

令和8年度生涯学習講座(後期)受講生募集

小林市在住・在勤されている方ならどなたでも参加できます!

【お申込み・お問合せ先】 小林中央公民館(小林市教育委員会 社会教育課)

電話: 0984-22-3482/0984-22-7912(平日 9時~17時) FAX: 0984-23-9700

電子メール: k_shakai@city.kobayashi.lg.jp

詳細は右QRコードから(市HP)▶

FAX・メールの場合は、①講座名 ②日程 ③住所 ④氏名(ふりがな)⑤電話番号を明記して送信してください。



野尻町保健福祉センター

ふわふわケーキ作り講座

- 開催日 2/5(金)
- 時間 10:00~12:00
- 参加費 200円+材料費
- 定員 12人
- 内容 基本のシフォンケーキを作ってみませんか
- 講師 荷方 千恵子 氏



からわく

空枠レジン講座

- 開催日 2/27(土)
- 時間 13:30~15:30
- 参加費 200円+材料費
- 定員 15人
- 内容 フレーム(空枠)にレジン液を流し込んで、アクセサリや小物を作ろう
- 講師 松下 理恵 氏



季節の飾りづくり講座

- 開催日 3/3(水)
- 時間 10:00~12:00
- 参加費 200円+材料費
- 定員 12人
- 内容 ボールリースを節句飾り風にアレンジしてみよう
- 講師 久保脇 かずみ 氏



TENAMUビル

初めてさんの棒針編み講座

- 開催日 11/14、11/28、12/5、12/19(土) (4回)
- 時間 10:00~12:00
- 参加費 500円+材料費
- 定員 10人
- 内容 今年の冬は棒針編みに挑戦しませんか。初めてさんも大歓迎!(お子様連れはご相談ください)
- 講師 knot.(ノットドット) 氏



小林中央公民館

西諸 ヒストリア講座

- 開催日 ①11/7(土) 9:00~12:00(時間) ②12/16(水) 9:00~12:00(内容) ③3/16(火) 10:00~12:00
- ・三松の史跡をウォーキング
- ※親子での参加可
- ・四社を巡って参拝法を伝授
- ・小林の歴史についておさらい
- 参加費 400円(3回分)+保険料
- 定員 30人
- 講師 小林ガイドボランティア協会



癒しの頭マッサージ講座

- 開催日 11/19(木)
- 時間 19:00~20:30
- 参加費 200円
- 定員 16人
- 内容 ゆったりした気分で、美髪も期待大!
- 講師 浜砂 美千代 氏



お食事マフィン作り講座

- 開催日 11/25(水)
- 時間 10:00~12:00
- 参加費 200円+材料費
- 定員 16人
- 内容 お砂糖なしの栄養たっぷりマフィン!
- 講師 孝橋 真由美 氏



手打ちで年越しそば講座

- 開催日 12/1(火)
- 時間 10:00~12:00
- 参加費 200円+材料費
- 定員 20人
- 内容 手打ちそばの基本を習い、年越しそば作りにチャレンジ!
- 講師 岩倉 幸一 氏



須木総合ふるさとセンター

西諸 寒さもほころぶあったかメニュー講座

- 開催日 1/22(金)
- 時間 10:00~13:30
- 参加費 200円+材料費
- 定員 15人
- 内容 体の芯まで温めて免疫力アップ! 簡単おもてなしを作ろう
- 講師 JAKらし企画課指導員



からわく

空枠レジン講座

- 開催日 2/20(土)
- 時間 13:30~15:30
- 参加費 200円+材料費
- 定員 15人
- 内容 フレーム(空枠)にレジン液を流し込んで、アクセサリや小物を作ろう
- 講師 松下 理恵 氏



自宅でできるセルフケア講座

- 西諸 こばやし健康ポイント
- 開催日 2/25(木)
- 時間 10:00~11:30
- 参加費 200円
- 定員 12人
- 内容 ストレッチや軽い運動を交え、楽しくセルフケアを学びましょう
- 講師 富永 美紀 氏



ひいらぎアリーナ

男の料理教室

- 開催日 12/15(火)
- 時間 10:00~13:30
- 参加費 200円+材料費
- 定員 12人
- 内容 大人さまのお子さまランチ! 大切な“妻&友人”をもてなしてみませんか
- 講師 健康推進課 管理栄養士



▼各講座とも申込締切は開催日(初日)の2週間前までとなります。

※各講座とも申し込み多数の場合は抽選となります。

※各講座の申込締切日を過ぎた場合においても、参加者数に空きが生じている場合は参加を受け付けます。

※講座の開催日が近づきましたら、はがき等で通知します。なお、講座申込の際の個人情報は、本講座の諸手続にのみ使用します。

◀裏面もあります▶

小林市文化会館

親子

親子でリズム0・1・2 親子でリズム3・4・5

- 開催日 12/20、2/21 (日) (2回)
- 時 間 0歳～2歳 13:30～14:30
3歳～5歳 15:00～16:00
- 参加費 300円
- 定 員 各親子10組
- 内 容 お子さんと一緒に
リズム。音楽に合わせて楽しく
体を動かしましょう！
- 講 師 今屋 早紀子 氏



親子

子育てアロマ講座

- 開催日 11/6、12/18 (金) (2回)
- 時 間 10:00～11:30
- 参加費 300円＋材料費
- 定 員 親子8組
(パパ・ママだけでもOK)
- 内 容 お子さんと一緒に、身体と心に
優しい香りにふれてみませんか。
- 講 師 高尾 千春 氏



西諸

笑いヨガ講座

- 開催日 1/13、2/3 (水) (2回)
- 時 間 13:30～15:00
- 参加費 300円
- 定 員 30人
- 内 容 笑って元気！笑いヨガで
こころもからだも健やかに
- 講 師 片岡 直子 氏



楽しい刺しゅう講座

- 開催日 1/20、1/27、2/3
(水) (3回)
- 時 間 10:00～12:00
- 参加費 400円＋材料費
- 定 員 15人
- 内 容 基本的な技法を
チクチク学びましょう！
- 講 師 吉垣 良子 氏



小林中央公民館

西諸

みんなで一緒に クリスマスコンサート

- 開催日 12/22 (火)
- 時 間 10:00～12:00
- 参加費 200円
- 定 員 30人
- 内 容 一足早くクリスマス気分を！
みんなで歌いましょう！鳴らしましょう！
- 講 師 中山千佳子氏、今屋早紀子氏、
田中まゆみ氏



小物(つまみ細工)づくり講座

- 開催日 1/12、1/26、2/9
(火) (3回)
- 時 間 18:30～20:30
- 参加費 400円＋材料費
- 定 員 12人
- 内 容 正方形の布を折りたたみ、
かわいい作品作りを楽しもう。
- 講 師 矢崎 琴英 氏



西諸

リズム体操講座

こばやし健幸ポイント

- 開催日 1/19、2/2、2/16、3/2
(火) (4回)
- 時 間 10:00～11:30
- 参加費 500円
- 定 員 20人
- 内 容 エアロビクス、有酸素
運動で筋力アップ！音楽に合
わせて楽しく身体を動かしましょう
- 講 師 末元 政弘 氏



羽子板飾りを作ろう

- 開催日 12/5 (土)
- 時 間 10:00～12:00
- 参加費 200円＋材料費
- 定 員 20人
- 内 容 我が家のお正月は
これで決まり！
子どもの参加もOKです。
- 講 師 久保脇 かずみ 氏



西諸

初めての俳句講座

- 開催日 1/18、2/22 (月) (2回)
- 時 間 10:00～11:30
- 参加費 300円
- 定 員 10人
- 内 容 初心者大歓迎！
四季折々の風情を、五七五に
想いをのせて、詠んでみませんか。
- 講 師 市来 遊山 氏



脳トレ！読書のススメ

- 開催日 1/19(火)、2/17(水)(2回)
- 時 間 10:00～11:30
- 参加費 300円
- 定 員 16人
- 内 容 1回目は本に親しみ、2回目は
音読。脳を活性化しましょう！
- 講 師 小林市立図書館職員 ほか



酵素ドリンク作り講座

- 開催日 3/27 (土)
- 時 間 10:00～11:30
- 参加費 200円＋材料費
- 定 員 20人
- 内 容 ミネラルがたっぷりとなる発酵
ドリンクで免疫アップ！
- 講 師 岩下 弓美 氏



自宅でできるセルフケア講座

こばやし健幸ポイント

- 開催日 1/21 (木)
- 時 間 10:00～11:30
- 参加費 200円
- 定 員 15人
- 内 容 ストレッチや軽い運動を交え、
楽しくセルフケアを学びましょう
- 講 師 富永 美紀 氏



『健康、生きがい、仲間づくり』を願って生涯学習講座を開設します。
新たな学びへのきっかけづくりとして、皆様のご参加をお待ちしています。

【お申込み・お問合せ先】 **小林中央公民館** (小林市教育委員会 社会教育課)

電話：0984-22-3482／0984-22-7912 (平日 9時～17時)

FAX：0984-23-9700

電子メール：k_shakai@city.kobayashi.lg.jp

FAX・メールの場合は、①講座名 ②日程 ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤電話番号を明記して送信してください。

西諸

西諸地域に在住の方も
参加できる講座です。

親子

親子で参加できる講座です。

詳細は右QRコードから
(市HP)

