

2025(令和7)年度 前期・通年

大南公民館

教室・講座 募集案内



この案内は、最寄りの地区公民館に置いています。

4月12日(土) 受付締め切り

掲載の教室・講座は、前期(5月～9月)実施のもの、教室・講座の前に★印がある通年(5月～3月)実施のものがあります。後期(10月～3月)実施分は、8月初旬にご案内する予定です。

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

◆こどもたちのために

※はがきで申し込む際は「こどもの氏名」「学校名・(新)学年」「保護者氏名」をご記入ください。

1	ジュニアクッキング	土曜日 5/24, 6/21, 7/19, 8/9, 9/20	9:30 ～12:00	5回	1,000円 材料費別途 3,500円	16人	食材の切り方、煮る・焼く・蒸すの調理法を学びます。おいしくて簡単にできる料理を作ります。 (小学校4～6年生対象)
2	えいごであそぼ	土曜日 開級日5/10	10:00 ～11:00	8回	1,600円	15人	英語の歌やコミュニケーションゲームを楽しみながら、英語に触れ、外国文化や習慣の初歩を学びます。 (小学校1～2年生対象)
3	夏休みこども教室	夏休み (7月下旬～ 8月上旬)	10:00 ～12:00	4回	無 料 材料費別途	10～ 16人 程度	夏休みに手芸・プログラミング等の教室を予定しています。詳しくは、夏休み前に学校を通してチラシでご案内します。

◆女性のために

★ 4 大南よろず体験塾

★ 4	大南よろず体験塾	第3金曜日 5/16, 7/18, 9/19, 11/21, 1/16	10:00 ～12:00	5回	1,500円 材料費別途 3,000円	16人	毎回違う講師を招き様々な体験講座を行います。趣味や生きがい、仲間づくりのきっかけにしませんか。 《託児有り》 第1回：癒しのヨモギバックづくり 第2回：セルフリンパ講座 第3回：大人の社会見学 第4回：スワッグづくり 第5回：『行事食に学ぶ』（予定）
-----	----------	--	-----------------	----	---------------------------	-----	---

◆高齢者のために

★ 5 健康づくりピラティス
～心も体もエクササイズ～

★ 5	健康づくりピラティス ～心も体もエクササイズ～	第2・4 木曜日 開級日5/22	10:00 ～11:30	16回	4,800円	20人	ヨガ的なストレッチ要素を取り入れながら、体幹のインナーマッスルを鍛えます。体のゆがみを改善し、正しい姿勢へと導きます。体の硬い方におすすめです。 (65歳以上対象)
6	健康マージャンで脳活 (前期)	火曜日 開級日5/20	10:00 ～12:00	8回	2,400円	16人	認知症対策としても人気の「賭けない・飲まない・吸わない」健康マージャンをすることで、脳を活性化させます。 認知症予防につなげ、健康寿命を延ばしましょう。

◆成人のために

★ 7 体にいいけん！
太極拳

★ 7	体にいいけん！ 太極拳	土曜日 開級日5/17	9:30 ～11:00	16回	4,800円	40人	初心者を対象に太極拳を初歩から学びます。脚筋力、バランス能力の向上、リラクゼーション効果で、健康の保持・増進に役立ちます。
★ 8	免疫力アップ リンパ教室 ～体操&セルフケア～	第2・4 金曜日 開級日5/9 (10月は第1金)	10:00 ～11:30	16回	4,800円 材料費別途 500円	20人	体操とセルフケアで身体の免疫力を高めるための、リンパドレナージュを学びます。リンパを流して心も身体も整えましょう。
★ 9	大南ベーカリー	第2水曜日 開級日5/14	9:30 ～12:00	8回	2,400円 材料費別途 4,000円	16人	ご家庭で気軽にできるパンやお菓子(洋・和菓子)づくりを学びます。 今年度から通年で8回実施になります。

NO.	教室・講座名	実施曜日	時間	回数	受講料(総額)	定員	内容
★10	歴史散歩	偶数月 第1木曜日 6/5,8/7,10/2, 12/4,2/5	9:30 ～11:00	5回	1,500円	20人	大分市内の歴史的文化遺産について、講話や現地踏査を通して学びます。

◆豊かな地域づくりのために

★11	NEW レッツ ボランティア (家庭教育支援ボランティア養成講座)	第1金曜日 開級日6/6 (10月のみ 第2金)	10:00 ～12:00	8回	無 料	20人	ボランティアの語源は、ラテン語のvolo (ウォロー) にさかのぼります。意味は「自分の意志でする」。講座を通してボランティアの種類やノウハウを知り、やりたいことを見つけましょう。張りのある毎日にレッツ トライ!《託児有り》
★12	手作り甲冑教室	土曜日 開級日5/10	13:30 ～15:30	16回	無 料 材料費別途 5,000円	10人	厚紙で甲冑を作る教室です。細かい作業をコツコツと進め、リアルなミニチュア模型(縦50cm 横20cm)が完成します。
★13	古文書解読事始め ～大友文書を読む～	第3木曜日 開級日5/15	9:30 ～11:00	10回	無 料	20人	大友家に関係のある中世文書を読み解き、戦国～安土桃山期の豊後の盛衰を学んでいきます。
★14	大南人権セミナー	水曜日 6/25,7/23, 8/27,11/26, 2/25	10:00 ～12:00	5回	無 料	30人	部落差別(同和問題)をはじめ、こども、女性、障がい者等の人権にかかわる様々な問題の解決に向け、学びます。
15	人権・同和問題専門講座	水曜日 9/3,9/17, 9/24	10:00 ～12:00	3回	無 料	20人	部落差別(同和問題)を中心とした様々な人権問題の解決をめざして学びます。

◆あたたかい家庭づくりのために

★16	子育てクラブ『スマイル』 (乳幼児家庭教育学級)	第2火曜日 開級日5/13 (10月は第1火、 1月は第4火)	10:00 ～11:30	8回	無 料 材料費別途 500円	10人	乳幼児を持つ保護者を対象に、発達段階に合わせたリズム遊びを通じてこどもとの関わりを学びます。英語遊びでファーストタイムイングリッシュ体験はいかがですか。
-----	-----------------------------	--	-----------------	----	----------------------	-----	--

◆パソコン教室

17	スマホ実用講座	水曜日 6/18,6/25, 7/2,7/9, 7/16	10:00 ～12:00	5回	無 料 資料代別途 300円	10人	初心者を対象とした教室です。ご自分のスマートフォン(iPhone・Androidいずれも可)を持参していただき、基本操作を学習します。 (※らくらくスマホの方は対象外です)
----	---------	---------------------------------------	-----------------	----	----------------------	-----	---

申し込みにあたっての注意事項

申込期限 2025(令和7)年4月12日(土) 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 **受付締め切り日必着**】



電子申請二次元コード↑

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」→
「公民館・生涯学習施設」からもお申し込みできます。

【はがき記入事項】

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4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、お返しできませんのでご了承ください。

85	8797761	希望教室・講座名 ・郵便番号 ・住所 ・受講者氏名(ふりがな) ・年齢(幼児の場合は生年月日) ・学校名・(新)学年 ・保護者氏名(ふりがな) ・電話番号 ・託児の子の氏名(ふりがな) ・託児の子の生年月日
大南公民館	大分市中戸次 四四九一番地の二	

大南公民館 〒879-7761 大分市中戸次4491番地の2 **お問い合わせ先** 097-597-0259 ※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。