

No. 33

2025 (令和7年).4.1

編集発行

公民館だより編集委員会 (會津稽古堂内)
〒965-0871 福島県会津若松市栄町3番50号
☎ (0242) 22-4700

イキイキ、ワクワクの
各種講座がスタート♪



湊みのりの大学 米袋でマイ(米)バッグづくり (湊公民館)

各公民館の最新情報は
会津若松市ホームページで
確認することができます
ホームページ: <https://www.city.aizuwakamatsu.fukushima.jp/bunya/shogaigakushu/>



スマートフォン用

各館市民講座受講生募集のご案内 (申込方法は12ページに記載)

會津稽古堂	2	神指分館	3
北公民館	4	南公民館	5
大戸公民館	6	一箕公民館	7
東公民館	8	湊公民館	9
北会津公民館	10	河東公民館	11
きてみてやって公民館・講座申込方法・編集後記		12	

会津稽古堂

〒965-0871 栄町3番50号
TEL (22) 4700
FAX (22) 4702

小学生親子向け

親子で学ぶインターネットとプログラミング講座

- ▽対象…小学生とその保護者
- ▽期間…7月～8月
- ▽内容…基礎・発展コースに分かれて実施

親子でパン作り

- ▽対象…小学生とその家族
- ▽開催…夏休み中
- ▽費用…材料費等実費負担あり



どんな形にしようかな
(親子でパン作り)

中学生・高校生向け

バンド講座

- ▽対象…中・高校生
- ▽開催…初級・中級各1回
- ▽内容…ドラムやエレキギターのテクニックを学ぶ。



ドラムやエレキギターを学んでみませんか (バンド講座)

稽古堂の講座については、募集情報を随時更新しています。
最新の情報はこちらからご覧ください。



保護者向け

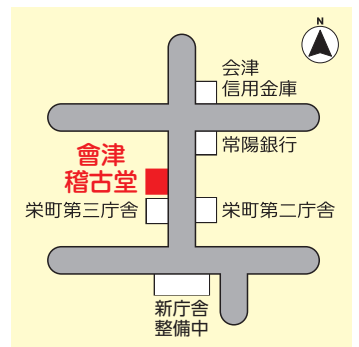
子育て応援講座 (PTA研修会)

- ▽対象…小中学校保護者
- ▽期間…6月～10月
- ▽受講生は、5月頃学校配布のチラシで募集します。

一般(成人)向け

生涯学習講座

- ▽対象…成人 20名程度
- ▽期間…9月～11月 5回



はじめてのインスタグラム講座

- ▽対象…成人 15名程度
- ▽開催…6月 2回
- ▽費用…無料・申込不要
- ▽開催日・内容は市政だより等でお知らせします。

立正大学 デリバリーカレッジ

- ▽対象…成人 50名程度
- ▽開催…6月～7月 2回
- ▽申込み多数の場合は抽選となります。

各種講師紹介制度

生涯学習指導者紹介

- ▽対象…市内在住、在勤または在学するおおよそ10名以上の団体

イベント情報

ライブリックシアター

- ▽期間…毎月1回
- ▽費用…無料・申込不要
- ▽開催日・内容は市政だより等でお知らせします。

会津稽古堂まつり

- ▽開催…9月27日(土)



音楽で癒しの時間を
(会津稽古堂まつり)

▼会津稽古堂については、はがき・封書・FAXでの申込は受け付けておりません。申込方法はホームページでご確認いただくか、お電話でお問い合わせください。

稽古堂の講座等の詳細については、電話にてお問い合わせください。

講義と現地学習で会津の歴史を多面的に学びます。

▽対象…成人 25名

▽期間…6月～10月 6回
主に水曜日午後

▽内容…小田山は歴史の宝庫、会津型の歴史と今、会津と渋沢栄一

▽講師…加藤遥さん（市文化スポーツ課）、木幡江里子さん（喜多方市）、吉田博行さん（会津坂下町）

▽費用…実費負担あり

▼現地までバスで移動します。

〒 965
0063
TEL (22) 1782
FAX (22) 1782
神指町大字高瀬字大道東105番地

いい音ね！
ほのぼのコンサート

講義と現地学習で会津の歴史を多面的に学びます。

▽対象…成人 25名
▽期間…6月～10月 6回

専門家の歌声や演奏する楽器が織りなすハーモニーの世界を楽しめます。

▽内容：小田山は歴史の宝

▽対象：成人 25名程度
▽期間：8月21日(木)、

▽講師：加藤遥さん（市文）

▽内容：クラシック2回、

▽演奏…アンサンブルMA
TT、會津葵会

そば打ち体験教室

十割そばの打ち方を達人から2回習うことで、より確かな技術を身に付けます。

▽対象：成人 15名
▽期間：11月17日（月）、

▽内容：「練る・延ばす・切

▽講師…神楽会

なるほど自然塾
 身近な会津の野山を散策し、自然に親しみ、心と体をリフレッシュします。
 ▼対象：成人 25名
 ▼期日・内容・講師：

▽対象：成人 25名
▽期日・内容・講師：

▽費用：実費負担あり
▼2回とも参加出来る方。

楽しく学ぶ漢字講座

漢字の起こりや変遷について、テーマを絞って学びます。

▽対象：成人 15名
▽期日：7月2日(水)・

16(水)・30日(水)
の午前

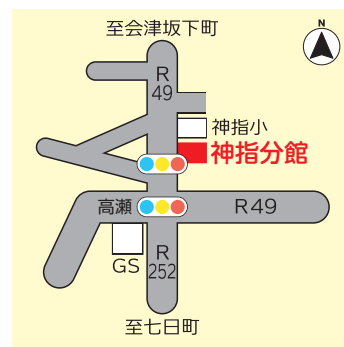
▽内容…漢字の起源や変遷を学び、篆刻でオリジナル印をつく

ります。
▽講師：萩原孝さん（喜多

▽費用：実費負担あり

なるほど自然塾

身近な会津の野山を散策し、自然に親しみ、心と体をリフレッシュします。



『神指ちよこボラ隊』は、ちょっとしたボランティア活動をしている団体です。

昨年度は、登校の安全見守りや花壇整備、図書整理や読み聞かせ、校外学習の見守り支援や裁縫・ミシン学習支援、タブレット操作支援、茶道体験補助、低学年児童との昔遊び、放課後子ども教室の安全管理などを行いました。

今年度も、さらに拡充していきたいと考えています。「できることに、できることを、できる範囲で」がモットーです。この時間なら…、こんなことなら…で構いません。先ずは、ご連絡を！

未来を担う子どもたちのために、一緒に活動しませんか。大勢の方の参加をお待ちしています。

①対 象 神指地区在住であれば、だれでもOKです。
②方 法 直接、電話・FAX等でご連絡ください。
③期 限 期限はありません。いつでもOKです。
④その他 不明な点があれば、お気軽にお電話ください。

☎ 22-1782 (FAX同じ)

○6月4日(水)
もりっ子の里中山森林公園(喜多方市) 蓮沼
憲二さん ※昼食持参
○10月22日(水)
柳津森林公園(柳津町)
佐竹修二さん

▼現地までバスで移動します。

▼どちらか一回だけの参加も可能です。申込時に記載してください。

顔^{がんば}晴れ!ふれあい大人塾

健康づくりとものづくりに関するさまざまな活動をしながら、参加者同士の交流も深めます。

▽対象…成人
25名

▽期間…6月～9月 6回

主に火曜日午後

▽内容…健康づくり（健康体操、食生活改善、ニュースポーツ）、ものづくり（陶芸、エコクラフト、紙の立体アート）など

▽費用…実費負担あり

▽やりたい内容だけの参加も可能です。



ふれあい大人塾（健康体操）

3

北公民館

〒965-0077

高野町大字上高野字村前28番地
TEL (25) 4044
FAX (24) 6419

くらし彩り講座

女性限定の講座です。月に一度、仕事や家事を忘れて公民館で自分のための実になる時間をすごしませんか。

さまざまなジャンルの学びを通じて暮らしにいろどりを。

▽対象：成人女性 15名

▽期間：5月～12月 8回

主に木曜日午後

▽内容：郷土の学び（移動学習、会津のはなし）

・くらしの中の学び（芸術鑑賞、軽運動、書に触れる、防災）等
▽費用：材料費等の実費負担あり



もしものそなえ～簡易段ボールトイレ製作中（くらし彩り講座）

いなほふれあい学級

明るく元気に、心豊かな生活を送ることを目指して、同年代のみなさんと一緒に活動しながら、月に1度楽しい時間を過ごしませんか。

軽運動などを取り入れ、健康に関する講座を中心に活動します。

▽対象：60歳以上 20名

▽期間：6月～11月 6回

主に月曜日午前

▽内容：健康講座、軽運動、バスでの移動学習など

▽費用：材料費等の実費負担あり



和菓子づくりでホッとひと息（いなほふれあい学級）

週末親子チャレンジ

地域の方から学ぶものづくり体験など、親子で楽しく挑戦していつもとは違う週末を過ごしませんか。

学年や地域を超えて交流を深めながら活動します。

▽対象：小学1～6年生と保護者 15組

▽期間：6月～12月 5回

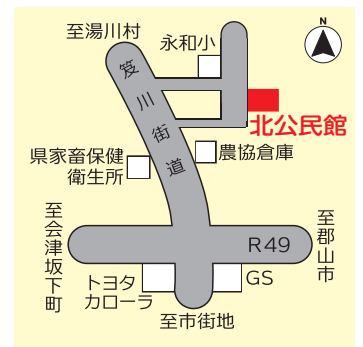
程度 主に土曜日

▽内容：しめ縄づくり、そば打ち体験、レクリエーション活動など

▽費用：材料費等の実費負担あり

町北高齢者学級

明るく楽しく豊かな人生を送るため、受講生同士親睦を深めながら、有意義な学びを体験をしてみませんか。



講座で作成した手工芸品は、北地区文化祭に展示を予定しています。

▽対象：町北地区の60歳以上の方 30名

▽期間：5月～12月 8回

主に第3水曜日午前

▽内容：健康講座、バスでの移動学習、ものづくり（文化祭出品作品）など。

▽費用：運営費・材料費等実費負担あり

永和ものづくり楽校

家庭料理やそば打ち、手工芸、川からカワスゲを刈り取って乾燥させ「しめ縄づくり」を行なっています。

ものづくりを体験し、後の世代に伝統の技を伝えていきたいと思います。

▽対象：成人 20名

▽期間：6月～12月 9回

▽費用：運営費二千円程度その他材料費等の実費負担あり

種からはじめるほうきづくり

ほうきの材料となる「ほうきもろこし」の種まきから刈取りまで行い、座敷ば

お知らせ

永和小と第六中の学校行事・授業や放課後子ども教室（永和いなほキッズ）の活動において、「できること」を「できる範囲」で支援してくださる、地域の応援団（ボランティア）を募集しています。

●地域学校協働活動
学校行事や授業のサポート、図書の読みかきなど

●放課後子ども教室
体験活動の見守りなど

○ご不明な点は北公民館までお問い合わせください。



ほうきもろこしは4mもの高さに成長します（ほうきづくり）

うきを作ります。

▽対象：成人 15名

▽期間：5月～10月 11回

▽内容：畑仕事（種まき、杭打ち、柵づくり、刈取り）、乾燥、脱穀、ほうき製作

▽費用：運営費二千円程度

北公民館への申し込み方法は最終ページ（P12）をご覧ください。

南公民館

〒965-0842

門田町大字中野字大道西13番地
TEL (27) 4835
FAX (27) 6751

小学生向け

みなこー夢広場

広場に集まる仲間たちと、笑顔あふれる夢体験！
高学年を対象として、ものづくり体験を中心に活動します。

ワクワクドキドキ、楽しく元気にチャレンジしてみませんか。

▽対象…小学4～6年生

▽期間…6月～12月 6回
各回20名程度（地区を問いません）

▽内容…木工クラフト、昔玩具作り体験、押花アート体験、お



門田地区文化祭を盛り上げました（みなこー夢広場）

一般（成人）向け

私のサラダ SDGsを自分ごとく

「食」をテーマに、SDGsの大切さを学びます。

楽しみながら、自分にできる「SDGs」をさがしてみませんか。講話や移動学習のほか、エコクッキング教室も開催します。

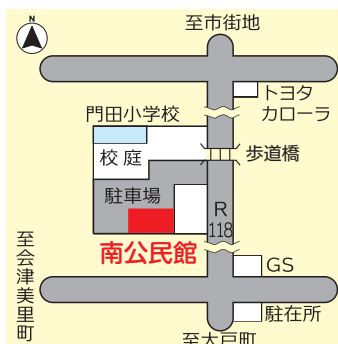
▽対象…成人

▽期間…5月～7月 3回
日曜日午前



移動学習の様子（私のサラダ）

▽費用…菓子教室、門田地区文化祭参加などを予定しています。材料費等実費負担あり。



▽内容…会津大学短期大学部などから講師をお招きし、講話や移動学習（農作業体験）、料理教室を行います。

▽費用…一部の回で実費負担あり

門田町再発見

住み慣れた町の魅力を再発見する講座です。

地域の歴史などを学びながら、新たな感動に出会いませんか。

▽対象…成人

▽期間…7月～10月 3回
各回15名程度
木曜日午前

▽内容…地域内の施設を訪れ、地元の魅力を再発見します。

受講生は、現地集合・解散です。実費負担なし

中高年齢層向け

ふれあうよろずカフェ

軽体操や軽運動で体調を整え、健康で生き生きと楽しく生活するために役立つ様々な学びを通して、参加者同士の交流を深めます。カフェに行く感覚で気軽にご参加ください。

▽対象…成人

▽期間…5月～3月 14回

▽内容…主に火曜日午前と他に金曜日の回あり
軽体操、健康講座、



楽しく世代間交流（ふれあうよろずカフェ）

▽費用…金曜日の一部の回は、実費負担あり

門田地区 学校支援ボランティア 募集中です!!

門田地区では地域の団体や個人の方々にご協力をいただきながら、地区内4ヶ所の小中学校から依頼があった授業のサポートを行っており、現在、登録ボランティアとして45名の方々に活動いただいています。

将来の門田地区を支える子どもたちのために、可能な範囲で結構ですので、学校支援ボランティアとして参加してみませんか。

学校支援活動

第五中、門田小、城南小、小金井小
例：プール清掃や花苗植栽、遠足安全見守り、算数、家庭科など

申込方法

電話又はFAXで①氏名②住所③電話番号④協力可能な曜日をお知らせください！ご連絡お待ちしております!!

くわしくは南公民館のホームページや南公民館だより、または南公民館へお問い合わせください。
4月～9月の間駐車場工事を行いますので、車でお越しの場合、乗り合わせにご協力ください。

大戸公民館

〒969-5122

大戸町上三寄香塩479番地
TEL (023) 2373
FAX (023) 3449

大戸の歴史講座

身近な歴史を学ぶことは先人の知恵を学び、楽しく自分探しをすることでもあります。この講座で大戸地区や会津の歴史に関する認識を深め、地域の隠れた魅力を再発見してみませんか。

▽対象…成人 20名
(定員を超えた場合抽選)

▽期間…7月・9月 2回

▽内容…大戸町を中心に、会津の歴史を学びます。

▽費用…無料



大戸の歴史講座

通信俳句講座

俳句を始めたいと思ってる方、一歩踏み出してまず一句詠んでみませんか。通信制なので気軽に始められます。季語を通して自然や季節を感じてみましょう。

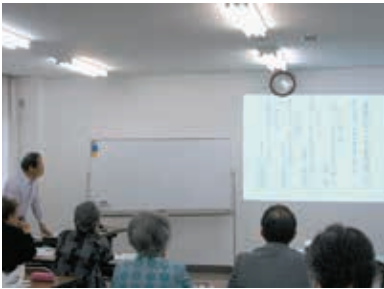
▽対象…成人 20名
(定員を超えた場合抽選)

▽期間…5月～3月
通信添削11回

▽内容…①毎月2句を郵送やFAXで提出
②添削後、作品を受講生へ返送
③館報に作品掲載

▽講師…湯田一秋さん

▽費用…運営費六千円

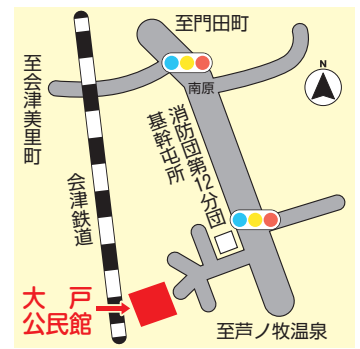


17文字で情景を
(通信俳句講座初回講義)

各講座のお知らせ

この他にも、生演奏の魅力を感じられるミニコンサート、防災や終活ライフを学ぶ「生活安心講座」、軽運動や健康知識を学ぶ「大戸健康講座」、大戸まちづくり協議会との共催事業等を予定しています。

詳しくは毎月発行する館報「大戸岳」でお知らせします。(会津若松市ホームページから閲覧出来ます)



生活安心講座 (防災)

大戸地区の取組

大戸公民館は、『特定非営利活動法人大戸まちづくり協議会』と大戸地区のみなさんを繋ぐ地域の拠点となっています。

大戸の竹林を守る活動から竹細工の製作、マルシェを通じた地産地消の推奨、大戸町ポスターコンテストを開催し、大戸の魅力をPRする活動をしています。

また大戸公民館共催で地域交流会や健康イベントを開催するなど、様々な世代が参加できる講座やイベントも企画しています。

どなたでも参加出来ますので、毎月発行の館報「大戸岳」をご覧ください。ぜひ大戸町に足を運んでみてください。

会津若松市ホームページから閲覧できます



おいしいさつま芋、ぜひマルシェで
(大戸まちづくり協議会の畑にて)



大戸マルシェ



幻想的な竹灯籠

大戸公民館への申し込み方法は最終ページ (P12) をご覧ください。

一箕公民館

〒965-0015

北滝沢二丁目5番6号
TEL (25) 0997
FAX (25) 1989

げんき塾

ここでしか体験できない小学生向けのメニューが盛りだくさんです。「元氣」いっぱいの子どものチャレンジを待っています。

▽対象：小学生20名程度、または小学生とその保護者10組程度

▽期間：5月～2月 7回
土曜日または日曜日開催

▽内容：田植え体験、キックボクササイズ、夏休み絵画教室、防災教室、稲刈り体験、プラネタリウム作り、パン作り教室

▽費用：材料費等の実費負担あり

※申込書はその都度、一箕小学校、松長小学校を通して配布します。それ以外の小学生でも参加できますので、一箕公民館までお問い合わせください。

一箕シルバー大学

「自分を元気にして、生活を楽しく」を目指します。



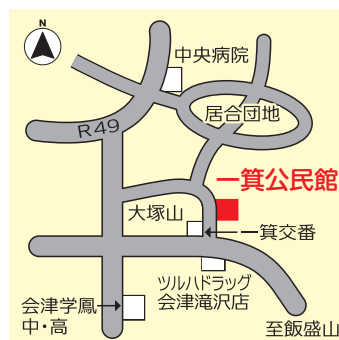
防災教室／ダンボールベッド組立て（げんき塾）

健康保持と生活を豊かにする教養や趣味を身につける学習活動等とおして仲間をつくり、楽しく有意義な時間を過ごしましょう。

▽対象：60歳以上 50名
▽期間：5月～12月 8回
主に木曜日開催

▽内容：軽運動や創作体験健康寿命を延ばすためのお話、移動学習など
詳細な予定は一箕公民館に掲示しています。

▽費用：移動学習参加料、材料費等の実費負担あり



夏のバスハイク（一箕シルバー大学）

わたし塾

いろいろな体験活動しながら自分の可能性を広げてみませんか。
新たな自分を発見できるかもしれません。

▽対象：成人 15名
▽期間：5月～12月（10月除く） 7回

▽内容：主に火曜日開催 軽スポーツ、移動



レクリエーション健康体操（わたし塾）

放課後子ども教室 まつながっ子1455

地域の方とふれあいながら、子ども達がさまざまな体験活動を行います。

▽対象：小学1～6年生
▽会場：松長小学校
▽期間：6月～11月 主に月曜日と金曜日の放課後

▽内容：科学工作あそびやレクリエーション

▽費用：移動学習参加料、材料費等の実費負担あり
学習、料理教室、創作体験（文化創造祭作品づくり）など
詳細な予定は一箕公民館に掲示しています。

**「地域学校協働活動」
「まつながっ子1455」
スタッフボランティア
募集中!!**

お申し込みはこちら



プラネタリウム作り（まつながっ子1455）

▽指導：地域や公民館利用など
▽費用：教材費等実費負担あり
※申込書は松長小学校を通して配布します。松長小学校以外の小学生でも登録できますので、一箕公民館までお問い合わせください。

一箕公民館への申し込み方法は最終ページ (P12) をご覧ください。

東公民館

〒965-0812

慶山一丁目1番53号
TEL (27) 6381
FAX (28) 8084

クラフト教室

環境にやさしいリサイクルクラフトテープを使ってバッグをつくりませんか。講座は、基礎から始めた方向けの初級コースと、少し慣れた方向けの中級コースの二つのコースがあります。初級か中級か選んでご応募ください。

先人の功績を知ることにより、郷土の歴史を見つめ直しませんか。



初級（クラフト教室）



中級（クラフト教室）

郷土史教室

- ▽対象…各コースともに 成人女性 8名
- ▽期間…初級コース 5月～7月 6回
主に木曜日の午前
中級コース 8月～10月 6回
主に木曜日の午前
- ▽内容…初級コース 追いかけて編みのバッグに挑戦します。
中級コース 花結び編みのバッグに挑戦します。
- ▽講師…市川里美さん（クラフトバンドインストラクター）
- ▽費用…材料費等実費負担あり



身近な歴史を再発見（郷土史教室）

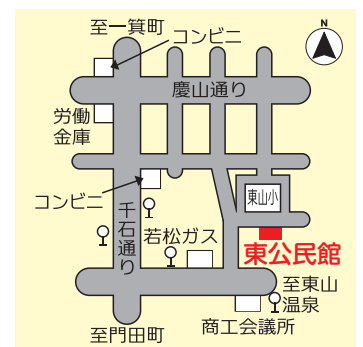
東いきいき教室

生きがいづくりや健康づくりを目指して、さまざまな内容で講座を行います。いきいきとした楽しい時間をいっしょに過ごしましょう。

- ▽対象…60歳以上 20名
- ▽期間…5月～10月 5回
主に第3水曜日の午前
- ▽内容…健康講座、移動学習、軽体操、ものづくりなど
- ▽費用…実費負担あり



天然藍の生葉染め体験（東いきいき教室）



放課後子ども教室 東チャレンジクラブ

地域の方とふれあいながら、子ども達がさまざまな体験活動を行います。

- ▽対象…東山小学校 1～6年生
- ▽期間…6月～11月（夏休み期間を除く）
毎週水曜日放課後
- ▽内容…工作遊びやレクリエーションなど
- ▽指導者…地域の方や防災教育コーディネーターの方など
- ▽申込書は東山小学校を通して配布します。



風船で楽しく遊ぼう！（東チャレンジクラブ）

活動ボランティア募集しています

- ①地域交流館「ひがしカフェ」
東山地区にお住いの高齢者に、気軽に外出していただくことを目的に、毎月第

2、第4水曜日、公民館で軽体操、介護予防の学習、ミニコンサートなどをします。事前申し込み不要で参加いただけます。
一緒に活動を支えてくださるボランティアの方を募集しています。



ミニコンサート（ひがしカフェ）

小・中学校（東山小学校、第二中学校）の行事などや放課後子ども教室（東チャレンジクラブ）の活動において、「できること」を「できる範囲」で支援して下さる、地域の応援団（ボランティア）を募集しています。

②地域学校協働活動
学校行事や授業のサポートなど

③放課後子ども教室
体験活動の指導や活動時の見守りなど

●ご不明な点は、東公民館までお問い合わせください。

東公民館への申し込み方法は最終ページ(P12)をご覧ください。

湊公民館

〒965-0202

湊町大字共和字西田面45番地
TEL (93) 24661
FAX (93) 24662

湊なごみの広場

地域に暮らす女性たちが情報収集・発信の広場（公民館）に集い、楽しみ、和みながら学習する講座です。

▽対象：成人女性 20名

▽期間：6月～2月 9回

月一回 月曜日

▽内容：作品制作、現地学習、軽スポーツ、防災学習など

▽費用：材料費等の実費負担あり



かご編みに挑戦！
(湊なごみの広場)

湊みのりの大学

月に一度はみんなと公民館で顔合わせ。様々な体験学習をして、笑って、おしゃべりをして、楽しましよう。

▽対象：60歳以上 20名

▽期間：6月～2月 9回

月一回 火曜日

▽内容：健康づくり、課外学習、防災の学習、文化祭作品づくりなど

▽費用：材料費等の実費負担あり



修学旅行で防災意識向上！
(湊みのりの大学)

サギソウ植栽講習会

湊町の花「サギソウ」にふれ親しみながら、夏の展覧会に向けての植栽と、地域住民・遠来者との交流を図り、湊町を盛り上げていきます。

▽対象：成人 10名程度

▽日時：4月18日(金)

午後1時30分～午後3時

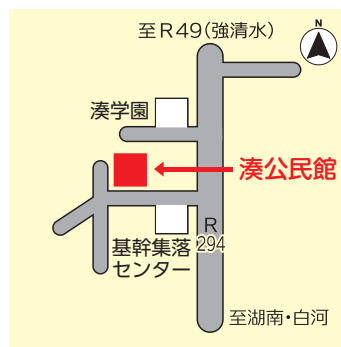
地域ふれあい公民館

公民館が地域の生涯学習のお手伝いをします。集会所等にお伺いしますので、楽しい時間をいっしょに過



開花が楽しみ！
(サギソウ植栽講習会)

▽球根生育状況により変更となる場合があります。
▽内容：サギソウの植え方育て方の実演指導（鉢およびミズゴケまたは培土を持参してください）
▽費用：材料費の実費負担あり



SDGs 米袋でマイ(米)バッグ

そのままですてないで！使用済み米袋の再利用で、ゴミ減量、おしゃれで環境に優しいマイバッグづくり。

▽定員：各回10名程度

▽申込：一人1回のみ

▽日時：①6月12日(木)

②7月10日(木)

③8月21日(木)

各回午前9時～12時
▽諸般の都合により変更と



完成！米袋でマイ(米)バッグ
(地域ふれあい公民館：西田面)

ごましよう。
▽対象：湊地区の町内会・グループ・団体等
▽期間：要請に応じて調整
▽内容：米袋のマイバッグづくり、ドライフラワークラフト、健康づくりなど
▽費用：内容により要相談

そのほかの講座

なる場合があります。
▽内容：米袋でマイバッグ
▽費用：材料費の実費負担あり

▽よってカフェ

外出促進目的の茶話会や健康教室、各種体験会等、運営サポートボランティアも募集中

☆毎月の第一・第三水曜日

▽みなとっ子夏休み交流会

主に湊学園生を対象とし、地域の協力でおこなう学習会やお楽しみ会など

☆7月下旬 2回

▽ドライフラワー教室

地域に出向いたり、文化祭などでおこなう、ドライ

フラワーのクラフトづくり

▽みなと応援隊

湊学園の環境整備や子どもたちの体験活動のお手伝い

です。花植え・野菜作り、お裁縫、調理実習など、

どんな分野でもみなさんの

出来ること、得意なこと

でボランティアをしてみ

ませんか？

▽対象：どなたでも（活動

内容に応じ随時参加可）

湊公民館への申し込み方法は最終ページ(P12)をご覧ください。

北会津公民館

〒965-0131

北会津町中荒井字宮西1番地の1
TEL (58) 3111
FAX (58) 3947

ことぶき大学

心豊かに余暇を過ごすため、自ら学び、集い、楽しく学習しませんか。特に男性のご参加をお待ちしています。

- ▽対象...60歳以上 30名
- ▽期間...5月～12月 7回
- ▽内容...健康管理、一般教養、移動学習等
- ▽費用...入場料等実費負担あり



移動学習も計画しています
(ことぶき大学)

げんきに健康教室

楽しく運動不足解消や、健康に対する学びを深めながら、参加者同士の交流を育みます。

- ▽対象...成人 20名程度
- ▽期間...6月～2月 7回

- ▽内容...健康講話、ニュースポーツ、館外活動など

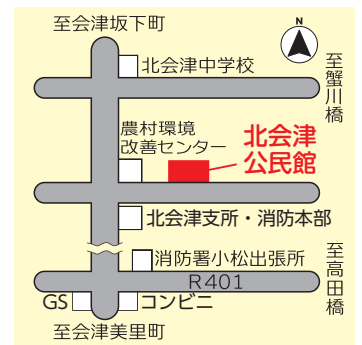


健康、体力づくりを応援します
(げんきに健康教室)

ギター初級講座

「ギター上手になりたいなあ」「誰か教えてくれる人いないかなあ」「フォークソング好きのそんな思いに応えるべく、基礎から学び、好きな曲が弾けるようになるための初級向け講座です。」

- ▽対象...成人 12名
- ▽期間...6月～10月全8回
- ※第2・第4火曜日 (8月を除く)
- ※9月のみ
- ▽内容...第2・第5火曜日 進行、ストローク奏法による簡単な



▽持参物...ギター(種類は問わない)
曲の演奏等



演奏と交流を楽しみましょう
(ギター初級講座)

音楽に浸る

時代を彩った音楽や、様々なジャンルの音楽に毎回スポットをあてながら、音楽を楽しみ(浸り)、音楽の知識を深めながら参加者同士の交流を深めます。



日常が華やかに!
(大人かわいいハンドクラフト)

大人かわいいハンドクラフト

暮らしを彩るかわいいモノづくりを通し、地域で活躍する作家や参加者同士の出会いと交流を楽しみます。

- ▽対象...成人 10名
- ▽期間...5月～12月 6回
- ▽内容...ポーセラーツ、ガラスビーズアクセサリー、クレイクラフト等の製作
- ▽費用...材料費等実費負担あり



その時代話題に花が咲きます
(音楽に浸る)

邦楽・ジャンルは問いません

その他の講座等

お茶の間ひろば
伝統行事や地域を知る活動で、地域のつながりを深めます
▽年間8回程度

ギター弾き語り講座
(中・上級者向け)
演奏技術をレベルアップさせ、憧れの曲にチャレンジします
▽6月～10月・8回・火曜日

小学生体験教室「ジャンプ」
さまざまな体験活動を通して、地域の魅力を発見します
▽6月～11月・6回・土曜日

ブラレール運動会
広い場所で鉄道玩具の運転会を楽しみます
▽7月、12月、3月・土曜日

地域ふれあい公民館
「巡回公民館」
地域の集会所に出向き生涯学習活動を提供します
▽通年

今後、北会津公民館だより「ぴかりん通信」や公民館のホームページでお知らせします。

北会津公民館へのメールでの申込みはこちらから



北会津公民館の講座は最終ページ(P12)の方法またはメール☑でお申込みください。

河東公民館

〒969-3481

河東郡山字中子山32番地
TEL (75) 2127
FAX (75) 2165

まなびの部屋

健康寿命の延伸をテーマに、元気に集い、ゆっくり体を動かしたり、笑ったり歌なども楽しみながら、健康維持・向上の意識を高めるとともに、参加者の親睦を深めます。
詳細は河東公民館に掲示してある計画表をご覧ください。



世代間交流の様子
(まなびの部屋)

- ▽対象…60歳以上 40名
- ▽期間…5月～12月 月1回開催
- ▽内容…ストレッツ、椅子フラ、笑いヨガ等の運動や歌と講話創作体験、世代間交流など
- ▽費用…無料

てわっさ教室

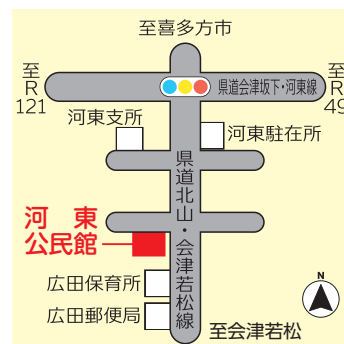
《匠の部屋》



点描曼茶羅イメージ
(てわっさ教室)

- ものづくりを中心とした様々なことに挑戦し、日々元気で楽しく過ごせるよう新たな趣味や仲間をみつけましょう。
- ▽対象…成人 20名
- ▽期間…6月～7月 4回 主に日曜日の午前
- ▽内容…和紙のランプシェード・点描曼茶羅・ステンダグラス・本郷焼絵付け
- ※ステンダグラスは移動教室となり、現地まで公民館バスで移動し一日の日程となります。
- ▽費用…材料費等の実費負担あり

- 暮らしに役立つスマホ講座
- スマホをもっと便利に、安全に楽しく活用する方法を学びませんか。初心者向けの講座で、暮らしに役立つ内容を準備しました。
- ▽対象…成人 15名
- ※初めて受講する方を優先とさせていただきます。
- ▽期間…5月～6月中4回 木曜日の午前中
- ▽内容…安全に使うために・アプリの活用方法・個別の相談他
- ▽講師…(株)エヌ・エス・シー
- ▽費用…無料



悠遊倶楽部

同じ趣味を持つ市民同士での活動を通し、潤いのある時間を過ごすとともに知識・技能の向上を図ります。

- ▽対象…成人
- ▽期間…5月～12月 毎月1回開催
- 主に水曜日の午後 1人1教室。



フィットネス教室の様子
(悠遊倶楽部)

- ▽内容
- 書道教室 講師 三城 英子さん 20名
- クラフト教室 講師 秦 洋子さん 15名
- ※初心者向け教室
- 藤工芸教室 講師 塩谷 寿枝さん 10名
- ※初心者向け教室
- フィットネス教室 20名 講師 川手 宏美さん
- ▽費用…クラフト教室と藤工芸教室については、作品ごとに材料費等の実費負担あり

食のワールドツアー

世界各国の食文化を学び伝統料理に挑戦します。

- ▽対象…成人 各国15名
- ▽期間…9月～12月1回 主に日曜日の午前
- ※受講申込は7月に行います。

河公だより7月号又は河東公民館へお問い合わせください。
韓国をはじめ人気の国を予定しております。



インドネシア料理に挑戦
(食のワールドツアー)

スマホよろず相談会

初心者向けの相談会で、スマホの初歩的な使い方の疑問にお答えします。
6月～7月のうち4回実施しますが、事前予約が必要となります。
相談には公民館職員が対応します。
※日程等の詳細については公民館にお尋ねください。

河東公民館への申し込み方法は最終ページ(P12)をご覧ください。



マシュマロを焼いている様子

「親子でキャンプ」
自然に囲まれて



みんなで笑って健康力アップ

「いなほふれあい学級」
心身を活性化して
健康貯金をはじめよう

きてみてやつて公民館

子どもの森で、キャンプのノウハウを学ぶことができます。飯ごうを使ってごはんを炊きますが、まきに火を付ける作業に苦労しながらも火加減を見ながら上手に炊き上げることができました。そのご飯にスタンプが作られたカレーをかけおいしくいただきました。また、キャンプグッズの紹介、テント設営など親子で楽しく過ごしました。

(會津稽古堂 ☎22・4700)

健康講座を中心に、月に一度集い、参加者同士交流を深めながら学びます。「笑いヨガ」の講座では、笑うことの健康効果を知り、身体を大きく使った様々な笑い方でストレス快笑と健康力アップを図りました。笑いは百薬の長といいますが、良い刺激になったと好評でした。仲間づくりやいきがいくりのきっかけに、一緒に健康長寿を目指しましょう。

(北公民館 ☎25・4044)

公民館だより「かつこう(郭公)」の名前は市の鳥に由来するものです。カツコウのさわやかな声のように、みなさんに学習情報を知らせ、新たな仲間づくりのきっかけとなる広報紙でありたいと願っています。

かつこう(郭公)

講座申込方法

- ①はがき・封書(下記のように記入し各公民館へ送付)
- ②FAX(送信後は公民館に確認の電話をしてください)
- ③直接各公民館へ来館。
- ※いずれかの方法にて受付けます。(電話での申込は不可)
- ※個人情報は講座等の連絡以外には使用いたしません。
- おおむね全日程参加できる方が、お申込みください。
- 応募多数の時は、抽選となる場合もあります。
- 令和7年度の申込期間は、
4月1日(火)～4月15日(火)消印有効です。
- 1講座につき1枚です。

編集後記

表紙は使用済み米袋をリメイクしたおしゃれで環境に優しいマイバッグづくりのひとコマ。米作りが盛んな湊地区の使用済み米袋の廃棄もかなりの量です。

令和5年度より、この米袋に注目し、ゴミ減量に少しでも役に立つのではと考

え、地域でマイバッグづくりをおこなってきました。作り方を覚えた人がほかの人に教え広め、持ち歩くと必ずまたほかの人の目に留まり声をかけられます。まさに、うれしくて、イキイキ、ワクワクの瞬間です。ちょっとした公民館の学びで、ときめきを感じられるよう、各館職員一同、皆様のお越しをお待ちしています。

切手

〇〇〇〇-〇〇〇〇

施設名 講座申込係

会津若松市〇〇町〇〇

- 1 講座名
- 2 氏名(ふりがな)
(子どもの場合は保護者名・
学校名・学年もご記入
ください。)
- 3 年齢
- 4 郵便番号
- 5 住所
- 6 電話番号
(日中の連絡が取れる電話番号)

(あて名記入例)