鉢に植え替えよう 第2回 8/29(火) 成育状況の確認と、秋に向けての枝の手入れ 第3回 10/ 3(火) まるくふんわり、全体の形づくり	900円 別途教材費等 自己負担
5	和を楽しむハンドメイド	12名	複数講師	木曜日 9:30~11:30	“和の素敵”を体験してみませんか？和風なハンドメイドに挑戦しましょう。 第1回 6/15(木) やわらかな竹で編む小さな花かご作り 笠間市笠間4044-1 Jギャラリー (現地集合) 第2回 7/20(木) 針も糸も不要！8種類の簡単おしゃれな風呂敷バック作り 第3回 9/14(木) 和風も素敵！レジンを使ったアクセサリー作り	900円 別途教材費等 自己負担
6	まなBe~わんぱく 対象:小学校・義務教育学校の1~6年生 (市内在住・在学) ※第5回は保護者の方と参加	30名	複数講師	土曜日 9:30~11:30 ※移動学習の時間 等は、後日お知らせします。	体験学習をとおしての友達作りの講座です。11月の講座は親子で挑戦しよう!! 第1回 6/17(土) 挑戦！体を動かすゲーム 第2回 7/15(土) フリフリわんちゃん貯金箱(牛乳パックで工作) 第3回 9/ 2(土) おもしろ理科先生(簡単な実験に挑戦) 第4回 10/21(土) レッツトライ!! 笠間焼 ※笠間工芸の丘集合(手ひねり) 第5回 11/18(土) 親子Deレスキュー ※笠間消防署集合(保護者も参加) 第6回 12/16(土) 作って食べる！お楽しみ体験(小麦粉を材料にクッキング)	1,800円 別途教材費等 自己負担

## 夏の親子チャレンジ講座

No	講座名	定員	参加対象	開講日・時間	会場	内容	受講料 (1回300円)
7	親子De挑戦! 笠間焼	15組	市内在住・在学の 小学校・義務教育学校の 1~6年生とその保護者	7/ 9(日) 9:30~11:30	笠間工芸の丘 笠間市笠間2388-1 (現地集合)	夏の思い出に親子で一緒に、手ひねりに挑戦しよう!! ※親子(保護者の方と2人1組)でご参加いただく講座です。 ※作品は8月末に完成予定です。	1組300円 別途教材費等 自己負担
8	【後日募集】 親子De挑戦! かさまをまなBe~!	15組	市内在住・在学の 小学校・義務教育学校の 4~6年生とその保護者	8月開催予定	笠間市内にある工場	思わぬ発見や感動が必ずあるはず。 世界に挑戦するものづくりの工場を見学しよう!! ※親子(保護者の方と2人1組)でご参加いただく講座です。	1組300円 別途教材費等 自己負担

## 短期講座

No	講座名	定員	講師	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
9	多肉植物の寄せ植え教室	30名	近藤 富江	6/28(水) 9:30~11:30	お手入れとっても簡単！ぷにぷにかわいい多肉植物の寄せ植えに挑戦しましょう。	300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 はその都度お知らせします。	郷土の歴史、史跡、文化財について学びます。 第1回 6/ 7(水) 岩間の俳句、奉納額 第2回 7/ 5(水) 六所神社のいわれ 第3回 9/ 6(水) 愛宕の縁起を読み解く 第4回 9/27(水) 古代道を辿る 国府石岡~勿来関へ(移動学習)	1,200円 別途教材費等 自己負担
2	元氣UP!シェイプUP! 教室	30名	笠間市 スポーツ推進委員 小池 幸子	火曜日 10:00~11:30 ※移動学習の時間 はその都度お知らせします。	音楽に合わせて全身を使って、ステップ動作を行い、楽しみながら脂肪燃焼するエクササイズです。 第1回 6/ 6(火) 第2回 7/ 4(火) 第3回 8/ 1(火) 第4回 9/ 5(火) ウォーキング(移動学習)	1,200円 別途教材費等 自己負担
3	自然観察トレッキング	30名	茨城県 環境アドバイザー 安見 珠子	木曜日 ※時間はその都度 お知らせします。	自然観察をしながらトレッキングをし、自然の草・木・花の知識を高める講座です。 第1回 6/ 8(木) 佐白山散策(市内)(移動学習) 第2回 6/29(木) 小木津山散策(日立市)(移動学習) 第3回 11/ 9(木) 御前山周辺散策(常陸大宮市)(移動学習) ※トレッキングとは、特に山頂にはこだわらず、山の中を歩くことを目的とします。 ※対象:7キロ以上歩ける方	900円 別途教材費等 自己負担
4	ジオサイトを歩こう	30名	筑波山ジオパーク 推進協議会員 堤 徳郎	木曜日 ※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 6/22(木) 笠間市内(笠間地域)ジオサイトを歩く(移動学習) 第2回 9/28(木) 県北地域ジオサイトを歩く(常陸大宮市)(移動学習) 第3回 10/12(木) 笠間市内(岩間地域)ジオサイトを歩く(移動学習) 第4回 11/16(木) 筑波山ジオサイトを歩く(つくば市)(移動学習) ※対象:7キロ以上歩ける方	1,200円 別途教材費等 自己負担
5	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	火曜日 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 7/11(火) パースデーカード作り 第2回 9/12(火) ランチョンマットに模様をつけよう 第3回 11/28(火) 年賀状作り	900円 別途教材費等 自己負担
6	まなBe~土曜塾 対象:小学校・義務教育学校の1~6年生 (市内在住・在学) ※第5回は保護者の方と参加	30名	複数講師	土曜日 10:00~11:30 ※移動学習の時間 はその都度お知らせします。	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/ 3(土) HIP HOP ダンスにチャレンジ♪ 第2回 7/ 1(土) おもしろ理科先生 第3回 8/ 5(土) 夏の工作モノづくり 第4回 10/ 7(土) 植物・昆虫をかんざつしよう(移動学習) 第5回 11/18(土) おたのしみ!?親子ハンドメイド教室(保護者も参加) 第6回 12/ 2(土) クリスマス飾りを作ろう	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	曜日・時間	内容	受講料 (1回300円)
7	寄せ植え教室 「可愛い多肉植物の世界」	20名	フラワー アレンジメント講師 安藤 和代	6/ 8(木) 13:00~15:00	秋には紅葉も楽しめる、多肉植物の寄せ植えと管理方法などを学ぶ講座です。	300円 別途教材費等 自己負担

## 三館開催講座

No	講座名	定員	講師	開講日・時間	内容	受講料 (1回300円)
1	パソコン教室 【パソコン入門】	12名	NPO法人 なかなかワーク	6/17(土)・18(日) 2日間コース 9:30~11:30 会場:岩間公民館	パソコンが初めての方を対象にマウスの動かし方、文字入力の基礎として変換や改行など詳しくゆっくり解説します。 ※Word・Excel2007以降がインストールされたパソコン各自持参	600円 教材費等 400円
2	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)	
3	パソコン教室	12名	NPO法人 なかなかワーク	後日募集 会場:笠間公民館	Word・Excelを中心とした中級~上級者向けパソコン講座(11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〉  
 〈応募資格〉  
 〈応募方法〉

平成29年5月9日(火)

市内在住・在勤の方

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お願いします。

※電話での受付はいたしませんのでご注意ください。

【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 ③住所	①受講希望講座名 ②郵便番号 ③住所 ④氏名（ふりがな）
④氏名（ふりがな） ⑤年齢・性別	⑤性別 ⑥学校名 ⑦学年 ⑧保護者氏名
⑥電話番号	⑨電話番号 ⑩緊急時連絡先（携帯等）

〈受付時間〉  
 〈受講者の決定〉  
 〈受講料〉

午前8時30分～午後5時15分（月曜日休館）

定員を超えた場合は抽選となります。結果は、お申し込みの方全員にお知らせします。

○各講座とも1回につき300円

○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ご負担いただきます。

〈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などが変更になることがあります。

○受講は申込者ご本人のみとさせていただきます。

○募集人員に満たない場合は、開講できない場合があります。

○広報等に講座写真を掲載する場合があります。あらかじめご了承ください。

〈問合せ先〉

笠間公民館 〒309-1613 笠間市石井2068-1 TEL 0296-72-2100 FAX 0296-72-2103

※笠間公民館は工事のため、受付窓口は笠間市民体育館2階です。

友部公民館 〒309-1737 笠間市中央3-3-6 TEL 0296-77-7533 FAX 0296-78-3278

岩間公民館 〒319-0294 笠間市下郷5140 TEL 0299-45-2080 FAX 0299-45-7612

※申し込みの際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。