

赤穂公民館

駒ヶ根市上穂栄町23番3号
TEL. 83-4060 (お電話にてお申込みください。)

受付時間／平日 午前8:30～午後9:30
(土・日・祝日は受付できません。)

受付期間 (前期講座) 4月28日(月)～5月8日(木)
(後期講座) 9月1日(月)～ 定員になり次第締切

赤穂公民館
「鑑絵講座」



＊学級 — 仲間づくりの季節です。新しい可能性を見つけ広げましょう。

対 象	学級名	内 容	定 員	日 時
0～3歳のお子さんとその保護者	おやこ学級	外遊び・体操・工作・音楽遊びなど、季節に合わせた活動を行います。子どもと一緒に友達づくりに出掛けてみませんか。令和6年度から、2・3歳児がくま、1歳児がうさぎになります。(材料費別途)	親子各クラス15組程度	開講式 5/20(火) 6月からは 【くま】◆今年度2、3歳になるお子さん(毎月第1火曜日) 【うさぎ】◆今年度1歳になるお子さん(毎月第3火曜日) 午前10:00～11:30
18～35歳	青年学級	ものづくり、調理実習、レジャー、スポーツなど、自分たちで内容を企画し、幅広くチャレンジします。年齢・職種の壁を越えて楽しく学び合う場にしましょう。	30名	5/22(木)～ 毎月第4木曜日 午後6:30～8:30
成人の女性	女性セミナー(再開)	昭和26年に発足した婦人学級が女性セミナーと名前を変えてR4年度まで活動し、2年間休会。新たなメンバーが集い再開が叶いました。女性ならではの学びを相談しながら自ら進めます。	15名	初回5月15日(木) 9:30～11:00 活動日は月1回・第3木曜日(原則) 学びたい、活動したい内容を自分たちで考え相談しながら無理せずゆったり進めます。 お仲間を誘い合ってご参加ください。
35～59歳	ふるさと学級	社会や地域を良くしたい! 地域の中で必要なことを始めたい! というミドル世代が集まりアイデアを出し合いながら、学びあい、実践につなげてみましょう。	30名	6/3(火)～ 毎月第1火曜日 午後7:00～9:00 毎月第3日曜日 午前10:00～午後5:00
60歳以上	すずらん大学	毎月1回の定例会では、地域や健康などについて学ぶ講演会やミニコンサート、研修旅行などを実施します。 ※定例会の日程や内容については赤穂公民館窓口にて日程表をお渡しいたします。 クラブ活動は、右記の6クラブです。重複しての活動も可能です。仲間と共に和気あいあいと楽しみましょう。	150名	【定例会】毎月第4金曜日 午前10:00～11:30 【クラブ活動】 午前◆カラオケ(第2・4火曜日) ◆手 芸(第3金曜日) ◆コーラス(第2月曜日) ◆料理(第1木曜日) ◆俳 句(第4月曜日) 午後◆琴音(大正琴)(第2・4金曜日)

＊講 座 — 教養を高め、趣味を深め、生活に潤いを・・・

対 象	講座名	内 容	講 師	定 員	日 時
親 子 (首が座った～今年度2歳になるお子さんと保護者)	親子リトミック教室	リズムと音楽を体で感じ、想像力や表現力を養いましょう。親子で一緒に心と体をリフレッシュ!	戸澤 恵美 太田 梨江	15組	5/16(金)～(全9回) 毎月第3金曜日 午前10:00～11:00 材料費200円程度(初回集金)
親 子 (今年度2、3歳になるお子さんと保護者)	ぴょんぴょんキッズ	親子で一緒に遊びながら運動能力を高めます。お子さんと一緒ににはじめて、成長を楽しみましょう。	赤羽根基衣	15組	6/4(水)～(全10回) 毎月第1水曜日、1月は第2水曜日 午前9:30～10:30
親 子 (申し込み時1歳～2歳のお子さんとお父さん)	パパとあそんじゃお!	パパと子どもの講座です。お父さんならではの遊び方で、今しかないこの時間を大切にお子さんと楽しく過ごしましょう!	専門講師	12組	6/21、7/19、8/16 10/18、11/15、12/13 各回 土曜日 午前10:00～11:00

赤穂公民館 講座のつづき

対 象	講座名	内 容	講 師	定 員	日 時
子ども女性	子ども女性囲碁教室	囲碁をはじめませんか。初めてでも講師の先生が優しく教えてくれます。子どもも女性も楽しみながら囲碁を学びましょう!	市山 利也	20名	5/24(土)～ 毎週土曜日 午前9:00～11:30
一 般	〈異文化理解講座〉あの国ってどんな国?	駒ヶ根には、世界各国に滞在経験のある人がたくさんいます。世界各国に暮らしたことのある人から生の話を聞き、試食をしたりしながら、衣食住や文化など、日本とは違った暮らしについて楽しく学びましょう!	ネニーの会 (上伊那に在住している協力隊OGお母ちゃんの会) ・ JICA 海外協力隊経験者	20名	5/14(水)、6/11(水)、 7/9(水)、8/19(火)、 9/10(水) 午後7:00～8:30 参加費無料(食費を頂く場合があります。) 後期:10/8、11/12、 12/10、1/14、2/10
	おやじじいのアンサンブル	「おやじじい」でも年齢・性別は不問。ビギナープレイヤー・リターンプレイヤーで編成する3歳半のオンボロバンド。仲間が集ってアンサンブルを楽しむ聞いていただく演奏会も充実です。	(吹奏楽のレジェンド) 瀧澤 敏郎	20名 現在 (15名)	5/16(金)～(全20回程度) 毎月第1・3金曜日(基本) 午前10:00～11:30 (音出し9:30～) ※楽器は各自でご用意ください。 年間に複数回の演奏会があります。
	ミュージック・フェア～名曲・ヒット曲を歌おう!～	日本の音楽史で色あせない名曲、洋楽ポップスや最新のヒット曲をアカシオ先生のピアノ・ギターと一緒に歌う講座です。音楽で楽しいひとときを過ごしましょう!	アカシオ マサキ	20名	6/9(月)～(全10回) 毎月第2月曜日 ※変更する場合があります。
	あんしんなスマホ教室	家族や友人と楽しくコミュニケーション! 基本的な使い方から安心・安全に使える便利機能まで学び、デジタル機器を上手に使うことで日常をより豊かにしてみませんか?	auショップ 駒ヶ根	10名	前期 5/20(火)～(全5回) 後期 10/21(火)～ (全5回) ※後期は前期と同内容で 開催予定 毎月第3火曜日 午前10:00～11:30
	はじめてのピラティス	NEW! マット上で安定した姿勢で行う初めての方向けのピラティスです。低い強度で、ピラティスの醍醐味である脊柱の動きを促したり、インナーマッスルを活性化させるエクササイズを行います。	Green House	12名	6/13、8/8、10/10 12/12、2/13 各回第2金曜日 午前10:30～11:30 ※ヨガマットは各自でご持参ください
	布 切れっぱしワーク	捨てがたい布の「切れ端」で「コレ、好きだなあ...」と嬉しくなる小さな作品を作りませんか? 縫ってみたり、貼ってみたり、やり方も出来上がりもあなた好みで! 講師が個々の希望にそって提案・援助します。	市山 泰子	10名	6/10(火)～(全10回) 毎月第2火曜日 午前10:00～11:30
	こてえ鑑絵講座	こてえ鑑絵とは、職人が鑢で家や蔵の壁に施した漆喰装飾です。粘土遊びのようにやり直しもきくので、気楽に始めてみませんか?	池上 善朗	15名	5/21(水)～(全8回程度) 毎月第3水曜日 午前 9:30～11:30 材料費年間1,000円程度
	#シンおとこ塾	リタイア(相当)年代の「おとこ」の講座 ○随所に講師となり「学び方をまなぶ」 ○大人の社会見学・何でもチャレンジ ○行きたいところへ やりたいことを ○「公開講座」を主催し学びを広げる。 □#シン発見と#シン「おとこ」磨き	テーマ別講師 講座内の相互講師	現在 10名 ・ 募集 継続中	5/28(水)～(全10回程度) 毎月第4水曜日 午前9:30～11:30(終日もアリ) ※持ち物はやる気と好奇心と自由な遊び心

赤穂公民館 講座のつづき

対 象	講座名	内 容	講 師	定員	日 時
一 般	NEW! 十二天の森を 考える 大人の総合学習	市内福岡に残る貴重な平地林「十二天の森」。この大切な財産を「どのように学び・活かし・つづけていくか」考える講座。 ・森で遊び、森に学び、森を守る。 ・自由な発想の「大人の総合学習」 ・あなたの熱意とアイデアで森を活かす。	～講師の設定も講座で考えて～ ・イベント ・講座・学習会 ・体験会 に応じて	まずは 8名	初回5/8(木) 以後毎月第2木曜日 午前9:30～11:30 以上原則 会場:十二天の森 ＆赤穂公民館 参加者の想いを尊重して設定
	NEW! 農業体験講座	市内農園でシャインマスカットの1房オーナーになって栽培～収穫までを体験しよう。(5月以降は農園での講座になります。)	Grape Garden Da Capo. 代表 清水 大輔	10人 ※親子の 場合は 1組で 1人と します。	4/26、5/24、6/28、 7/5、9/20、10/4 全て土曜日 午前10時～12時 参加費 1,000円 (初回のみ徴収) ※生育状況により日程変更する場合があります。
	NEW! 己書教室	筆ペンと絵の具を使って描く味のある文字と絵、それが「己書」です。 己(おのれ)書ですから、ルールはなし。 初めての方でもコツを掴めば誰でも描くことができます。 さあ描いてみましょう!	小原よう子	15名	5/20(火)～(全8回) 毎月第3火曜日 午後7:00～9:00 5/20、6/17、7/15、 8/19、9/16、10/21、 11/18、12/16 材料費3,500円程度 (初回集金)

❀ 防災力パワーアップ講座

～災害時に強く生き、乗り越えるチカラをつけて、地域づくりにつなげよう～

対 象	講座名	内 容	講 師	定員	日 時
・小学生 ・親子で 参加 (低学年は 要親同伴)	【体験】 自分できる 「日赤風」の防災力 (福祉課・赤穂公民館 小学生夏休み 子ども講座))	災害時に自分でできる事って何だろう? 避難所に避難したら何が出来るだろう? 非常食の炊き出しを作ってみたり実践的な体験を通して、より防災・減災について学んでみよう!	駒ヶ根市 赤十字 奉仕団	30名	8月2日(土) 午前10:00～正午 会場:ふれあいセンター

❀ 季節講座 ―― 季節の楽しみ、学びを深めましょう。

対 象	講座名	内 容	講 師	定員	日 時
市内小学生	小学生夏休み 子ども講座	地域の方を先生にたくさんのかたを体験し、充実した夏休みにしましょう。	詳細は後日学校を通じてご案内します。		
一 般	第51回 バードウォッチング	新緑の中、小鳥のさえずりに耳を澄まし、観察を楽しみましょう。今年から申し込みが必要です。 	上伊那理科 教育研究会	60名	4月26日(土) 大沼湖周辺 午前6:00～8:00
	～時短、簡単!～ 旬の野菜で おかずとおつまみ とスイーツ	裏技満載の調理法で、帰宅後すぐにパッと作れるおかずとおつまみとスイーツを美味しくいただきます。みんなでわいわい楽しみながら4～5品作ります! 6月…夏野菜料理 9月…秋野菜料理 12月…冬野菜料理 3月…春野菜料理	松崎 郁子	20名	6/19・9/18・12/18 3/19 全4回 各木曜日 午後7:00～9:00 材料費別途 1回500～800円程度
	しめ縄づくり 「お師匠」養成講座 一分館と共に 創る講座―	しめ縄づくりのお師匠を養成し分館の講習会や小学校で手ほどきできる人材を発掘、広げる養成講座 絶滅危惧のしめ縄文化やワラを使ったものづくりを次世代につなげて生活に活かせる。そんな担い手を地域の中に育てることを目指します。	大相模の 土儀づくり 薫侍 酒井 裕司 「わらむ」代表	20名	9月～11月 全5回 9/30・10/14・10/28 11/11・11/25 火曜日 午前9:30～11:30 材料は公民館で用意 受講後、「お師匠」として活動可能な方