

申込期限：3月31日(日) ※必着



<申込方法>

- 往復はがきに、①講座名 ②氏名 ③性別 ④年齢 ⑤住所 ⑥電話番号と返信用のあて名を書いて、南公民館(〒850-0936 長崎市浪の平町7-19)へ。1枚のはがきに1講座のみ。
- 窓口でも申し込みできます。(はがき持参) / 受付日時：月曜日～土曜日の8:45～17:30
- ※申し込み多数の場合は抽選です。結果は4月上旬(予定)にはがきで通知します。

講座名	内 容	講 師	回数	期 間	曜 日	時 間	定 員	講座時間 朝 10:00～12:00 昼 13:30～15:30	
								備 考	備 考
長崎の風景を歩く	新しい視点で長崎の風景を訪ねる歴史探訪です。人気講師とともに様々な角度から長崎をお楽しみください。蚩茶屋から桜馬場・西山界隈を歩きます。	山口広助 ほか	5	4/22、 5/13、 20、27、 6/3	月	朝	30	・1回目:座学と公民館周辺 ・2回目以降は現地集合	
バラエティクッキング	和食、中華、イタリアン…いろいろな料理を楽しくクッキング! 目指せ美容と健康!!	山口 裕子	3	4/24、 5/22、 6/26	水	9:30～ 12:30	25	材料費:1,800円(3回分) ・エプロン、三角巾等持参	
里山散策 ～春の植物を楽しもう～	食べて美味しい春の山野草、薬草・毒草の見分け方等、散策を通して学びます。西山水源・肥前古賀周辺など。	福見 千松	3	4/25、 5/9、16	木	朝	26	・2・3回目は現地集合 ・軍手、花バサミ等持参	
山野草の寄せ植え ・カゴ編み	園芸の基礎も学びながら、山野草の寄せ植え、天然素材のカゴ編みを楽しむ体験型の講座です。	福見 千松	2	4/18、 5/23	木	朝	26	材料費:1,000円(2回分) ・軍手、花バサミ等持参	
絵図でできる長崎学	江戸時代の長崎での中央官僚・長崎奉行と江戸幕府で唯一役職を世襲した長崎代官の役目の違いと、長崎奉行所の役人、特に地下役人といわれた長崎町人の役割について理解を深めます。	村崎 春樹	4	4/25、 5/9、 16、23	木	朝	26	・4回目は館外研修(現地集合)	
シニア向け スマートフォン講座A	スマートフォンを一度体験してみたいと思っている方を対象とした講座です。基本操作・インターネット・アプリ等、楽しく学びます。 ※スマートフォンは1人1台準備	KDDI 認定講師	1	6/14	金	10:00～ 12:00	各20	対象:おおむね60歳以上 ・A、Bとも同じ内容 ※AかBの希望を記入 (最少催行人数8人)	
シニア向け スマートフォン講座B			1			14:00～ 16:00			
南山手の文学館	ノーベル文学賞を受賞した日本人作家の作品を主に取り上げ、世界を視野に入れつつ読み深めます。	上出 恵子	4	6/7、 14、21、 28	金	昼	26		
野菜で かんたん草木染め	玉ねぎの皮と、ピー玉・割りばし等の道具を用いて、草木染めの絞り染めを体験します。	木田 陽子	2	5/17、31	金	昼	10	材料費:1,000円(2回分) ・エプロン、タオル等持参	
英語でおもてなし講座 ～デビー先生と実践編～	外国人とのコミュニケーションや観光・道案内などで使える英単語を学び、実践していきます。	デビー黒岩	4	5/11、 18、25、 6/1	土	昼	20	対象:小学5年生以上 ・4回目は館外研修(現地集合)	
おりがみのじかん	折り紙で、季節の行事などを楽しみましょう。鯉のぼりやアジサイなどを作ります。	公民館職員	3	4/20、 5/18、 6/15	土	10:30～ 11:30	10	対象:小学生以上 ※電話で申し込み(先着順)	
<高齢者講座> 浪の平ふれあい学校	文化教養・健康問題・環境問題・人権問題等々、毎回テーマを変え、幅広い内容で、だれでも気軽に学べます。	長崎みなとメ ディカルセン ター ほか	10	4/16～ 6/25 ※4/30休	火	朝	60	対象:60歳以上 ・館外研修あり(交通費自己負担)	
<女性講座> 家庭でできる おいしいパンづくり	パン作りの基本を覚えて、手作りの良さを楽しみましょう。「カンパーニュ」「ロールパン」など、いろいろなパンを作ります。	山口 裕子	3	4/20、 5/18、 6/15	土	9:30～ 12:30	25	材料費:1,500円(3回分) ・エプロン、三角巾等持参 ※一時保育(1歳以上)あり。 乳幼児の名前と年齢を記入	
<青少年講座> 親子で 楽しいお菓子づくり	親子でお菓子づくりにチャレンジしませんか。「マフィン」「チョコゼリー」「カレーパン」「おいもプリン」などを作ります。	今里 恵	3	5/11、 25、6/8	土	朝	10 組	対象:小中学生親子 材料費:1組2,000円(3回分) ・エプロン、三角巾等持参 ※全員の名前と年齢を記入	
<家庭教育講座> えほんのじかん	絵本にふれ合いながら、親子で楽しいひとときを過ごしましょう。	公民館職員	12	毎月第3木曜日 ※8月は第4		11:00～ 11:30	なし	対象:乳幼児と保護者 ※申込不要	
講座名	内 容	講 師	回数	期 間	曜 日	時 間	定 員	受講料	備 考
書道(個別学習)	毛筆を基礎から習いたい、生活に役立つ実用書の書き方を学びたい、かな文字や中字、大文字を習いたい…。毛筆で美しい字を書きたい人のための個別学習指導講座です。	古木 義明	5	5/13～ 6/10	月	朝	15	1,300円 (5回分) 検定用紙 400円	・習字道具、習字紙 持参 (最少催行人数8人)
パソコン教室 ～Windows10の機能と Word2016の基礎・基本をマ スターしよう～	Word2016を使ってパソコンの世界を広げましょう。初めての方を対象に、文字入力から表や画像を使った文書を作成します。覚えておきたい基本操作を分かりやすく解説していきます。 ※テキスト:よくわかる初心者のためのWord2016	浜部 貞子	6	4/9～ 5/21 ※4/30休	火	朝	14	3,500円 (6回分) テキスト 1,296円	※テキストの要・不 要を記入 (最少催行人数8人)
パソコン教室 ～エクセルを使いこなそう～ ※パソコンの基本操作(マ ウス操作・文字入力)がで きる方対象	Excelの基礎から学び、表の作成・グラフの作成・データベースの使い方を習得。応用として、簡単な関数を使用した表計算・手作り資料による簡単な家計簿を作成します。 ※テキスト:よくわかる初心者のためのExcel2016	川島 盟三	6	4/9～ 5/21 ※4/30休	火	昼	14	3,500円 (6回分) テキスト 1,296円	※テキストの要・不 要を記入 (最少催行人数8人)
やさしい太極拳	呼吸を整え姿勢を正し、血行をよくして健やかに過ごせるよう、体づくりを目指します。	山下 頼子	5	5/14～ 6/11	火	昼	20	2,000円 (5回分)	・動きやすい服・靴 、敷物等持参 (最少催行人数8人)
はてな? いいかな? 句の作り方!	日常を、季語を入れた五・七・五で表現。添削と推敲をしながら、俳句に親しみます。初心者向けの講座です。	西 史紀	4	5/8、 15、22、 29	水	朝	20	1,000円 (4回分)	(最少催行人数8人)
フラ、 踊ってみませんか?	ハワイアン音楽に合わせて、初めての方でも楽しく踊れます。	林 真理	5	4/18～ 5/23 ※5/2休	木	朝	15	2,000円 (5回分)	・動きやすい服・靴 等持参 (最少催行人数3人)
健康体操 ～さわやかストレッチ～	全身の筋肉をほぐし、適度に鍛え、心と体を元気にする講座です。生活習慣病・腰痛・膝痛の予防、シェイプアップ効果などがあります。	野口 信貴	6	4/12～ 5/24 ※5/3休	金	朝	50	1,000円 (6回分)	・動きやすい服・靴 等持参 (最少催行人数40人)