

後期市民講座

申込方法

9月16日(火)(必着)までに、市ホームページからか、往復はがき(1講座につき1人1枚)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、市外在住の人は市内在勤、在学かどうかを書いて、各施設へ

注意事項

- ・定員を超えた場合は抽選で、市内在住か在勤、在学の人を優先します。結果は全員にお知らせします。
- ・◆印の講座が応募者多数で抽選になった場合は、令和5・6年度に同じ施設で同様の市民講座を受講していない人を優先します。
- ・定員に余裕がある場合は、募集期間終了後も受講者を受け入れる場合があります。
- ・開講後、受講者の都合でキャンセルする場合、費用は返金できません。
- ・事前に材料の準備が必要な講座は、開講前のキャンセルでも費用を負担していただく場合があります。
- ・「対象」の記載が無い講座は、高校生以上が対象です。

●市ホームページの「ページIDで探す」にIDを入力して、簡単に検索できます。



市ホームページ



イベントカレンダー

鷹来公民館

〒486-0809町屋町3610-1
☎ 84-7071

歌声ハッピー講座♪ ～聴いて、歌って、ときめいて～

時 10/2・16、11/6・20、12/18、
R8/1/22の木曜(全6回)
10:00～11:30

費 有
ID 1037386



親子でからだあそび(後期)

時 10月～R8/1月の第2・4水曜
(全8回)10:00～11:30

対 2歳以上の未就園児とその保護者
ID 1037384

源氏物語を楽しむ ～成長する光源氏～

時 10/24、11/14、12/12・26、
R8/1/16・30の金曜(全6回)
14:00～15:30

費 有
ID 1037385



高蔵寺ふれあいセンター

〒487-0013高蔵寺町3-2-1
☎ 51-0002

姿勢改善ピラティス ～美姿勢で理想の身体に～

時 10/17～12/5の金曜(11/7・21
を除く全6回)13:30～15:00

費 有
ID 1037430



おうちでも簡単に作れる！ ～ふわっと美味しい焼きたてパン～

時 10/20～12/8の月曜(11/3・24
を除く全6回)10:00～12:30

費 有
ID 1037432

ストレッチ体操でセルフケア！ ～ガチガチのカラダをととのえよう～

時 11/19～12/24の毎週水曜(全
6回)10:00～11:30

費 有
ID 1037431



味美ふれあいセンター

〒486-0958西本町1-15-1
☎ 31-3522

秋のメンテナンスヨガ ～深い呼吸で心身を癒す～

時 10/10～11/14の毎週金曜(全
6回)10:00～11:30

費 有 ID 1034719

体の不調をスッキリ改善！ 「体感！背骨コンディショニング」

時 10/17～11/21の毎週金曜(全
6回)13:30～15:00

費 有 ID 1034723



今日から始める肩こり・腰痛予防

時 11/21～12/26の毎週金曜(全
6回)10:00～11:30

費 有 ID 1034718



**体スッキリ！
腰痛&肩こり解消エクササイズ**

時 11/11～12/23の火曜(11/25を除く全6回)10:00～11:30

費 有

ID 1037423



南部ふれあいセンター

〒486-0923下条町666-6
☎ 85-7878

ふれあい親子体操

時 10/10～11/28の毎週金曜(全8回)10:00～10:50

対 2歳以上の未就園児とその保護者

ID 1032203



**美しい筆文字
～文字を美しく書きましょう～**

時 10月～12月の第2・4火曜(全6回)9:30～11:30

費 有

ID 1034800



超簡単こねずに作るパン作り

時 11/7・14、12/5・12、R8/1/9・16の金曜(全6回)
10:00～12:30

費 有

ID 1034801



**簡単エクササイズ
～バランスボールで体スッキリ！～**

時 12/17～R8/1/28の水曜(12/31を除く全6回)10:00～11:30

費 有

ID 1036341



知多公民館

〒486-0947知多町4-55
☎ 32-8988

**元気が出る！ボイストレーニング
～変わる腹式呼吸の概念～**

時 10/7～12/2の火曜(11/11を除く全8回)

13:30～15:00

費 有

ID 1037359



**楽しいバランスボール
～関節に負担なく有酸素運動～**

時 10/8～11/26の毎週水曜(全8回)10:30～12:00

対 概ね60歳以上の人

費 有

ID 1037360



からだ巡るヨガ～ツボ刺激とヨガで体の不調を整えよう～

時 10/8～11/26の毎週水曜(全8回)13:30～14:45

費 有

ID 1037361



**はじめてさんの楽しいウクレレ
～心癒される音色を奏でよう～**

時 10月～R8/1月の第2・4火曜(全8回)10:00～11:30

費 有

ID 1037362



**広いホールで動ける！
楽しい親子ふれあい体操**

時 10/15・29、11/5・19、12/3・17、R8/1/7・21の水曜(全8回)
10:00～11:30

対 2歳以上の未就園児とその保護者

ID 1037425

西部ふれあいセンター

〒486-0904宮町3-8-2
☎ 33-0808

身体巡らせようヨガ

時 10月～12月の第1・3火曜(全6回)10:00～11:15

費 有 ID 1017340



**手ぶらで学べる！
～着付けレッスン1年生～**

時 10/12・26、11/9・23、12/7・21の日曜(全6回)

10:00～12:00

対 女性

費 有

ID 1017339



楽しい!! 己書入門

時 10/17～12/26の隔週金曜(全6回)10:00～12:00

費 有 ID 1017343



シニアのためのスマートフォン講座(応用編)

時 10/23～11/27の毎週木曜(全6回)10:00～12:00

費 有

ID 1017342



骨盤エクササイズ～美姿勢でポッコリお腹とサヨナラ！～

時 11月～R8/1月の第1・3火曜(全6回)14:30～16:00

費 有 ID 1017341



坂下公民館

〒480-0305坂下町4-250-1
☎ 88-5555

超簡単！ボウル1つで作るラブリーなパン

時 10月～12月の第1・3火曜(全6回)10:00～12:30
費 有
ID 1011985



古代濃尾平野の鉄作りの跡を追う6～鉄生産の始まりと中心となった集団～

時 10月～R8/3月の第2土曜(全6回)10:00～12:00
費 有
ID 1013169



使いこなせてますか？ Androidアプリ活用講座

時 10/23～11/27の毎週木曜(全6回)13:30～15:00
費 有
ID 1013907



書に親しむ～かなの古筆美を「三色紙」で学ぼう～

時 11/12～R8/1/7の水曜(12/31を除く全8回)10:00～11:30
費 有
ID 1016372



楽しく歌おう！ボイストレーニングin坂下

時 12/25、R8/1/8・29、2/12・19・26の木曜(全6回)10:30～12:00
費 有
ID 1034783



中央公民館

〒486-0913柏原町1-97-1
☎ 33-1111

【初心者対象】クラフト紙バンドで小物作り(ミニ門松・お道具箱・バッグチャームなど)

時 10/3・17・31、11/7・21、12/5の金曜(全6回)10:00～11:30
費 有
ID 1037392

人生が楽しくなる筆ペン書道

時 10/8～11/26の毎週水曜(全8回)10:00～11:30
費 有
ID 1037391

漢字の書体を学ぶ(書道中級)

時 11/5～12/17の水曜(12/3を除く全6回)14:00～15:30
費 有
ID 1037394



ストレッチヨガ入門

時 11/6～12/11の毎週木曜(全6回)10:00～11:00
費 有
ID 1037389

親子でふれあい遊び ～楽しくピアノでリトミック～

時 11/7～12/12の毎週金曜(全6回)10:30～11:30
対 2歳以上の未就園児とその保護者
ID 1037388

◆楽しい英会話講座(初級)

時 11/8～12/13の毎週土曜(全6回)10:00～11:30
費 有
ID 1037390



合唱の楽しみ(三部合唱など)

時 11/26、12/10・24、R8/1/14・21・28、2/11・18の水曜(全8回)10:00～11:30
費 有
ID 1037395

東部市民センター

〒487-0011中央台2-2-1
☎ 92-8511

はじめてのピアノ

時 10/16～12/4の毎週木曜(全8回)10:00～11:30
費 有
ID 1037318



初心者のための植物画教室

時 10/16・30、11/6・20、12/4・18の木曜(全6回)10:00～11:30
費 有
ID 1037323



後期書道講座 ～暮らしを彩る書～

時 10/21～12/16の火曜(11/18を除く全8回)10:00～11:30
費 有 ID 1037319



シニアのための持ち込みパソコン教室

時 10/29～12/3の毎週水曜(全6回)10:00～12:00
費 有
ID 1037322



美しく青きドナウを合唱しよう

時 10/29～12/17の毎週水曜(全8回)10:00～11:30
費 有
ID 1037320

