



令和7年度

串間市生涯学習講座

受講生募集



5月下旬から市内各所にて、生涯学習講座がスタートします！
新たなメニューも加わり、また、曜日や時間帯も自由に選べる構成にリニューアルしました。
たくさんのご参加をお待ちしております☆

◆申込方法：①中央公民館及び各支所・北方地区農村環境改善センターに配置してある「申込書」に必要事項を記入のうえ、受講料（保険代・材料費等）を添えて、『直接』中央公民館または各支所にお申し込みください（北方地区農村環境改善センターでは受付できません）。
②なお今回から、右にあるQRコードからも申し込み可能ですが、**受講料は5月15日（木）までに、必ず**中央公民館又は支所に持参してください。

◆お問合せ先：中央公民館・各支所

◆申込期間：①4月15日（火）～4月30日（水）※土日を除く9時～16時
※ただし、中央公民館において、「4月17日（木）の19時まで」、「4月20日（日）の9時～12時」は受付をいたします。
②なお、QRコードをご利用の方は、4月16日（水）の9時から申し込み可能となります。

◆注意事項：①先着順となり、定員に達し次第〆切ます（申込〆切の日まで、キャンセル待ち登録はいたします）。
②受講料は、材料等の準備がありますので、原則返還いたしません。
③申込状況（申込者が少ないなど）により、講座が開設されない場合があります。
④活動状況の写真を広報用として撮影・使用する場合がありますので、予めご了承ください。なお、差支えがある場合は、事前にお申し出ください。



【1. 特別企画】

<中央公民館 72-4412>

講座番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師（敬称略）	その他（持参物など）
1	なっちゃんとおうよう Part II	6月 7日（土）	10:30～12:00	道の駅くしま市民交流施設（多目的室）	あの「浜崎奈津子」と一緒に楽しく歌える。そして、まじかで歌声を聞けるチャンスです☆ 基本的な発声法などのレッスンもありますよ♪	500円	30	浜崎奈津子	筆記用具 飲み物

【2. 企業連携】

<中央公民館 72-4412>

講座番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師（敬称略）	その他（持参物など）
2	大人の社会科見学Q ㈱アイティシエルパ 串間支店	6月 4日（水）	13:30～15:00	ITシエルパ 串間支店 （西浜）	串間初のIT系誘致企業である「㈱アイティシエルパ」さんがどんなお仕事をされているのか、興味深いお話を聞いてみましょう☺☺	—	10	ITシエルパ 串間支店 松本支店長	筆記用具 飲み物

【3. 大学・研究機関連携】

<中央公民館 72-4412>

講座番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師（敬称略）	その他（持参物など）
3	Exseed 指導員養成講座	6月22日（日）	9:30～12:00	道の駅くしま市民交流施設（多目的室）	国立大学法人鹿屋体育大学が開発した「子どもの運動プログラム」を特別に受講できる貴重な機会です☆ ※大学より指導員資格証が発行されますw	—	20	鹿屋体育大学 准教授 梶 ちか子	動きやすい 服装 タオル、飲み物 上履き

【4. 地域・政策連携】

<中央公民館 72-4412>

講座番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師（敬称略）	その他（持参物など）
4	農家deピザ&釜土 おにぎり体験🍷🍱	5月25日（日）	11:00～12:30 （集合10:30）	有明地区木代 （集合場所 中央公民館）	春の一日、農家自慢の野菜やお米などを素材に、おいしい体験を子どもと一緒にしてみませんか☆（グループの代表者が申請してください。 5～18歳の青少年を1人以上必ず含むこと、1グループは2～5人まで）	1人 500円	15	中村さほ 渡辺美佐子	タオル 飲料

【5. ちょっとトライ=ちょこトラ講座】👉参加できる日時を選んで、お気軽に1回だけでも受講できる講座もあります！

<中央公民館 72-4412>

講座番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師（敬称略）	その他（持参物など）
5	<新> カクテルとおつまみ 🍷🍱	5月30日（金）	18:00～19:30	市内飲食店	大好評の“カクテル講座”の特別版。美味しくて健康的な酒の肴（おつまみ）とともに素敵な初夏の夜を体験しましょう☆彡	2,000円	8	田中康彦 ほか	筆記用具
6	<新・日曜コース> 似顔絵イラストが 上手くなるよ🎨	毎月第1日曜日 （初回6月1日） ※12月まで全7回	10:30～12:00	道の駅くしま市民交流施設（多目的室）	綾町に拠点を置き、宮崎県内外で活躍するイラストレーター集団「30-spice（スリーオースパイス）」を講師に迎え、基本からアレンジまで似顔絵の書き方をマスターしよう！初心者も大歓迎！	7回分 1,500円	10	まな	筆記用具 スケッチ ブック
7	<新・平日夜コース> 似顔絵イラストが 上手くなるよ🎨	毎月第3水曜日 （初回6月18日） ※12月まで全7回	18:30～20:00	道の駅くしま市民交流施設（多目的室）	綾町に拠点を置き、宮崎県内外で活躍するイラストレーター集団「30-spice（スリーオースパイス）」を講師に迎え、基本からアレンジまで似顔絵の書き方をマスターしよう！初心者も大歓迎！	7回分 1,500円	10	まな	筆記用具 スケッチ ブック
8	楽しい英会話🗣️ イングリッシュカフェ	6月29日（日）	10:00～11:30	道の駅くしま市民交流施設（多目的室）	ゲームをしながら、簡単に自然な英会話にふれてみよう！ 老若男女、英語が話せる人はもちろん、これからチャレンジしてみたいと思ってる人にも“気軽に一歩”が踏み出せるイベントです☆	—	15	串間市国際 交流協会	筆記用具 ノート
9	<新> 美眉👩メイクレッスン	①7月 9日（水） ②7月19日（土） ※①または②を選択 ください♪	10:00～11:30	道の駅くしま市民交流施設（多目的室）	意外と知らない眉メイクのコツを楽しく学びましょう👩 （持参物）お持ちのアイブローペンシル・アイブローマスカラ・アイブローパウダー・まゆ毛カットハサミ・まゆ毛コーム・卓上用鏡	—	各回 10	持留佐奈	※内容欄参照
10	<新>ほんとにかわいい👧 手形足形アート（いつでも 一緒👩キーホルダー編）	6月14日（土）	10:00～11:30	道の駅くしま（イベントスペース）	今しかない子どもの姿を、心に形にのこしましょう♡3歳頃までの子どもさんやお孫さんとぜひどうぞ♪	1,500円	5組	神山志穂	—
11	<新>ほんとにかわいい👧 手形足形アート（世界に一 つ👩布巾着編）	7月12日（土）	10:00～11:30	道の駅くしま（イベントスペース）	今しかない子どもの姿を、心に形にのこしましょう♡3歳頃までの子どもさんやお孫さんとぜひどうぞ♪	1,000円	5組	神山志穂	—

【6. 中央地区】

<中央公民館 72-4412>

講座番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師（敬称略）	その他（持参物など）
12	続・動画編集に挑戦！	毎月第2水曜日 （初回6月11日） ※8月除く11月 まで全5回	18:00～19:30	中央公民館 会議室	前年度好評だった動画編集の続編が登場！スマホ一つでできる？！ 現役動画クリエイターが教える動画編集に挑戦しましょう♪ （※別紙配布文書あり）	—	10	末田雄大	スマート フォン ※iPhone推奨
13	<新> ハワイアンキルト	毎月第1・第3 土曜日 （初回6月7日） ※10月まで	10:00～12:00	中央公民館 会議室	キルトでハワイアン?!プルメリアやホヌなど、南国らしいモチーフのキルト作りに挑戦♪魅惑のハワイアンキルトの世界をのぞいてみましょう🌺	初回 1,000円 以降実費	12	村岡康代	裁縫道具一式
14	<新> スイーツ作り入門	毎月第4土曜日 （初回6月28日） ※10月まで	13:00～16:00	福祉センター 調理室	パティシエールが教える！本格スイーツ作りはいかがですか？ 全5回で内容盛りだくさん！スイーツ作り名人になりましょう♪ ※11/22予備日	初回 1,000円 以降実費	6	高木小春	エプロン 三角巾
15	<新> はじめてみよう！ Instagram	6月11日（水） 6月25日（水） 7月 9日（水） 7月23日（水）	13:30～15:00	中央公民館 会議室	Instagramを始めてみたいけどよくわからない・・・という方必見！安全な利用法・操作のコツを学びましょう♪	—	10	藤原玲二	スマート フォン 筆記用具
16	続・たのしい朗読	毎月第3木曜日 （初回6月19日） ※12月まで	13:30～15:00	中央公民館 会議室	前年度好評の朗読講座が再び♪楽しく発声練習しながら朗読に親しましましょう！現役ラジオパーソナリティーが教えてくださいます👩	—	10	北川美喜子	筆記用具
17	<新> プチ👩ハンドメイド	毎月第3月曜日 （初回6月16日） （7月のみ第2） ※10月まで	10:00～11:30	中央公民館 会議室	ものづくりが得意な方も苦手な方も♡身近な材料を使った簡単ハンドメイドやデコレーションを楽しみましょう♪	初回 500円 以降実費	11	樽野千明	都度連絡

中止

【 7 . 大東地区】<大東支所 71-2011>

講座 番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師 (敬称略)	その他 (持参物など)
18	<新> 日本舞踊	毎月第1、3火曜日 (初回6月2日) (7月第3～8月休) ※9月まで	13:30 ～15:00	中新町公民館	日本の伝統芸能の一つ。今回は皆さんが楽しみながら踊れるように、流行歌に合わせて踊る内容になっています。 計5回	—	10	山下紀美子 (花柳千太秀)	動きやすい 服装、飲物 タオル
19	<新> 紙漉き	5月28日(水) 6月11日(水)	13:30 ～15:00	初回はJAM ホール	日本の伝統工芸「和紙」作りに挑戦！和紙に入れる自分の大好きな草花や絵、布や紙を持参してください。世界に1つのオリジナル作品が出来上がります。 計2回 ※北方講座と同じ内容になっています。	2回分 1,000円	10	黒木房子	和紙に入れた い材料
20	<新> パッチワーク	毎月第1水曜日 (初回6月4日) ※8月休、10月まで	10:00 ～11:30	初回はJAM ホール	パッチワークの基本を学びながら、異なる布を縫い合わせて自分好みの柄やデザインで小物作りをします。初心者大歓迎！ 計4回	初回 1,000円 のみ	10	小出真奈美	裁縫道具 2B鉛筆、定 規、ハサミ
21	心ほぐすヨガ	毎月第1、3金曜日 (初回6月6日、 8月休) ※11月まで	19:00 ～20:00	中新町公民館	心と体の調和を目指して始めませんか？週末、仕事終わりのリフレッシュヨガで新しい自分を発見しましょう！初心者大歓迎♥ 計10回	—	10	大有裕美	動きやすい 服装、飲物、 タオル、 ヨガマット
22	<新> アロマテラピー	7月29日(火) 8月19日(火)	19:30 ～21:00	中新町公民館	アロマテラピーで日常生活に潤いと癒しをつくる術を学びます。1回目は虫よけスプレー作りです。日中時間がとれない方の為、夜講座で夏休み期間の2回講座になっています。参加してみませんか☆彡	初回 500円 2回目実費	10	倉爪麻衣	バスタオル

【 8 . 北方地区】<中央公民館 72-4412>

講座 番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師 (敬称略)	その他 (持参物など)
23	美姿勢	毎月第2、4木曜日 (初回6月12日) (7月第4～8月休) ※10月まで	13:30 ～15:00	北方地区農村環 境改善センター	美姿勢には足底筋が大事です。音楽に合わせてウォーキングしながら歩き方を見直し、姿勢についての学びと楽に動ける骨格ポジションを身に着ける一石二鳥の講座です。 計7回	—	10	上野ルリ子	動きやすい 服装、飲物 タオル 上履き
24	<新> 紙漉き	7月 3日(木) 7月17日(木)	13:30 ～15:00		日本の伝統工芸「和紙」作りに挑戦！和紙に入れる自分の大好きな草花や絵、布や紙を持参してください。世界に1つのオリジナル作品が出来上がります。 計2回 ※大東講座と同じ内容になっています。	2回分 1,000円	10	黒木房子	和紙に入れた い材料
25	<新> アロマテラピー	6月 5日(木) 6月19日(木)	13:30 ～15:00		アロマテラピーで日常生活に潤いと癒しをつくる術を学びます。1回目は虫よけスプレー作りです。2回目は実費となっています。	初回 500円 2回目実費	10	倉爪麻衣	バスタオル
26	<新> お茶を楽しむ	①6月25日(水) ②8月 1日(金) ※①又は②を選択 ください	①13:30～ ②19:30～ 各1時間半		おいしいお茶の入れ方と簡単デザート「茶コッタ」作りをマスターして自宅でも楽しくティータイム♪ *①②は同じ内容です。②は夏休み期間の夜講座です。お子様と一緒にぜひ参加してください！	500円	各回 10	葉香園 内田宗宏	—
27	<新> 春・秋を彩る 寄せ植え	①5月30日(金) ②9月 4日(木) ※①又は②を選択 ください	①10:00～ ②13:30～ 各1時間半		かわいい花達に囲まれた生活はいかがですか？春と秋2回講座です。時季に合った花達の育て方も学びましょう。 <u>2回の参加も大歓迎です♥♥</u>	2,000円	各回 10	花ようび 福田 健	手袋 新聞紙

【 9 . 都井地区】<都井支所 71-4011>

講座 番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師 (敬称略)	その他 (持参物など)
28	レクリエーション ダンス	6月4日・18日 7月2日・16日 ※毎水曜日	10:00 ～11:30	都井地区コミュ ニティセンター (旧都井中学校)	皆で楽しく踊る事で気持ちが生き生きとなり心と身体の健康づくりにつながります。	—	10	杏岐道子	動きやすい 服装、飲物 タオル 運動靴
29	3B体操	6月11日(水) 7月 9日(水)	13:30 ～15:00		リズムに合わせて体操する事で心身ともに健康な身体作りを行ないます。脳トレにもいいですよ。	—	10	田島香里	動きやすい 服装、飲物 タオル 運動靴
30	太極拳	6月 9日(月) 7月 7日(月)	13:30 ～15:00		血圧やリンパの流れを良くする太極拳は、“動く禅”とも言われています。心身ともに健康な毎日のために🧘	—	10	有田幸美	動きやすい 服装、飲物 タオル 運動靴

【10. 本城地区】<本城支所 71-3011>

講座 番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師 (敬称略)	その他 (持参物など)
31	<平日夜コース> いきいき太極拳🧘	毎月第4水曜日 (初回5月28日) ※11月まで全7回	18:30 ～20:00	本城公民館 (串間温泉 いこいの里)	血圧やリンパの流れを良くする太極拳は、“動く禅”とも言われています。心身ともに健康な毎日のために！！ ☆月1回では物足りないという方は、平日・昼コースも受講可！	—	5	有田幸美	動きやすい 服装、飲物 タオル 上履き
32	<平日昼コース> いきいき太極拳🧘	毎月第1火曜日 (初回6月3日) ※12月まで全7回	10:30 ～12:00		血圧やリンパの流れを良くする太極拳は、“動く禅”とも言われています。心身ともに健康な毎日のために！！ ☆月1回では物足りないという方は、平日・夜コースも受講可！	—	5	有田幸美	動きやすい 服装、飲物 タオル 上履き
33	<新・平日昼コース> あなたのための セルフケア🧘	毎月第2水曜日 (初回6月11日) ※12月まで全7回	14:00 ～15:30		地元本城に拠点がある『美姿勢サロンスフィア』が身体の部位ごとのセルフケア方法をしっかりと、楽しく指導します☆彡 ☆月1回では物足りないという方は、日曜コースも受講可！	毎回 500円	6	鈴木 優	動きやすい 服装、飲物 タオル
34	<新・日曜コース> あなたのための セルフケア🧘	毎月第3日曜日 (初回6月15日) ※11月まで全6回	10:00 ～11:30		地元本城に拠点がある『美姿勢サロンスフィア』が身体の部位ごとのセルフケア方法をしっかりと、楽しく指導します☆彡 ☆月1回では物足りないという方は、平日・昼コースも受講可！	毎回 500円	6	鈴木 優	動きやすい 服装、飲物 タオル
35	七宝焼🍵	①6月 6日(金) ②6月20日(金) ※①又は②を選択 ください	①18:30 ～20:00 ②14:00 ～15:30		七宝焼で、オリジナルのペンダント、ブローチ、キーホルダーなどを創作してみませんか。あなたに似合う素敵な一品を🍵 ※①と②は同じ内容です！	1,000円	各回 10	黒木房子	筆記用具
36	まあ素敵！モザイク タイルで小物作り🍂	6月24日(火)	9:30 ～11:30		約30種類の色とりどりの細かなタイルを組み合わせて、鍋敷き、トレイ、フォトフレーム等々を作ってみよう🍂	1,200円	10	瀬戸口博子	—

【11. 市木地区】<市木支所 71-5011>

講座 番号	講座名	実施日	時間	場 所	内 容	受講料	定員	講師 (敬称略)	その他 (持参物など)
37	ニューススポーツ体験🏆	毎月第2水曜日 (初回6月11日) ※11月まで全5回	19:00 ～20:30	旧市木中学校 体育館	簡単、楽しいニューススポーツで心も体も、みんな一緒に笑顔になりましょう☆ ※8月はお休みにになります。	—	15	串間市 スポーツ 推進委員	動きやすい 服装、飲物 タオル、 上履き
38	気持ちが弾む 波アート🌊	6月 8日(日) 6月14日(土)	10:30 ～12:00	市木支所 会議室	木製のベースキットの中に(上に)、海・波をモチーフにした美しい模様をオリジナルで描きます。世界に一つの素敵なコースターを仕上げましょう。 ※全2回で完成するコースです！！	1,000円	10	村岡康代	ふた付きの箱 又はタッパー (15×15× 15cm以上)
39	七宝焼🍵	6月 8日(日)	10:00 ～11:30	市木ハッピー ラウンジ	七宝焼で、オリジナルのペンダント、ブローチ、キーホルダーなどを創作してみませんか。あなたに似合う素敵な一品を🍵	1,000円	10	黒木房子	筆記用具
40	まあ素敵！モザイク タイルで小物作り🍂	7月 4日(金)	13:30 ～15:30	市木支所 会議室	約30種類の色とりどりの細かなタイルを組み合わせて、鍋敷き、トレイ、フォトフレーム等々を作ってみよう☆	1,200円	10	瀬戸口博子	—