

# 令和6年度 公民館活動教室 学習計画書 (1-1)

吹上公民館  
TEL 43-2931

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月14日 (火)	洋裁リフォーム教室 ①	古布でエプロンドレスづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
5月21日 (火)		古布でエプロンドレスづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
5月28日 (火)		古布でエプロンドレスづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
6月11日 (火)		古布でエプロンドレスづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
11月19日 (火)	洋裁リフォーム教室 ②	古布でパンツづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
11月26日 (火)		古布でパンツづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
12月3日 (火)		古布でパンツづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
12月10日 (火)		古布でパンツづくり	9:30 ~ 12:30	3	佐藤 千鶴子	10	ホール		手工芸
2月5日 (水)	終活講座	供養整理 「仏壇じまいと墓じまい最新情報」	10:00 ~ 12:00	2	佐々木 博一	20	ホール		教養
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	3	9回		26.0H		100人			

# 令和6年度 女性学級 学習計画書 (1-1)

※男女問わず参加可能ですが、一部女性限定の講座もあります。

吹上公民館  
TEL 43-2931

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月8日 (水)	頭皮マッサージ教室 (実技と講話)	シャンプーの選び方と頭皮マッサージ	10:00 ~ 12:00	2	田山 純子	10	講義室		健康
6月27日 (木)	寄せ植え教室	秋まで楽しめる寄せ植え	10:00 ~ 12:00	2	田代 一実	8	講義室		自然
9月5日 (木)	腸もみ健康教室	自分でできる腸もみ健康づくり	10:00 ~ 12:00	2	堀米 裕子	10	和室	女性限定	健康
9月12日 (木)		自分でできる腸もみ健康づくり	10:00 ~ 12:00	2	堀米 裕子	10	和室	女性限定	健康
12月9日 (月)	骨盤ストレッチ教室	冷え・むくみの解消と腰痛予防	10:00 ~ 12:00	2	廣谷 洋子	10	和室	女性限定	健康
12月16日 (月)		冷え・むくみの解消と腰痛予防	10:00 ~ 12:00	2	廣谷 洋子	10	和室	女性限定	健康
計	4	6回		12.0H		58人			

# 令和6年度 高齢者教室 学習計画書 (1-1)

吹上公民館  
TEL 43-2931

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
6月26日 (水)	健康ストレッチ教室	健康ストレッチとセルフリンパマッサージ	10:00 ~ 12:00	2	山本 直子	20	ホール		健康
7月3日 (水)		健康ストレッチとセルフリンパマッサージ	10:00 ~ 12:00	2	山本 直子	20	ホール		健康
10月23日 (水)	温活ストレッチ教室	リンパマッサージとストレッチで 基礎代謝を上げる	10:00 ~ 12:00	2	吉崎 路子	20	ホール		健康
10月30日 (水)		リンパマッサージとストレッチで 基礎代謝を上げる	10:00 ~ 12:00	2	吉崎 路子	20	ホール		健康
11月27日 (水)	らくらく体操教室	転倒予防と筋力アップ	10:00 ~ 12:00	2	斉藤 あかね	20	ホール		健康
12月4日 (水)		転倒予防と筋力アップ	10:00 ~ 12:00	2	斉藤 あかね	20	ホール		健康
12月17日 (火)	クリスマス ミニコンサート	サクセスとピアノの音色でクリスマス を楽しむ	10:00 ~ 12:00	2	ハルモニア 杉本 孝幸・杉本 洋子	30	ホール		音楽
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	4	7回		14.0H		150人			

# 令和6年度 市民学校 学習計画書 (1-1)

吹上公民館  
TEL 43-2931

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月30日 (木)	ステップアップ料理教室 「ロールケーキ」	季節の果物でロールケーキを作る	12:30 ~ 15:30	3	志村 一雄	16	調理室		料理
7月10日 (水)	ステンドグラス教室	ステンドグラスでスタンドミニかがみを作る	10:00 ~ 13:00	3	鳥谷部 敦子	6	講義室		手工芸
9月11日 (水)	ステップアップ料理教室 「パン作り」	いろいろな種類のパンを作る	9:30 ~ 12:30	3	管野 泰明	16	調理室		料理
10月25日 (金)	クラフトかごづくり	クラフトテープでおしゃれな整理かごづくり	13:00 ~ 15:00	2	金見 純子	6	講義室		手工芸
11月1日 (金)		クラフトテープでおしゃれな整理かごづくり	13:00 ~ 15:00	2	金見 純子	6	講義室		手工芸
11月8日 (金)		クラフトテープでおしゃれな整理かごづくり	13:00 ~ 15:00	2	金見 純子	6	講義室		手工芸
11月15日 (金)		クラフトテープでおしゃれな整理かごづくり	13:00 ~ 15:00	2	金見 純子	6	講義室		手工芸
11月20日 (水)	ステップアップ料理教室 「クリスマス」	クリスマス料理を作る	10:00 ~ 13:00	3	沢野 節子	16	調理室 講義室		料理
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	5	8回		20.0H		78人			

# 令和6年度 家庭教育学級 学習計画書 (1-1)

吹上公民館  
TEL 43-2931

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
5月27日 (月)	赤ちゃんとママの スキンシップ体操	子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 ~ 12:00	2	川口 太陽	16	和室	親子8組・母親限定	家庭教育
6月24日 (月)		子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 ~ 12:00	2	川口 太陽	16	和室	親子8組・母親限定	家庭教育
7月22日 (月)		子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 ~ 12:00	2	川口 太陽	16	和室	親子8組・母親限定	家庭教育
9月30日 (月)		子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 ~ 12:00	2	川口 太陽	16	和室	親子8組・母親限定	家庭教育
10月21日 (月)		子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 ~ 12:00	2	川口 太陽	16	和室	親子8組・母親限定	家庭教育
11月18日 (月)		子どもの発達に合わせた ベビーエクササイズ	10:00 ~ 12:00	2	川口 太陽	16	和室	親子8組・母親限定	家庭教育
7月29日 (月)	手づくりクラブ	クラフトテープでかご作り(1~3年)	10:00 ~ 12:00	2	佐々木 雪江 齋藤 裕子	6	和室		家庭教育
7月30日 (火)		クラフトテープでかご作り(4~6年)	10:00 ~ 12:00	2	佐々木 雪江 齋藤 裕子	6	和室		家庭教育
8月6日 (火)	子どもパソコン教室	ゲーム感覚でプログラミングを体験	10:00 ~ 12:00	2	(特非)IT事業セン ターはちのへ	8	講義室		家庭教育
8月7日 (水)		ゲーム感覚でプログラミングを体験	10:00 ~ 12:00	2	(特非)IT事業セン ターはちのへ	8	講義室		家庭教育
8月20日 (火)	子どもクッキング(夏)	夏のスイーツを作る	10:00 ~ 13:00	3	橋本 三枝子	16	調理室 講義室		家庭教育
1月8日 (水)	子どもクッキング(冬)	ワンプレートランチを作る	10:00 ~ 13:00	3	追切 裕子	15	調理室 講義室		家庭教育
			~						
			~						
			~						
			~						
計	5	12回		26.0H		155人			

# 令和6年度 市民IT講習会 学習計画書 (1-1)

吹上公民館  
TEL 43-2931

月 日 曜日	講座名	内 容	学習時間	時間数 (H)	講師	募集人数 (人)	実施場所	メ モ	分類
6月4日 (火)	スマホ講座(1)	ネット検索・QRコード・カメラ・人気のアプリの使い方などを知る	10:00 ~ 12:00	2	森 淑乃	10	講義室		ICT
6月5日 (水)		ネット検索・QRコード・カメラ・人気のアプリの使い方などを知る	10:00 ~ 12:00	2	森 淑乃	10	講義室		ICT
6月6日 (木)		ネット検索・QRコード・カメラ・人気のアプリの使い方などを知る	10:00 ~ 12:00	2	森 淑乃	10	講義室		ICT
1月20日 (月)	スマホ講座(2)	ネット検索・QRコード・カメラ・人気のアプリの使い方などを知る	10:00 ~ 12:00	2	森 淑乃	10	講義室		ICT
1月21日 (火)		ネット検索・QRコード・カメラ・人気のアプリの使い方などを知る	10:00 ~ 12:00	2	森 淑乃	10	講義室		ICT
1月22日 (水)		ネット検索・QRコード・カメラ・人気のアプリの使い方などを知る	10:00 ~ 12:00	2	森 淑乃	10	講義室		ICT
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
			~						
計	2	6回		12.0H		60人			