

## 2025(令和7)年度 後期

## 大分南部公民館 教室・講座募集案内

NO.	教室・講座名	実施曜日	時間	回数	受講料(総額)	定員	内容
-----	--------	------	----	----	---------	----	----

◆**子どもたちのために** ※はがきで申し込む際は「こどもの名前」「学校名・学年」「保護者名」をご記入ください。

1	親子宇宙教室	土曜日 12/13	18:00~	1回	無料	15人	天体や星空の観察、宇宙のなりたちのお話などから、宇宙を身近に感じることができる教室です。
---	--------	--------------	--------	----	----	-----	--

◆**青年のために**

2	ヨガ de シェイプ	土曜日 10/18、11/15、12/20、 1/17、2/21	10:00 ~12:00	5回	1,500円	15人	ヨガ体験で体と心をリラックスしませんか。20、30代の男女を中心にした教室です。お子様(小学生まで)連れの参加も可能です。
---	------------	--	-----------------	----	--------	-----	---

◆**女性のために**

3	女性のための健康教室	水曜日 開級日 10/8	10:00 ~12:00	10回	3,000円	20人	ヨガを通して、心身を強化し健康増進のヒントを学んでみませんか。女性の健康についてのお話もあります。
---	------------	--------------------	-----------------	-----	--------	-----	---

◆**成人のために**

4	ヘルシーキッチン	金曜日 10/17、11/21、 12/12、1/16	10:00 ~12:00	4回	1,200円 材料費別途 3,800円	12人	「健康なからだづくりは、食事から」。食材に含まれる栄養素の働きや薬膳などの食事づくりを学ぶ料理教室です。 <託児あり(1歳~)>
5	初めてのZUMBA® ~代謝UP エクササイズ♪~	金曜日 10/10、10/24、11/14、 12/5、1/9、2/6、 2/20	10:00 ~12:00	7回	2,100円	20人	ラテンを中心とした世界の音楽に合わせて行うダンスフィットネスです。ズンパで気持ちのよい汗をかいて、心も身体もリフレッシュしましょう。初心者大歓迎です。

◆**豊かな地域づくりのために**

6	NANBUふるさと 再発見	土曜日 10/11、11/8、 12/20、1/17	10:00 ~12:00	4回	無料	10組	個人・グループでの参加可能です。地域の史跡などを現地学習します。郷土愛を育み、次世代へ伝える活動です。 *毎回、集合場所が異なります。集合場所までご自身で来られる方の参加をお願いします。
7	人権問題学習講座	木曜日 11/13、11/27、 12/4	10:00 ~12:00	3回	無料	30人	様々な人権問題について考え、差別のない社会を目指し人権意識を高めていきましょう。

◆**パソコン教室**

8	実務でWord講座	火・金曜日 11/7、11/11、11/14、 11/18、11/21	14:00 ~16:00	5回	無料	10人	パソコンでの文字入力ができる方対象の講座です。表・画像の挿入などを学習し、回覧板や行事のお知らせの書類を作成します。(パソコン持ち込み可)
9	実務でExcel講座	火・金曜日 11/25、11/28、12/2、 12/5、12/9	14:00 ~16:00	5回	無料	10人	パソコンでの文字入力ができる方対象の講座です。関数・グラフなどを学習し、名簿や収支報告書を作成します。(パソコン持ち込み可)

申し込みにあたっての注意事項

申込期限: **2025(令和7)年9月12日(金) 受付締め切り**

公民館窓口と電話での申し込みは、火~土曜日は8:30~17:15、日曜日は8:30~12:30  
なお、月曜日・祝日(月曜日が祝日の場合は火曜日も)の窓口業務はありません。【はがき申し込みの場合は当日消印有効】

申込方法: ① 公民館窓口、または電話かはがき(1講座につき1枚)でお申し込みください。(FAX・電子メールでの受付は致しません。)  
② 大分市のホームページの「文化・スポーツ・観光」→「生涯学習」→「地区公民館」からもお申し込みできます。

注意事項: ① 一人で複数の教室・講座をお申し込みできます。  
② 定員を超えた場合は抽選を行います。(結果は9月下旬に通知する予定です。)  
③ 日程や回数、受講料は変更する場合があります。  
④ 定員に満たない場合は、開講できないことがあります。  
⑤ 一度納められた受講料は、お返してできませんのでご了承ください。

電子申請  
二次元コード→



【はがき記入事項】

85	大分南部公民館行	希望教室・講座名
	大分市大字曲一三番地	郵便番号
		住所
		受講者名(ふりがな)
		年齢(生年月日)
		学校・学年
		保護者名(ふりがな)
		電話番号

大分南部公民館 〒870-0946  
大分市大字曲1113番地

お問い合わせ先  
097-568-0055

※往復はがきは使用しないでください。

※教室・講座及び託児等について予定通り実施できない場合は、公民館より連絡致します。