

一般講座



電子申請は
こちらから！

●語学【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA01	初めての中国語講座 【☆】	富士駅北	6回	9:30~11:30	10人	吉川 淑子	1,200円	3,500円	中国語の基礎、発音記号(ピンイン)から学びます。テキストに沿って漢字の読み、文法から簡単な日常会話まで。 初心者大歓迎。教材費はテキスト代
			開催日	6/11(水)、6/25(水)、7/9(水)、7/23(水)、8/6(水)、8/20(水)					
XA02	聞いて話せる英語 発音講座 【☆】	田子浦	6回	19:00~21:00	12人	小塚 孝則	1,200円	1,500円	英語を話す第一歩は音を聞き取ることです。英語の音はカタカナでは置き換えられません。アルファベットのひとつひとつを自分で発音しながら楽しく学びましょう。学ぶというより、発声することで音を身につける実践的な講座です。
			開催日	7/2(水)、7/16(水)、8/6(水)、8/20(水)、9/3(水)、9/17(水)					

●パソコン【電子申請グループA】

※申込時に備考欄へパソコンのバージョン(例: Windows10、Word・Excel2019 など)を記入してください。

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA03	パソコン ワード・エクセルの 基本と応用 【☆】	富士駅南	6回	9:30~11:30	10人	小林 満代	1,200円	2,000円	ワードで文字入力、エクセルで表計算。基本から応用まで学びます。インターネットを活用してカレンダーソフトや写真をダウンロードします。 初心者向けの内容です。教材費はテキスト代です。 持ち物: パソコン、USB。
			開催日	6/4(水)、6/18(水)、7/2(水)、7/16(水)、8/6(水)、8/20(水)					

●スマートフォン【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA04	1から始める Instagram 講座	伝法	3回	13:30~15:30	10人	遠藤 陽子	600円	0円	スマートフォンで写真映える撮影・加工方法を学びながら、SNSを活用しましょう。 ①アプリの登録 ②写真の撮影・加工 ③記事の投稿 アプリをインストールできる方(パスワード持参) 初心者向けではありません
			開催日	6/3(月)、6/17(月)、7/1(月)					
XA05	初心者でも簡単! スマートフォン講座	須津	10回	13:30~15:00	12人	遠藤 陽子	2,000円	500円	スマートフォンの基本操作やインターネット、アプリの使い方などを学びます。はじめての方も安心してください。だれでもできます。 スマートフォンを各自持参。Android、iPhone 問いません。らくらくスマホは不可。
			開催日	7/8(月)、7/22(月)、7/29(月)、8/5(月)、8/19(月)、8/26(月)、9/2(月)、9/9(月)、9/30(月)、10/7(月)					
XA06	初心者向け Android スマホ 【☆】	富士見台	6回	13:30~15:30	10人	関根 裕	1,200円	1,200円	初心者大歓迎!今さら聞きにくいスマホの基本操作(電話やメール等)や、人気の便利アプリ(LINE や地図等)をご自分のスマホで楽しく体験してみましょう。 Android スマホを各自持参。教材費はテキスト代+プリント代です。
			開催日	6/6(水)、6/20(水)、7/4(水)、7/18(水)、8/1(水)、8/8(水)					
XA07	初心者向け iPhone スマホ 【☆】	大淵	6回	9:30~11:30	10人	松永 睦美	1,200円	1,100円	初心者大歓迎!「電源の入れ方、電話、カメラ、アプリ、インターネット、メール、地図、LINE」をわかりやすく説明します。 教材費はテキスト代 持ち物: iPhone スマホ、筆記用具
			開催日	6/4(水)、6/18(水)、7/2(水)、7/16(水)、8/6(水)、8/20(水)					
XA08	iPhone で出来る 写真・動画の撮影と 編集 【☆】	富士北	6回	13:30~15:30	10人	仁藤 政孝	1,200円	1,100円	iPhone 搭載カメラの上手な撮影方法、撮った写真や動画をiPhone のマジックムービー、アイムービーで編集し、LINE、YouTube で発信します。文字入力ができる人。パスワードを確認しておいてください。 持ち物: iPhone スマホ (バージョンは7以降) または iPad
			開催日	6/3(月)、6/17(月)、7/1(月)、7/22(月)、8/5(月)、8/19(月)					
XA09	スマホ恐怖症 克服講座 【☆】	富士川	6回	13:30~15:30	20人	山口 和香	1,200円	500円	スマホ初心者向けの講座です。変なところを触ってしまいそうで怖い、というスマホ恐怖症を克服しましょう。 スマートフォンをお持ちください。らくらくスマホ可。
			開催日	6/12(水)、6/26(水)、7/10(水)、7/24(水)、8/28(水)、9/11(水)					
XA10	初心者のための スマホ活用術 ~基本から活用まで~	丘	8回	13:30~15:30	15人	鈴木 美保 ほか	1,600円	2,300円	基本操作や安心安全に使用する方、インターネット検索・カメラ・アプリなどの使い方をオリジナルテキストを使ってわかりやすく説明します。 スマートフォンを各自持参。Android、iPhone 問いません。らくらくスマホは不可。
			開催日	6/10(月)、6/24(月)、7/8(月)、7/22(月)、8/5(月)、8/19(月)、9/9(月)、9/30(月)					

※講座名に【☆】がある講座はみんカル講座、【☎】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ (TEL: 30-6820)

一 般 講 座



電子申請は
コチラから！

●絵画【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA11	初めての 花のスケッチ画 【☼】	伝法	5回	13:30~15:30	20人	久保田 美也子	1,000円	1,000円	スケッチの基本を学びながら、絵画技術を磨き、花の絵を描いている作家さんもたくさんいます。絵を自分なりに色付けし、絵画に興味を持っていただけたら嬉しいです。 絵の具、筆持参
			開催日	6/12(水)、6/26(水)、7/10(水)、7/24(水)、8/28(水)					
XA12	初心者限定 暮らしを彩る トールペイント教室 【☼】	神戸	3回	10:00~12:00	10人	遠藤 卯美	600円	4,800円	暮らしを彩る器、ミモザのジュエリートレイを作製します。 教材費は道具一式を購入いただくための金額です。
			開催日	6/21(金)、7/19(金)、9/20(金)					

●書道【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA13	筆ペンを使った 実用書道 【☆】	富士駅北	6回	9:30~11:30	20人	河内 裕子	1,200円	1,000円	日本文化の書道を継承しつつ「筆ペン」で、生活に密着した賀状、のし袋、添え文等の書き方を学びます。 筆ペン（ぺんてる XFL2U を推奨550円）、文鎮、書道用下敷をご用意ください。 初心者大歓迎。教材費はテキスト代
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)、7/26(金)、8/8(水)、8/22(水)					
XA14	かな書道（初級編） いろはを書こう 【☼】	富士北	5回	9:30~11:30	15人	眞鍋 淳子	1,000円	1,000円	かな書の基本から楽しみ方までを、いろは歌を書きながら全5回で学びます。 かな文字の魅力の皆様にお伝えしたいと思えます。 書道用具一式または筆ペンを各自持参
			開催日	6/7(金)、6/21(金)、7/5(金)、7/19(金)、8/2(金)					
XA15	生活に役立つ 毛筆の基本を学ぶ 【☼】	松野	5回	9:30~11:30	15人	宮本 暉暲	1,000円	2,300円	墨の香りは心が落ちつきます。毛筆は集中力がつきます。楷書、行書の書き方のポイントを押さえて自信を持って書けるようにしましょう。 書道用具一式は各自持参。教材費は半紙、お手本、テキスト代です。
			開催日	6/21(金)、7/5(金)、7/19(金)、8/2(金)、8/16(金)					

●手芸・裁縫【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA16	初めての パッチワーク 【☆】	須津	7回	9:30~11:30	12人	渡邊 尚子	1,400円	3,500円	パッチワークの基本を学びながら、ミニタペストリーとポーチを作りします。 教材費は布セット、キルト綿、ファスナー代です。
			開催日	6/6(水)、6/20(水)、7/4(水)、7/18(水)、8/1(水)、8/29(水)、9/5(水)					
XA17	浮き指改善 足半草履作り 【☆】	神戸	3回	9:30~11:30	10人	滝沢 勉	600円	500円	腰痛やヒザ痛は同じ姿勢の連続や靴のはき方が原因になるとも言われます。その改善と予防のための半分サイズ草履。楽しみながら作って履いてみましょう。 初心者大歓迎。スポンで来てください。 教材費は材料代
			開催日	6/8(土)、6/22(土)、7/13(土)					

●工芸【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA18	大人の切り絵アート 【☼】	今泉	5回	9:30~11:30	15人	常田 遥	1,000円	3,000円	身近な材料を使って作れる切り絵の魅力を体験してみませんか？シンプルな図案から細かい図案まで用意しています。 ぜひ挑戦してみてください。 ハサミ、定規、デザインカッターを持っている人は持参
			開催日	9/12(水)、9/26(水)、10/10(水)、10/24(水)、11/14(水)					
XA19	可愛くて環境に やさしい！SDGs アートラボ	元吉原	4回	9:30~11:30	15人	小澤 緑	800円	500円	蜜蝋ラップなどの環境に配慮した日用品や、普段ならゴミになるものから可愛いアクセサリを作ります。SDGsについて、富士市の海から考えてみましょう。
			開催日	9/3(水)、9/17(水)、10/1(水)、10/15(水)					

*講座名に【☆】がある講座はみんなカル講座、【☼】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。
各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

一般講座



電子申請は
こちらから！

●工芸【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA20	竹工芸	神戸	10回	19:00～21:00	20人	牧野 保	2,000円	自己負担有	富士の竹を使って竹かごなどをひごから 全て自分で手作りします。竹の温もりを 感じてみませんか？
			開催日	6/6(木)、6/20(木)、7/4(木)、7/18(木)、8/1(木)、8/29(木)、 9/5(木)、9/19(木)、10/3(木)、10/17(木)					
XA21	初めての和紙絵画 【☆】	神戸	5回	9:30～11:30	10人	井上 照子	1,000円	5,000円	染色和紙を使って契る切るを繰り返しながら色紙に貼り、花・果物・富士山等の 作品を仕上げます。初心者大歓迎です。 楽しみながら学びましょう。 初回に使用する道具類は講師が用意しま す。教材費は材料代
			開催日	6/10(月)、6/24(月)、7/8(月)、7/22(月)、8/5(月)					
XA22	手作りをあげよう！ かんたんおもちゃ	吉永北	5回	9:30～11:30	10人	影山 早苗	1,000円	400円	身近な材料で、簡単に作れる子どものお もちゃを作ります。お子さんやお孫さん、 子どもたちにプレゼントしてみましょ う。吉永第二小児童との交流回があります。 ※8/7(水)に児童と交流ができない場合、 延期する場合があります
			開催日	6/5(水)、7/3(水)、8/7(水)、9/4(水)、10/2(水)					
XA23	スケルトンリーフ アレンジメント ～おしゃれな 自然工作塾～	富士駅南	3回	9:30～11:30	15人	小泉 隆嗣	600円	500円	スケルトンリーフ(葉脈標本)でおしゃ れな作品(寒椿の花)を楽しみながら、 私たち富士市の自然環境についても学ん でいきましょう。
			開催日	6/21(金)、7/5(金)、7/19(金)					
XA24	ポーセラーツを 始めてみよう 【♀】	田子浦	5回	19:00～21:00	15人	内倉 良会	1,000円	5,000円	簡単絵付けのポーセラーツを始めたい方 向け初級者講座。基本を学びながら世界 に1つの食器を作りましょう。作る楽し み、使う楽しみを一緒に体験しよう！ 5作品つくります。
			開催日	6/12(水)、6/26(水)、7/10(水)、7/24(水)、8/7(水)					
XA25	日々を彩る ペーパークラフト 講座	岩松	4回	10:00～11:30	12人	影山 早苗	800円	1,500円	身近な“紙”を楽しむ講座です。日常で 使える便利技や、贈り物の際に使える小 技のご紹介、また紙の風合いを活かした 和モダンアクセサリー作りにも挑戦しま す。
			開催日	6/19(水)、7/17(水)、8/21(水)、9/18(水)					
XA26	ディンプルアート 講座 ～車廃材で新感覚 アート～ 【♀】	鷹岡	3回	13:30～15:30	10人	渡辺 妥枝	600円	3,000円	車のフロントガラスの中間膜のリサイク ルから生まれた絵具を使ってスタンドグ ラス風のアートを楽しみましょう。 各回1作品仕上げます。
			開催日	6/13(木)、6/27(木)、7/11(木)					
XA27	陶芸体験 手びねり講座 【☆】	丘	5回	19:00～21:00	10人	望月 美穂	1,000円	7,500円	毎日目にする食器や花瓶などを自分で 作ってみませんか？初心者を対象に手回 しろくろでの器作りの基本を教えます。 作品は講師が持ち帰り、焼成してからお 渡しします。
			開催日	6/11(水)、6/25(水)、7/9(水)、7/23(水)、8/6(水)					

●音楽【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA28	初心者限定 唄がうまくなる ボカリスクール 【♀】	吉永	5回	19:00～21:00	6人	畔柳 誠	1,000円	0円	唄がうまくなりたい方向けの初心者講座。 基礎から始まり、最後は歌声を録音し、 いろいろなことが学べます！楽しみなが ら一緒にボイストレーニングをしましょ う。
			開催日	6/13(木)、6/27(木)、7/11(木)、7/25(木)、8/8(木)					
XA29	ソーシャルミュージック (歌声ストリート♪ 吉永♪) 【☆】	吉永	6回	13:30～15:30	20人	後藤 静代	1,200円	980円	プロの生演奏で日本の歌を聴きながら午 後のひと時を過ごしませんか？ 美しき日本の歌の教本(880円)がある方 はプリント代(100円)のみです。
			開催日	6/10(月)、7/8(月)、7/29(月)、8/19(月)、9/9(月)、9/30(月)					

※講座名に【☆】がある講座はみんな講座、【♀】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。
各講座のお問い合わせは社会教育課へ (TEL: 30-6820)

一 般 講 座



電子申請は
コチラから！

●音楽【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA30	初心者大歓迎！ 日本の民謡を歌おう 【☆】	富士南	4回	10:00～11:30	10人	望月 芳子	800円	300円	茶つきり節、ソーラン節と全国の聞きなれた民謡を三味線と尺八の伴奏で歌います。ストレスの解消、声帯の強化、誤飲の予防につながります。 教材はテキスト代（歌詞カード）
			開催日	7/6(出)、7/20(出)、8/3(出)、8/17(出)					
XA31	楽しい歌の会 【鳥】	岩松	5回	13:30～15:00	30人	神尾 美佳	1,000円	1,100円	歌の呼吸や発声など興味がある方、なによりも楽しく歌いたい方の講座です。フォークソング、懐メロ、唱歌などを、お腹から声を出して歌いましょう。 教材費は教本代（購入必須）
			開催日	6/26(水)、7/24(水)、8/28(水)、9/25(水)、10/23(水)					
XA32	初日から曲が弾ける！ よなおしギター講座 【☆】	岩松北	7回	10:00～11:00	10人	橋本 真也	1,400円	500円	簡単に演奏できるギターに似た新しい楽器「よなおしギター」で初日から演奏！楽しみながら演奏技術と音楽知識が身に付きます。 楽器と楽譜は無料でお貸しします。（ギターではありません）
			開催日	6/11(水)、6/25(水)、7/9(水)、7/23(水)、8/27(水)、9/10(水)、9/24(水)					
XA33	みんなで歌おう！ 歌謡曲！ 【☆】	広見	5回	14:00～15:30	20人	河部 翔	1,000円	600円	ラジオエフでおなじみ、クールファイブのボーカル河部翔さんと一緒に、歌謡曲を歌いませんか？歌い方のコツを学んで気持ちよく歌えるようになりましょう。
			開催日	6/4(水)、6/18(水)、7/2(水)、7/16(水)、7/31(水)					

●華道【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA34	華道講座（池坊） 【☆】	富士見台	6回	9:30～11:30	15人	山口 早苗	1,200円	6,600円	季節を感じ、心豊かに月一度の花道講座を楽しみましょう!! 花器、剣山、花ばさみ、雑巾、ゴミ袋をご用意ください。 初心者向けの内容です。教材費は花代です。
			開催日	6/19(水)、7/17(水)、9/18(水)、10/16(水)、11/20(水)、2/19(水)					
XA35	生活に潤いを！ 華道教室（池坊） 【☆】	富士駅南	6回	9:30～11:30	10人	木内 浩代	1,200円	6,600円	普段の生活の中で、四季折々の草花に触れ自身で生ける華道を体験！経験のない人は新しい楽しみに出会うきっかけになります。 花器、剣山、花ばさみ、雑巾、ゴミ袋をご用意ください。 初心者向けの講座です。教材費は花代です。
			開催日	9/13(金)、10/11(金)、11/8(金)、12/13(金)、1/10(金)、2/14(金)					

●料理（料理全般）【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA36	みんなが笑顔になる 巻き寿司作り 【鳥】	富士見台	4回	9:30～11:30	10人	高木 佐代子	800円	3,500円	「すごい！」と言われる見た目もキレイで、食べるとおいしい巻き寿司を作ります。初心者さん大歓迎。お家でもたくさん作ってくださいね。
			開催日	6/7(金)、7/5(金)、8/2(金)、9/6(金)					
XA37	楽しく、そば打ち 【☆】	富士北	6回	13:30～16:30	6人	佐野 竹久	1,200円	6,000円	年越しそばを目指して、楽しみながらチャレンジしてください。 教材費は材料代 エプロン、容器、ふきん、（3枚ほど）ご持参ください。
			開催日	9/3(水)、9/17(水)、10/1(水)、10/15(水)、11/5(水)、11/19(水)					
XA38	初心者向き ピザ作り体験 【☆】	富士南	3回	13:30～16:00	12人	田口 八千代	600円	1,000円	ピザ生地とピザソースを手作りして、アウトドアにも生かせる、自分だけのオリジナルピザを作ります。2種類の作り方の違うピザ生地を体験します。 ピザのサイズは20センチ前後の丸型または角型です。
			開催日	9/10(水)、10/8(水)、11/12(水)					
XA39	子どもが喜ぶ パーティーメニュー 講座 【☆】	岩松	3回	9:30～11:30	10人	竹田 裕子	600円	6,000円	ひな祭り&こどもの日、ハロウィン、クリスマスと、子どもがワクワクするイベントにぴったりのパーティーメニューを作ります！ 作った料理は試食していただきます。料理の持ち帰りはできません。
			開催日	6/6(水)、6/20(水)、7/4(水)					

※講座名に【☆】がある講座はみんなカル講座、【鳥】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。
各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

一般講座



電子申請は
こちらから！

●料理（料理全般）【電子申請グループA】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XA40	旬野菜を楽しむ お手軽料理講座	岩松北	3回	13:30~15:30	12人	望月 由紀子	600円	3,000円	旬のお野菜は美味しくて栄養もたっぷり！ 季節の新鮮な地物野菜を使って、日々の食事に取り入れやすい、お手軽で簡単な料理を作ります。
			開催日	6/20(木)、7/18(木)、8/22(木)					
XA41	かわいいアニマル パンを作ろう 【☆】	松野	2回	9:15~11:45	16人	斉藤 佑介	400円	1,400円	プロのパン屋さんが発酵まで仕上げたパンをかわいい動物に成形し焼き上げます。 1回あたり2つ作ります！
			開催日	6/3(月)、7/1(月)					

●園芸【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB01	鉢植えて楽しむ フルーツ 家族で収穫祭 【🍎】	須津	3回	14:00~16:00	15人	土屋 勝	600円	7,200円	初心者にも手軽にできる珍しい果樹の栽培を楽しく学んでいきます。実をつけ、食した時の感動を皆さんも味わってみてください。
			開催日	6/13(木)、7/11(木)、9/12(木)					
XB02	実践、庭木の剪定 【☆】	田子浦	6回	9:00~12:00 初回のみ9:30~11:30	15人	佐藤 雅也	1,200円	1,540円	実際の植木を使って剪定方法を学びます。 第2回から第6回までは近隣の実習場所 で実施します。(田子浦幼稚園) 教材費はテキスト代「庭木の自然風剪定」 です。ヘルメット・脚立は貸し出します。
			開催日	6/1(土)、6/15(土)、7/6(土)、7/20(土)、9/7(土)、9/21(土)					

●体験【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB03	田宿川自然観察の会	今泉	3回	13:30~15:30	20人	山田 高 小澤 緑	600円	0円	今泉地区に流れる田宿川の水辺の観察をしていきます。多様な水草・水辺の花・シダ・コケを季節ごとに観察し、湧水の恵みを感じましょう。 フィールドワークがあります。
			開催日	7/19(金)、11/22(金)、1/24(金)					
XB04	浮島大人の自然塾	浮島	5回	9:30~11:30	20人	山田 高 小澤 緑	1,000円	0円	四季折々の姿を見せてくれる、浮島ヶ原自然公園などの素晴らしい自然を観察していきます。 須津川溪谷等のフィールドワークもあります。現地集合・現地解散。初回は浮島まちづくりセンター集合・解散。
			開催日	6/14(金)、6/21(金)、10/11(金)、1/17(金)、3/7(金)					
XB05	大人の社会科見学	原田	6回	10:00~12:00/ 9/24は13:00~15:00	20人	随時	1,200円	0円	富士市が誇る企業の魅力や工場が取り扱う商品作りの過程を学習・見学していきます。富士市の魅力を再発見してみましょう。 現地集合・現地解散 内容は令和5年度と同じです。
			開催日	6/25(火)、7/23(火)、8/27(火)、9/24(火)、10/22(火)、11/26(火)					
XB06	ラジオで脳トレ!? アナウンサー講座 【☆】	鷹岡	3回	10:00~12:00	10人	伊藤 慶	600円	500円	ラジオエフの朝の顔である伊藤 慶さんと一緒に、発声・滑舌練習フリートークなどのラジオアナウンサーの基礎的な勉強を通じて、コミュニケーションを楽しみましょう！
			開催日	6/1(土)、6/15(土)、6/29(土)					

●スポーツ【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB07	健康ばんざい 吹矢教室 【☆】	吉永	6回	9:30~11:30	12人	F-SPO	1,200円	200円	誰でも気軽にできる吹矢で楽しく健康習慣、始めてみませんか？
			開催日	6/3(月)、6/17(月)、7/1(月)、7/29(月)、8/5(月)、8/19(月)					

*講座名に【☆】がある講座はみんなカル講座、【🍎】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。
各講座のお問い合わせは社会教育課へ (TEL : 30-6820)

一 般 講 座



電子申請は
こちらから！

●スポーツ【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB08	気軽に楽しむ ダーツで気分 リフレッシュ！	富士川	5回	13:30~15:00	15人	瀧 康秀	1,000円	100円	イギリス発祥の競技「ダーツ」。思い切りダーツを投げてリフレッシュしませんか？ストレス解消にもピッタリ！どなたでも楽しめて、受講生同士で対戦もできます。
			開催日	6/13(木)、6/27(木)、7/11(木)、7/25(木)、8/8(木)					

●氣功・太極拳【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB09	歌声道場 「腹式呼吸健康法」 【☆】	吉永北	6回	9:30~11:30	20人	内田 和幸	1,200円	1,000円	体の中心は臍（丹田）です。お腹を意識した腹式呼吸で歌いながら息を整える健康体操です。
			開催日	6/12(木)、6/26(木)、7/10(木)、7/24(木)、8/14(木)、8/28(木)					

●体操【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB10	はじめよう健康体操 【☆】	伝法	7回	13:30~15:00	25人	鈴木 啓司	1,400円	0円	暮らしの中で運動不足解消・フレイル予防等、健康寿命延伸を目指し、ゆったりとしたエクササイズを行います。 初心者向けです。
			開催日	6/10(月)、6/24(月)、7/8(月)、7/22(月)、8/5(月)、8/26(月)、9/9(月)					
XB11	リズムに合わせて 筋力UP 【☆】	今泉	7回	13:30~15:00	18人	大森 美代子	1,400円	0円	用具（バル・ベルター・ボール）を使って筋力UPを目指します。
			開催日	6/19(木)、7/3(木)、7/17(木)、8/21(木)、9/4(木)、9/18(木)、10/2(木)					
XB12	懐メロ健康体操	富士見台	5回	10:00~11:30	15人	NPO法人 全日本健康音楽研究会 東部支部 石川 静恵	1,000円	自己負担有	音楽に合わせて、体操を行います。健康的な体作りを皆さんと一緒にいきましょう。
			開催日	6/7(金)、6/21(金)、7/5(金)、7/19(金)、8/2(金)					
XB13	健康美容体操 【☆】	岩松	7回	13:30~15:00	18人	久保 直子	1,400円	110円	美と健康を意識した優しい体操です。椅子を使いながら、体を動かします。 教材費はトレーニングバンド代
			開催日	6/11(木)、6/25(木)、7/9(木)、7/23(木)、8/27(木)、9/10(木)、9/24(木)					

●ヨガ・ピラティス【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB14	やさしいヨガ 【☆】	伝法	6回	9:30~11:00	16人	齋藤 円	1,200円	0円	初心者向けのヨガ講座です。基礎的なポーズと呼吸法を行います。 初心者から経験者まですべての方が対象
			開催日	6/4(木)、6/18(木)、7/2(木)、7/16(木)、9/3(木)、9/17(木)					
XB15	ピラティス & リフレッシュダンス 【☆】	今泉	7回	10:30~12:00	16人	C-STAR インストラクター	1,400円	0円	身体の内側のインナーマッスルを意識した動きで、健康で安定した身体を作ります。また、簡単なダンスを踊って、気持ちもすっきりしましょう。
			開催日	6/12(木)、6/26(木)、7/10(木)、7/24(木)、8/7(木)、8/28(木)、9/11(木)					
XB16	きほんのヨガ 【☆】	青葉台	7回	13:30~15:00	15人	杉山 由希子	1,400円	0円	呼吸に意識を向けながらヨガの基本的なポーズを行います。自分の身体の状態に気付き、受け入れていくことで、内面の安定にも繋げていきましょう。
			開催日	6/19(木)、7/3(木)、7/31(木)、8/7(木)、9/4(木)、9/18(木)、10/2(木)					

*講座名に【☆】がある講座はみんカル講座、【☎】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

一般講座



電子申請は
コチラから！

●ヨガ・ピラティス【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB17	自分の身体を知る ピラティス 【☒】	浮島	5回	10:00~11:30	20人	佐野 千穂	1,000円	0円	初めての方、シニアの皆さま大歓迎です。 自分の身体を知り、正しい姿勢を身につけましょう。
			開催日	9/6(金)、9/13(金)、9/20(金)、9/27(金)、10/4(金)					
XB18	リフレッシュヨガ 【☆】	浮島	7回	10:00~11:30	15人	杉山 由希子	1,400円	0円	目の前の身体、呼吸に意識を向け、無理なくゆっくりと身体を動かしていきます。 呼吸法やヨガの基本的なポーズを通して心もリフレッシュしましょう。
			開催日	6/25(火)、7/9(火)、7/23(火)、8/27(火)、9/10(火)、9/24(火)、10/8(火)					
XB19	初級ピラティス& ストレッチ 【☆】	原田	7回	10:30~12:00	16人	C-STAR インストラクター	1,400円	0円	初心者向けのピラティスを行います。ピラティスを通して身体の歪みを治していきます。
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)、7/26(金)、8/9(金)、8/23(金)、9/13(金)					
XB20	笑って元気になる 健康講座 笑いヨガ 【☒】	大淵	5回	10:00~11:30	10人	小林 和恵	1,000円	0円	笑うことで心からだが元気になる『笑いヨガ』は、誰にでもできる健康体操です。 ストレスや悩みや痛みも笑い飛ばしましょう！ ※イスのままでも、普段着でもできます。 (ヨガマット不要)
			開催日	6/19(火)、7/3(火)、7/17(火)、8/7(火)、8/21(火)					
XB21	筋膜リリース& リンパケアヨガ 【☒】	富士南	5回	10:00~11:30	15人	垣野 早苗	1,000円	0円	ツアーボールを使った筋膜リリースとリンパケアヨガで全身のリンパの流れを良くし、風邪をひかない体づくりと、ボディケアを試みませんか。 ヨガマットを各自持参
			開催日	6/5(火)、6/19(火)、7/3(火)、7/17(火)、8/7(火)					

●ウォーキング・エクササイズ【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB22	ストレッチ& ウォーキング 【☆】	須津	7回	9:30~11:00	15人	鈴木 啓司	1,400円	0円	ストレッチ・リズムウォーキング等身体を動かすことで、健康づくりに役立てましょう。 初心者向けの講座です。
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)、7/26(金)、8/9(金)、8/23(金)、9/13(金)					
XB23	ストレッチ& ランポウォーク 【☆】	原田	7回	19:00~20:30	15人	瀧 康秀	1,400円	100円	簡単なストレッチとランポウォークで、健康なからだ作りを目指します。
			開催日	6/11(火)、6/25(火)、7/9(火)、7/23(火)、8/27(火)、9/10(火)、10/8(火)					
XB24	チェアピクス 【☒】	吉永北	5回	14:00~15:30	10人	久保 直子	1,000円	0円	椅子を使って行う有酸素運動です。足腰の負担が少なく、無理なく楽しく行うことができます。
			開催日	9/3(火)、9/17(火)、10/1(火)、10/15(火)、10/29(火)					
XB25	健康的な生活を送るための姿勢と ストレッチ講座 【☒】	岩松北	4回	10:00~11:30	8人	加藤 稜	800円	200円	日々の生活の中で身体の不調を感じていませんか？自身の姿勢を見つめ直して健康的な生活を送りましょう！
			開催日	6/4(火)、6/18(火)、7/2(火)、7/16(火)					
XB26	運動不足解消！楽しく 全身エクササイズ 【☒】	広見	5回	10:00~11:30	16人	長谷川 貞代	1,000円	0円	エクササイズを始めたい初心者から参加いただけます。楽しく運動して筋肉をつけ、体力アップを目指しましょう。
			開催日	6/7(金)、6/21(金)、7/5(金)、7/19(金)、8/2(金)					

*講座名に【☆】がある講座はみんカル講座、【☒】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。
各講座のお問い合わせは社会教育課へ (TEL : 30-6820)

一般講座



電子申請は
こちらから！

●ウォーキング・エクササイズ【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB27	健康のびのび ストレッチ 【☆】	広見	6回	9:30~11:00	20人	角田 明日香	1,200円	600円	音楽に合わせスモールボールを使いながらストレッチをします。体を伸ばし、リラックスしながら、インナーマッスルにアプローチします。初心者大歓迎です。教材費はスモールボール代
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)、8/9(金)、8/23(金)、9/6(金)					
XB28	健康づくり ウォーキング エクササイズ 【☆】	丘	7回	13:30~15:00	23人	鈴木 啓司	1,400円	0円	健康づくりのために①有酸素運動としてのウォーキング②柔軟性向上としてのストレッチ体操を行います。初心者向けです。
			開催日	6/4(火)、6/18(火)、7/2(火)、7/16(火)、8/6(火)、8/20(火)、9/3(火)					

●ダンス【電子申請グループB】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XB29	シニア向け体操& チアダンス 【☆】	吉原	4回	9:30~11:00	16人	C-STAR インストラクター	800円	1,650円	シニア向けにストレッチ体操とリズムに合わせてチアダンスを踊ってリフレッシュしていきます。シニア向けの内容です。教材費あり。
			開催日	6/5(水)、6/19(水)、7/3(水)、7/17(水)					
XB30	楽しくダンス (フラダンス) 【☆】	青葉台	6回	19:00~20:30	16人	マブアナスタジオ (桑原洋美)	1,200円	0円	初心者向けのフラダンスです。笑顔で楽しくハワイアンを味わってみませんか？いろいろなダンスを楽しんで体験してみましょう。
			開催日	6/4(火)、7/2(火)、7/23(火)、7/30(火)、8/6(火)、8/27(火)					
XB31	エキゾチックダンス 【☆】	元吉原	6回	13:30~15:00	15人	石川 美代子	1,200円	0円	体をゆるめ、ほぐし、オリエンタルダンスの基礎の動きから少しずつ踊ります。
			開催日	6/12(水)、6/26(水)、7/10(水)、7/24(水)、8/7(水)、8/28(水)					
XB32	やさしく楽しく フラメンコ 【☆】	元吉原	5回	19:00~20:30	15人	フェリセス (松浦 広美他)	1,000円	0円	フラメンコの音楽に乗せて楽しく体を動かしてみよう。初心者向けの講座です。
			開催日	6/3(月)、7/1(月)、8/5(月)、9/2(月)、10/7(月)					
XB33	DISCO WORLD 【☆】	富士川	7回	10:15~11:45	25人	伊海 愛望	1,400円	0円	70年代、80年代のDISCOでかかっていた曲を使用したダンスフィットネス。おなじみの曲で楽しく体を動かすことができます。
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)、7/26(金)、8/9(金)、8/23(金)、9/13(金)					

●一般教養【電子申請グループC】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XC01	吉原のまちの歴史	吉原	3回	9:30~11:30	20人	内田 昌宏 (駿河郷土史研究会)	600円	自己負担	・吉原宿の明治期以降の変遷 ・老舗商店や「まちの駅」に残されている吉原の歴史を物語る物の再発見など 以上の内容を資料やフィールドワークを基に辿ります。 ※フィールドワークは天候等により変更の場合あり
			開催日	6/13(木)、7/11(木)、8/8(木)					
XC02	昔ばなしの 語りてになろう！ 【♫】	吉原	5回	10:00~11:30	10人	渡辺 佐代子	1,000円	0円	昔話の語りをはじめたい方向けの講座です。テキストの選び方、語り方を知ることが大切です。聞き手と語り手の心を繋ぐ昔話を語ってみませんか？
			開催日	6/8(土)、7/13(土)、9/14(土)、10/12(土)、11/9(土)					
XC03	怒りをコントロールする (アンガーマネジメント) 【☆】	吉原	5回	19:00~20:30	14人	本多 安子	1,000円	200円	怒りと上手に付き合うための心理トレーニング、怒りにくい体質づくり。
			開催日	6/11(火)、6/25(火)、7/9(火)、7/23(火)、8/6(火)					

*講座名に【☆】がある講座はみんカル講座、【♫】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ (TEL : 30-6820)

一般講座



電子申請は
コチラから！

●一般教養【電子申請グループC】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XC04	知っておきたい相続 と遺言の大事な ポイント講座 【罫】	青葉台	3回	10:00～11:30	15人	佐野 友美	600円	300円	・自分の希望を遺す ・遺された親族を困らせない この2つの視点から説明をし、皆様が今後の事を考えるきっかけとなるような講座にしたいと思います。
			開催日	6/25(火)、7/9(火)、7/23(火)					
XC05	基礎からの刃物研ぎ 【☆】	吉永北	3回	9:30～11:30	8人	佐野 竹久	600円	200円	切れない刃物は怪我のもと、仕事の効率・出来栄も変わります。包丁など研ぎたい刃物、荒砥石#200～240、雑巾をご用意ください。 初心者大歓迎！道具は講師が用意します。教材費はテキスト代
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)					
XC06	食で養生しま専科 ～夏に負けない カラダ編～	富士駅北	3回	10:00～11:30	15人	太田 はるみ	600円	0円	食べた物で身体は作られます。食材の持つ力を学び、季節に応じた食べ方を知り、夏の暑さに負けない健康な身体を内側から作りましょう！ ※注：座学講座です
			開催日	6/12(火)、7/10(水)、8/21(水)					
XC07	名字についての雑学 【罫】	富士駅南	5回	13:30～15:00	15人	加藤 好久	1,000円	150円	名字についての基本的な内容の雑学講座です。「えっ?!」「そんなこと知らなかった!」驚きの発見がたくさんあると思います。
			開催日	6/10(月)、7/8(月)、8/5(月)、9/9(月)、10/7(月)					
XC08	ディアナ号の軌跡	田子浦	3回	13:30～15:00	15人	加藤 昭夫	600円	100円	来航・遭難・沈没と数奇な運命を辿ったディアナ号について、その軌跡を探っていきましょう。 ※内容は過去に実施した内容と同じです
			開催日	6/20(木)、7/25(木)、8/22(木)					
XC09	アロマテラピーで お家時間を ワンランクアップ 【罫】	富士川	3回	13:30～15:00	12人	湊 真希	600円	3,100円	アロマテラピー初心者の方も楽しめる初級講座。おうち時間をワンランクアップさせるアロマの使い方を学び、香りを暮らしに取り入れましょう!
			開催日	6/4(火)、7/2(火)、8/6(火)					
XC10	草花さんぽ ～大人の自然観察～	松野	3回	9:30～11:30	30人	山田 高 小澤 緑	600円	0円	身近な自然に目を向け、先生による解説を聞きながら、お散歩気分です松野地区の自然観察を楽しみましょう。
			開催日	6/7(金)、10/25(金)、1/24(金)					
XC11	富士のふもとの名場面 ～琵琶歌と学芸員から 学ぶ～	鷹岡	4回	13:30～15:30	16人	川島 麗水 富士山がくや姫 ミュージアム学芸員	800円	0円	郷土に伝わる歴史の名場面を、琵琶歌に耳を傾け博物館学芸員から解説を聞きます。長く愛され語り継がれた人々の生きざまに触れてみましょう。 最終回は琵琶に直接触って演奏体験ができます。
			開催日	6/19(火)、7/17(火)、8/21(火)、9/18(火)					
XC12	季節の自然散歩	広見	3回	10:00～12:00	15人	大嶽 和彦	600円	0円	広見公園で自然観察やネイチャーゲームを楽しみましょう。1回目は座学。2、3回目は広見公園現地集合（雨天の場合は翌週に延期）
			開催日	7/9(火)、11/5(火)、2/25(火)					
XC13	事例から学ぶ お天気講座 ～気象予報士と探る～	丘	4回	19:00～21:00	15人	千頭 望	800円	0円	くらしに被害をもたらす気象災害。大雨や強雨のカラクリ、気候変動、天気図の読み方、防災情報の正しい理解などを、事例等も交えた図解資料で学びましょう。
			開催日	6/13(木)、6/27(木)、7/11(木)、7/25(木)					
XC14	歌と映像で 「脳活散歩」 【罫】	丘	5回	9:30～11:30	20人	小野 初美	1,000円	300円	歌や旅の好きな方向けの音楽療法講座。歌のエピソードにちなんだ場所を映像で見ながら歌を口ずさんだり体を動かしたりして五感を刺激して脳を健康にしましょう!
			開催日	6/5(火)、6/19(火)、7/3(火)、7/17(火)、7/31(火)					

※講座名に【☆】がある講座はみんなカル講座、【罫】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

一般講座



電子申請は
コチラから！

●高齢者教養（65歳以上の方対象）【電子申請グループC】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XC15	脳がよるこぶ (認知症予防講座) 【☆】	浮島	6回	10:00~11:30	12人	F-SPO	600円	200円	軽い運動と脳を刺激することで活性化して認知機能を改善しませんか？ 年齢制限はありませんが、高齢者向けの講座です。
			開催日	6/10月、6/24月、7/8月、7/22月、8/26月、9/9月					
XC16	中部教養講座 ～寿よしわら塾～	吉原	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	笑ったり、動いたり、描いたり、お仲間と一緒に楽しい時間を過ごしましょう～! ①落語で笑おう！（吉原）/楽しいキッチン雑学（今泉） ②脳いきいき教室 ③かんたん色鉛筆画 ④楽しくからだを動かそう！ ⑤マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（吉原）オーボエとピアノによる心に残るメロディ（今泉）
			開催日	6/18日、7/16日、8/20日、9/17日、10/15日					
XC17	中部教養講座 ～善得寺学級～	今泉	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①転ばぬ先のつえ～元気なうちにはじめる終活～ ②ココロとカラダの元気体操 ③絵手紙を描いてみよう！ ④楽しいキッチン雑学 ⑤オーボエとピアノによる心に残るメロディ（吉原・浮島） マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（元吉原）
			開催日	6/25日、7/23日、8/27日、9/24日、10/22日					
XC18	東部教養講座 ～かくやの里学級～	吉永	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	体操・工作・音楽など、楽しく学びましょう！
			開催日	6/19日、7/17日、8/21日、9/18日、10/16日					
XC19	東部教養講座 ～しおかぜ大学～	元吉原	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①転ばぬ先のつえ～元気なうちにはじめる終活～ ②ココロとカラダの元気体操 ③絵手紙を描いてみよう！ ④楽しいキッチン雑学 ⑤オーボエとピアノによる心に残るメロディ（吉原・浮島） マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（元吉原）
			開催日	6/27日、7/25日、8/22日、9/26日、10/17日					
XC20	東部教養講座 ～はるやま大学～	浮島	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①転ばぬ先のつえ～元気なうちにはじめる終活～ ②ココロとカラダの元気体操 ③絵手紙を描いてみよう！ ④楽しいキッチン雑学 ⑤オーボエとピアノによる心に残るメロディ（吉原・浮島） マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（元吉原）
			開催日	6/14日、7/11日、8/9日、9/13日、10/11日					
XC21	北部教養講座 ～やらなきゃ！きかなきゃ！ソソソ塾～	富士見台	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	明るく元気よく！体操や音楽など仲間と一緒に学びましょう！ ①唱歌と懐メロをうたおう！ ②楽しくからだを動かそう！ ③災害支援のおはなし ④はぎれとボタンで思い出リメイク ⑤気象予報士に聞く天気図と天気予報のハテナ
			開催日	6/5日、7/3日、8/7日、9/4日、10/2日					
XC22	北部教養講座 ～なのはな学級～	吉永北	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①転ばぬ先のつえ～元気なうちにはじめる終活～ ②ココロとカラダの元気体操 ③絵手紙を描いてみよう！ ④楽しいキッチン雑学 ⑤オーボエとピアノによる心に残るメロディ（吉原・浮島） マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（元吉原）
			開催日	6/14日、7/12日、8/9日、9/13日、10/11日					
XC23	南部教養講座 ～北翔大学～	富士北	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	様々な分野に触れ、仲間と一緒に教養を深めましょう！ ①市政いきいき講座 ②かんたん色鉛筆画 ③気象予報士に聞く天気図と天気予報のハテナ ④椅子を使ったストレッチ ⑤ピアノ&ギターの弾き語り&歌、脳トレ
			開催日	6/18日、7/16日、8/20日、9/17日、10/15日					
XC24	南部教養講座 ～田子浦教養大学～	田子浦	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①転ばぬ先のつえ～元気なうちにはじめる終活～ ②ココロとカラダの元気体操 ③絵手紙を描いてみよう！ ④楽しいキッチン雑学 ⑤オーボエとピアノによる心に残るメロディ（吉原・浮島） マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（元吉原）
			開催日	6/13日、7/11日、8/8日、9/12日、10/10日					
XC25	南部教養講座 ～みなみ教養講座～	富士南	5回	13:30~15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①転ばぬ先のつえ～元気なうちにはじめる終活～ ②ココロとカラダの元気体操 ③絵手紙を描いてみよう！ ④楽しいキッチン雑学 ⑤オーボエとピアノによる心に残るメロディ（吉原・浮島） マリンバ鑑賞&リズムを楽しもう！（元吉原）
			開催日	6/4日、7/2日、8/6日、9/3日、10/1日					

※講座名に【☆】がある講座はみんカル講座、【☎】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

一般講座



電子申請は
コチラから！

●高齢者教養（65歳以上の方対象）【電子申請グループC】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XC26	西部教養講座 ～うめ教養大学～	岩松北	5回	13:30～15:00	20人	随時	500円	自己負担有	心も身体も軽やかに。元気で楽しい生活の再発見！ ①脳いきいき教室 ②かわいい小物スイーツデコ ③歴史・大河ドラマ ④ココロとカラダの元気体操 ⑤みんなで歌ってリフレッシュ！
			開催日	6/19(水)、7/17(水)、8/21(水)、9/18(水)、10/16(水)					
XC27	西部教養講座 ～おぐるまふれあい大学～	松野	5回	13:30～15:00	20人	随時	500円	自己負担有	明るく楽しく元氣よく！さあ皆さまと一緒に！ ①美しい日本の歌を歌いましょう ②いきいき健康体操！ ③災害支援のおはなし ④かわいい小物 スイーツデコ ⑤楽しいキッチン雑学
			開催日	6/14(金)、7/12(金)、8/9(金)、9/13(金)、10/11(金)					
XC28	北西部教養講座 ～さくら学級～	広見	5回	13:30～15:00	20人	随時	500円	自己負担有	①美しい日本の歌を歌いましょう ②いきいき健康体操！ ③災害支援のおはなし ④かわいい小物 スイーツデコ ⑤楽しいキッチン雑学
			開催日	6/11(水)、7/9(水)、8/6(水)、9/10(水)、10/8(水)					

●高齢者教養講座 後期予定（8月下旬から募集開始） ※詳細は8月発行予定の後期講座案内冊子をご覧ください。

講座名	会場 センター	回数	時間	定員	開催予定日
中部教養講座 ～伝法大イチョウ学級～	伝法	5回	13:30～15:00	20人	11/8(金)、12/13(金)、1/10(金)、2/14(金)、3/14(金)
中部教養講座 ～青葉台茶助大学～	青葉台	5回	13:30～15:00	20人	11/28(水)、12/19(水)、1/23(水)、2/27(水)、3/13(水)
東部教養講座 ～大柵倶楽部～	須津	5回	13:30～15:00	20人	11/14(水)、12/12(水)、1/9(水)、2/13(水)、3/13(水)
東部教養講座 ～ほたるの郷大学～	原田	5回	13:30～15:00	20人	11/19(水)、12/17(水)、1/21(水)、2/18(水)、3/11(水)
北部教養講座 ～ゆめ千代学級～	神戸	5回	13:30～15:00	20人	11/20(水)、12/18(水)、1/15(水)、2/19(水)、3/12(水)
北部教養講座 ～あすなる大学～	大淵	5回	13:30～15:00	20人	11/15(金)、12/20(金)、1/17(金)、2/21(金)、3/14(金)
南部教養講座 ～かじま大学～	富士駅北	5回	13:30～15:00	20人	11/7(水)、12/5(水)、1/9(水)、2/6(水)、3/6(水)
南部教養講座 ～小木の里大学～	富士駅南	5回	13:30～15:00	20人	11/5(水)、12/3(水)、1/7(水)、2/4(水)、3/4(水)
西部教養講座 ～かりがね大学～	岩松	5回	13:30～15:00	20人	11/14(水)、12/12(水)、1/9(水)、2/13(水)、3/13(水)
西部教養講座 ～ふじかわ大学～	富士川	5回	13:30～15:00	20人	11/13(水)、12/11(水)、1/8(水)、2/12(水)、3/12(水)
北西部教養講座 ～松風大学～	鷹岡	5回	13:30～15:00	20人	11/7(水)、12/5(水)、1/16(水)、2/6(水)、3/6(水)
北西部教養講座 ～高陵学級～	丘	5回	13:30～15:00	20人	11/12(水)、12/10(水)、1/14(水)、2/18(水)、3/11(水)

※講座名に[☆]がある講座はみんカル講座、[鳥]がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。
各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

子ども・親子講座



電子申請は
コチラから！

●乳幼児コース アラカルト型【電子申請グループH】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XH01	伝法かんがるークラブ	伝法	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	親子で楽しみながら、子育てのヒントと仲間を見つけましょう。 【内容】 ①ふれあいあそび～はじめまして、よろしくね～ ②動いて、あそぼう ③絵本の世界へLet's Go! ④リトミック～音あそび～ ⑤みんなでコンサート 対象：2020.4.2～2023.4.1生まれの子と保護者
			開催日	6/6(木)、6/20(木)、7/4(木)、9/5(木)、9/26(木)					
XH02	メリーさんのひつじ 須津	須津	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	
			開催日	6/12(木)、6/26(木)、7/10(木)、9/11(木)、9/25(木)					
XH03	大淵すくすく★エンジェル	大淵	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	
			開催日	6/12(木)、6/26(木)、7/10(木)、9/11(木)、9/25(木)					
XH04	キッズ HUG 田子浦	田子浦	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	
			開催日	6/6(木)、6/20(木)、7/4(木)、9/5(木)、9/26(木)					
XH05	キッズ HUG 富士南	富士南	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	
			開催日	6/11(木)、6/25(木)、7/9(木)、9/10(木)、9/24(木)					
XH06	ぶくぶくパンダ富士川	富士川	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	
			開催日	6/5(木)、6/19(木)、7/3(木)、9/4(木)、9/25(木)					
XH07	鷹岡びよびよクラブ	鷹岡	5回	10:00~11:15	12組	随時	0円	0円	
			開催日	6/4(木)、6/18(木)、7/2(木)、9/3(木)、9/24(木)					

子ども・親子

●乳幼児コース 親子参加型【電子申請グループH】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XH08	一緒に遊ぼう！ 子育てを考えよう 【㊦】	元吉原	5回	10:00~11:30	15組	金沢 敬子	0円	600円	はじめての子育ては「？」でいっぱいです。この講座は「？」を「！」に変えるお手伝いをします。毎回のテーマ(発達・運動・食事など)に沿った工作もお楽しみ♪ 対象：講座初回時点で1～3歳の子と保護者
			開催日	6/14(金)、6/21(金)、6/28(金)、7/5(金)、7/12(金)					
XH09	ママたちのための 親子ピクス 【㊦】	富士駅北	5回	10:00~11:30	10組	土屋 佳名子	0円	0円	産後ママの身体を整えるエクササイズです。赤ちゃんと一緒にご参加いただけます。 対象：2023.10.1～2024.7.31生(予定)の子とその親、かつ講座初回までに1ヶ月検診を母子ともに問題なく終了された方(その予定の方も含む)
			開催日	9/11(木)、9/25(木)、10/9(木)、10/23(木)、11/13(木)					
XH10	親子でぎゅっと体操	富士北	5回	10:00~11:30	10組	森田 由美子	0円	0円	親子でふれあいを楽しみながら豊かな心と体を育て、絆を深めていきましょう。子育てのヒントがあったり、お友達も見つけられますよ。 対象：歩ける未就園児とその保護者
			開催日	6/27(木)、7/25(木)、8/22(木)、9/26(木)、10/24(木)					
XH11	親子でコーディネーショントレーニング 【☆】	岩松北	5回	9:30~11:00	10組	久保 直子	0円	0円	親子でコミュニケーションを楽しみながら、様々な動きを経験します。子育ての悩みを共有できる仲間づくりをしながら楽しみましょう。 対象：2歳～3歳の子と保護者
			開催日	6/8(木)、6/22(木)、7/13(木)、9/14(木)、9/28(木)					

*講座名に【☆】がある講座はみんカル講座、【㊦】がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ (TEL：30-6820)

子ども・親子講座



電子申請は
こちらから！

●乳幼児コース 親子参加型【電子申請グループH】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XH12	親子deエクサダンス [☆]	鷹岡	5回	10:00～11:30	10組	佐野 朱梨	0円	0円	1歳から未就園児のお子様と一緒に楽しむ親子エクササイズです。ダンスの動きを取り入れ、お子様の身体能力向上とお母さんのストレス解消を同時に叶えましょう！
			開催日	6/5(水)、6/19(水)、7/17(水)、9/4(水)、9/18(水)					

●小学生コース【電子申請グループH】

講座番号	講座名	会場 センター	回数	時間	定員	講師	受講料	教材費等	内容等
XH13	ほうかご！ プログラミング教室	原田	8回	15:30～17:00	12人	塩澤 直也	0円	0円	学校の授業でも扱うプログラミング。学習ソフト「スクラッチ」を使って、みんなで楽しくプログラミングを学びましょう。保護者の方は送迎をお願いします。 小学生対象。学年は問いませんが、難易度は3～4年生向けです。
			開催日	6/14(金)、6/28(金)、7/12(金)、9/13(金)、9/27(金)、10/11(金)、10/25(金)、11/15(金)					
XH14	楽しく体験！声のお仕事 ～司会・ラジオ・声優・ ナレーション～	富士南	3回	13:30～15:00	10人	佐藤 清可 ほか	0円	300円	人前で話す仕事っているいろいろあります！現役の講師から、様々な話すお仕事を学んでみませんか？言葉で伝える楽しさや喜びを実感していただけるはず！ 対象：小学4～6年生
			開催日	7/24(水)、7/31(水)、8/7(水)					

※各小学校区ごとに開催する講座は、各小学校で配布されるチラシをご覧ください。

●親子学級 アラカルト講座 後期予定（8月下旬から募集開始）※詳細は8月発行予定の後期講座案内冊子をご覧ください。

講座名	会場 センター	回数	時間	定員	開催予定日
今泉かんがるークラブ	今泉	5回	10:00～11:15	12組	11/7(水)、11/28(水)、12/5(水)、1/15(水)、1/30(水)
メリーさんのひつじ吉永	吉永	5回	10:00～11:15	12組	11/13(水)、11/27(水)、12/11(水)、1/22(水)、1/29(水)
富士見台すくすく★エンジェル	富士見台	5回	10:00～11:15	12組	11/13(水)、11/27(水)、12/11(水)、1/22(水)、1/28(水)
キッズ HUG 富士駅北	富士駅北	5回	10:00～11:15	12組	11/7(水)、11/21(水)、12/5(水)、1/16(水)、1/30(水)
ぶくぶくパンダ岩松	岩松	5回	10:00～11:15	12組	11/6(水)、11/20(水)、12/4(水)、1/15(水)、1/29(水)
丘ぴよぴよクラブ	丘	5回	10:00～11:15	12組	11/19(水)、12/3(水)、12/17(水)、1/21(水)、1/28(水)

※講座名に[☆]がある講座はみんなカル講座、[📄]がある講座は生涯学習人材バンク講座です。詳細は30ページをご覧ください。各講座のお問い合わせは社会教育課へ（TEL：30-6820）

少年教育講座

各小学校で配布されるおたよりをご覧ください。
申込は電子申請、または電話で社会教育課へ。



電子申請は
コチラから！

●各小学校を通じて募集する講座【受講料無料・教材費等は各自負担】

会場センター	講座名	講座名
吉原	よしわらどようび	ワクワクよしわらっこ広場 (放課後に実施)
伝法	わくわくデンボークン	でんぼうっ子広場 (放課後に実施)
今泉	いずみっ子クラブ	
青葉台	青葉台ふるさと学級	
吉永	よしなが竹の子クラブ	高校 De 遊ぼう！学ぼう！
元吉原	もとよし☆わくわくクラブ	
須津	須津★びっくしえるぶす	
浮島	ウキウキうきしま学級	
原田	チャレンジ原田っ子	
富士見台	富士見台チャレンジ学級	
神戸	神戸レインボーくらぶ	
吉永北	吉永北ヒーローズ	吉永北バンダくらぶ (放課後に実施)
大淵	淵っ子アドベンチャー	
富士駅北	駅北げんき一す	
富士北	北っ子くらぶ	
富士駅南	小木の里たんけん隊	
田子浦	田子っ子くらぶ	
富士南	みなみなんぶるズ	
岩松	かりがねキッズ	
岩松北	いわもと君	
富士川	ふじかわチャレンジクラブ	
松野	おぐるまの里寺子屋	
鷹岡	鷹岡みらいっ子クラブ	
広見	広見風の子クラブ	親子で楽しむ 不思議な科学実験
天間	天間みらいっ子クラブ (改修工事に伴い、鷹岡まちづくりセンターを会場に実施します。)	
丘	丘風の子クラブ	

※各講座に関するお問い合わせは社会教育課へ (TEL : 30-6820)