



◆サンエールかごしまの講座は
 キューブアネット
 http://www.cubenet.com/、携帯電話
 090-4500-1111、
 ターネット、http://www.planet.com(イン
 ターネット)、http://www.qtopianet.com/、携
 帯電話090-4500-1111でも申し
 込み可(事前にサ
 ンエールかごしま
 や地域公民館で利
 用者登録が必要)

◆対象 市内に住むか通勤・通学する人原則として
 親子講座は小・中学生とその保護者
 ◆すべて定員を超えたら抽選
 ◆受講料 無料(教材費などは実費負担)
 ◆申し込み 往復はがき(1枚1講座)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、親子講座は親子とも(年代・学年)、小学校区名、性別、電話番号、託児(6カ月～小学2年生(希望者は子ども)の氏名、年齢を書いて、9月20日(必着)までに各地域公民館、サンエールかごしまへ

■地域公民館 は高齢者生き生き元氣塾講座。【託】は託児付講座。

| 場所 | 区分 | 講座名 | 回数 | 日時 | 場所 | 区分 | 講座名 | 回数 | 日時 | 場所 | 区分 | 講座名 | 回数 | 日時 |
|--------|-----------|--------------------------------|----|-------------------|------------------------------------|-----------|--|-----------------------------------|-----------------|----------------------------|----|----------------------------------|----|--------------------------------------|
| 中央公民館 | 少年 | 楽しいかるたとり | 8 | 毎週土曜10:00~12:00 | 谷山市民会館 | 青年・成人・高齢者 | ◆ゆったり健康体操 | 7 | 毎週月曜13:30~15:30 | 榎島 | 少年 | 楽しい百人一首教室 | 10 | 毎週土曜9:00~11:00 |
| | | 2・3歳児の体操教室 お母さんといっしょ【託】 | 5 | 第1・3月曜10:00~12:00 | | | ◆絵手紙入門 | 8 | 毎週水曜10:00~12:00 | | | ◆みんなでうたおう | 10 | 第1・3木曜13:30~15:30 |
| | | ◆インターネット・メール入門 | 7 | 毎週金曜14:00~16:00 | | | ◆摩薩狂言入門 | 8 | 毎週土曜10:00~12:00 | | | ◆手軽にできる切り花栽培 | 5 | 第2木曜9:30~11:30 |
| | | ◆やさしい韓国語 | 9 | 毎週火曜19:00~21:00 | | | ◆シニアエクセル入門 | 6 | 毎週火曜10:00~12:00 | | | ◆初めてのパソコンⅡ (文書作成・インターネット・メール) | 8 | 毎週火曜9:30~11:30 |
| | | ◆鹿児島島の歴史(古代編) | 7 | 毎週金曜13:30~15:30 | | | ◆はじめてのシニアパソコン | 6 | 毎週水曜10:00~12:00 | | | ◆いきいき健康体操 | 6 | 毎週金曜9:30~11:30 |
| | | ◆楽しい中国語 | 9 | 毎週木曜19:00~21:00 | | | ◆シニアワード・エクセル入門 | 6 | 毎週水曜13:30~15:30 | | | ◆桜島桜岳大学 | 5 | 10/25・27, 11/24・26, 2/14 10:00~12:00 |
| | 青年・成人・高齢者 | ◆くらしの法律~老後は誰と~ | 7 | 第1・3土曜10:00~12:00 | ◆天文入門Ⅱ(秋の星座) | 2 | 10/22, 11/26 19:00~20:30 | ◆小倉百人一首教室(会場:中名校区公民館・喜入公民館) | 10 | 毎週土曜10:00~12:00 | | | | |
| | | ◆洋裁の基本とリフォーム | 8 | 第2・4水曜14:00~16:00 | ◆カラーセラピーで健やか子育て(最終回は読み聞かせ講座)【託】 | 6 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆喜入わくわく子ども塾Ⅱ | 5 | 毎週日曜10:00~12:00 | | | | |
| | | ◆人生いきいき中央塾 ~健康で豊かな人生を送るために~ | 6 | 第1・3水曜10:00~12:00 | ◆楽しい絵手紙 | 6 | 毎週水曜13:30~15:30 | ◆すすく子育てセミナー【託】 | 6 | 毎週水曜10:00~12:00 | | | | |
| | | ◆高齢者はつらつフラダンス | 8 | 毎週金曜14:00~16:00 | ◆吉野の歴史を訪ねて | 6 | 毎週水曜9:00~12:00 | ◆活用しよう! デジカメ写真(昼間編) | 3 | 12/5・7・9 14:00~16:00 | | | | |
| | | ◆高齢者はじめてのパソコン ~文書作成~(火曜・午前) | 8 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆パソコン入門 中級編 | 8 | 木・金曜19:00~21:00 | ◆活用しよう! デジカメ写真(夜間編) | 3 | 12/12・14・16 19:00~21:00 | | | | |
| | | ◆高齢者はじめてのパソコン ~文書作成~(火曜・午後) | 8 | 毎週火曜14:00~16:00 | ◆こだわりの料理 パスタ編 | 4 | 月1回月曜9:30~12:30 | ◆パソコン中級ワード教室 | 6 | 毎週月・水・金曜19:00~21:00 | | | | |
| 榎島 | 少年 | ◆高齢者はじめてのパソコン ~文書作成~(金曜・午前) | 8 | 毎週金曜10:00~12:00 | ◆気軽にスポーツレクリエーション | 6 | 火曜13:30~15:30 | ◆男の郷土料理教室 | 5 | 第2・4月曜9:00~12:00 | | | | |
| | | ◆高齢者楽しい太極拳 | 7 | 第1・3水曜14:00~16:00 | ◆いきいき健康体操 | 6 | 木曜13:30~15:30 | ◆高齢者のパソコンでつくる年賀状 | 6 | 毎週月・水・金曜10:00~12:00 | | | | |
| | | 親子百人一首 | 10 | 毎週日曜10:00~12:00 | ◆高齢者はじめてのパソコン (年賀状に挑戦しよう) | 8 | 木・金曜13:30~15:30 | ◆高齢者の中級パソコン教室 | 6 | 毎週月・水・金曜10:00~12:00 | | | | |
| | | 親子エンジョイ体操教室【託】 | 8 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆高齢者 インターネット入門 | 8 | 火・水曜9:30~11:30 | ◆さわやか健康体操 | 6 | 毎週水曜14:00~16:00 | | | | |
| | | ◆和紙ちぎり絵入門 | 6 | 第1・3火曜10:00~12:00 | ◆楽しい百人一首(親子可) | 8 | 毎週土曜9:30~11:30 | ◆喜入高齢者大学 | 8 | 隔週木曜10:00~12:00 | | | | |
| | | ◆成人パソコン教室(文書作成) | 7 | 毎週金曜14:00~16:00 | ◆伊敷丸ごと学び隊「ミニ門松作り」 | 1 | 12/17(土)9:00~12:00 | ◆女性のための料理教室【託】 | 3 | 11/18, 12/2・16 10:00~12:00 | | | | |
| | 青年・成人・高齢者 | ◆法務局による法律入門講座 | 6 | 毎週水曜10:00~12:00 | ◆おはなしリズムあそび(親子対象)【託】 | 5 | 毎週木曜9:30~11:30 | ◆楽しいかるたとり | 8 | 毎週土曜14:00~16:00 | | | | |
| | | ◆手話入門 | 8 | 毎週土曜10:00~12:00 | ◆カラーセラピー | 3 | 10/18, 11/1・15 19:00~21:00 | ◆楽しい読み聞かせ【託】 | 6 | 第1・3火曜10:00~12:00 | | | | |
| | | ◆チャレンジスポーツ吹矢 | 6 | 毎週水曜14:00~16:00 | ◆楽しいニット | 7 | 第1・3木曜9:30~11:30 | ◆まつもと童話の世界 | 1 | 11/12(土)10:00~11:30 | | | | |
| | | ◆男性のための料理入門 | 8 | 第1・3金曜9:30~11:30 | ◆ふるさと料理 | 6 | 月2回水曜9:30~12:30 | ◆パソコン年賀状作成 | 5 | 毎週火曜15:00~17:00 | | | | |
| | | ◆さつま歴史発見 | 8 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆ゆうゆう気功 | 7 | 毎週火曜14:00~16:00 | ◆パソコン表計算活用教室 | 8 | 毎週火曜19:30~21:30 | | | | |
| | | ◆叙情歌を歌う | 6 | 第1・3月曜10:00~12:00 | ◆はじめてのパソコンⅡ | 7 | 毎週水曜9:30~11:30 | ◆歴史と自然を感じるウォーキング | 3 | 10/3・17・24 9:00~12:00 | | | | |
| 城山 | 少年 | ◆高齢者木曜パソコン教室 (文書作成) | 7 | 毎週木曜14:00~16:00 | ◆パソコン再チャレンジⅡ | 7 | 毎週火曜9:30~11:30 | ◆なつかしのハーモニカ | 8 | 第1・3水曜10:00~12:00 | | | | |
| | | ◆高齢者金曜パソコン教室 (文書作成) | 7 | 毎週金曜10:00~12:00 | ◆なつメロ教室 | 8 | 第2・4金曜9:30~11:30 | ◆高齢者パソコン再チャレンジ教室 | 8 | 毎週木曜15:00~17:00 | | | | |
| | | ◆気功入門 | 6 | 毎週火曜14:00~16:00 | ◆生き生きシニア大学 | 8 | 毎週水曜13:30~15:30 | ◆楽しく学ぶ絵本の世界【託】 | 5 | 第3金曜9:30~11:30 | | | | |
| | | ◆高齢者インターネット教室 | 7 | 毎週水曜10:00~12:00 | ◆健康体操&太極拳 | 7 | 毎週金曜13:30~15:30 | ◆応用パソコンⅡ (表計算の応用) | 6 | 毎週月・木曜19:00~21:00 | | | | |
| | | かるたの達人になろう | 8 | 毎週土曜10:00~12:00 | ◆楽しいパソコンⅡ | 7 | 毎週水曜13:30~15:30 | ◆応用パソコンⅢ (デジカメ写真編集) | 6 | 12月開講毎週月・木曜19:00~21:00 | | | | |
| | | さわやかエアロビクス | 6 | 毎週水曜10:00~12:00 | ◆楽しいインターネットⅡ | 7 | 毎週火曜13:30~15:30 | ◆高齢者パソコンⅡ (年賀状作成に挑戦) | 6 | 11月開講毎週月・木曜9:30~11:30 | | | | |
| | 青年・成人・高齢者 | まごころうまか! 健康料理 | 5 | 毎週月曜9:00~12:00 | ◆楽しく学ぼうかるた(百人一首)講座 | 7 | 10/22・29, 11/5・19, 12/3・17, 17 9:45~11:45 | ◆楽しいかるたとり | 8 | 毎週土曜10:00~12:00 | | | | |
| | | 近代文学の散歩道 | 8 | 毎週月曜14:00~16:00 | ◆愛情たっぷりお菓子作り【託】 | 7 | 10/13・20・27, 11/17・24, 12/8・15 10:00~12:00 | ◆楽しく学ぶ絵本の世界【託】 | 5 | 第3金曜9:30~11:30 | | | | |
| | | 楽々パッチワーク | 6 | 第1・3月曜14:00~16:00 | ◆子どもといっしょに読み聞かせを わらべうた&絵本づくり【託】 | 7 | 10/7・14・28, 11/4・18, 25, 12/9 9:45~11:45 | ◆応用パソコンⅢ (デジカメ写真編集) | 6 | 12月開講毎週月・木曜19:00~21:00 | | | | |
| | | ストレスと上手につきあおう | 5 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆心あたたまる絵手紙教室 | 6 | 10/14, 11/18, 12/16, 1/13, 2/3・17 9:45~11:45 | ◆高齢者パソコンⅡ (年賀状作成に挑戦) | 6 | 11月開講毎週月・木曜9:30~11:30 | | | | |
| | | うれしい学び直しのパソコン | 6 | 第2・4水曜14:00~16:00 | ◆簡単! おいしい! 家庭料理 | 7 | 10/25, 11/8, 22, 12/6・20, 1/17・31 9:45~11:45 | ◆かるたの達人教室 (5歳~小学生対象) | 10 | 毎週土曜10:00~12:00 | | | | |
| | | くらしに役立つ税教室 | 6 | 毎週木曜10:00~12:00 | ◆人生これからだ講座(男性対象) | 4 | 毎週金曜13:30~15:30 | ◆親子わくわくクッキング (小・中学生と保護者対象) | 6 | 毎週土曜10:00~13:00 | | | | |
| 谷山市民会館 | 少年 | わたしにもできる初めてのヨガ教室 | 6 | 毎週土曜10:00~12:00 | ◆カメラでナイスショット | 5 | 10/25, 11/8, 15, 29, 12/13 13:30~15:30 | ◆親子でエンジョイ・イングリッシュ (4・5歳と保護者対象) | 6 | 毎週土曜10:00~12:00 | | | | |
| | | もっと知ろう! 城西探訪 | 4 | 毎週土曜8:30~11:30 | ◆はつらつ民謡教室 | 6 | 10/18・25, 11/8・22, 12/6・13, 19, 9:45~11:45 | ◆はじめてのカラーセラピー (保護者対象)【託】 | 6 | 第1・3月曜10:00~12:00 | | | | |
| | | シニア男性料理 | 6 | 毎週金曜9:30~12:30 | ◆さわやか健康体操 | 6 | 10/17・31, 11/14・28, 12/5・19 9:45~11:45 | ◆東川隆太郎先生と行く谷山再発見 | 8 | 第1・3木曜10:00~12:00 | | | | |
| | | シニア学び直しのパソコン | 6 | 毎週火曜14:00~16:00 | ◆わくわくパソコン講座~年賀状を作ろう~(初心者対象) | 7 | 毎週月曜9:45~11:45 | ◆水彩画入門 | 8 | 第2・4木曜10:00~12:00 | | | | |
| | | 後期 筋力、笑顔、シェイプアップ体操 | 8 | 毎週月曜10:00~12:00 | ◆パルアップパソコン講座~エクセル&ワードを学ぼう~(経験者対象) | 7 | 毎週水曜9:45~11:45 | ◆楽しいバドミントン教室 | 8 | 毎週水曜19:00~21:00 | | | | |
| | | シニア学び直しのインターネット塾 | 6 | 第2・4水曜10:00~12:00 | ◆初めての水彩画 | 5 | 10/11・18, 11/1・15, 29, 9:45~11:45 | ◆プロに学ぶパンづくり | 4 | 第2・4水曜9:30~13:00 | | | | |
| | 青年・成人・高齢者 | 小倉百人一首教室 | 9 | 毎週土曜14:00~16:00 | ◆日本の伝統小倉百人一首「かるたを楽しもう」 | 5 | 11月開講月2回土曜13:30~15:30 | ◆これからのパソコン教室【託】 | 6 | 毎週月曜14:00~16:00 | | | | |
| | | 子ども囲碁入門教室 | 9 | 毎週土曜10:00~12:00 | ◆年越しそばを作ろう | 1 | 12/10(土)10:00~12:00 | ◆P.Cボランティア養成講座 | 6 | 毎週金曜10:00~12:00 | | | | |
| | | 乳幼児期すくすく子育て教室(保護者対象)【託】 | 6 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆いきいき健康教室 | 4 | 別途計画19:00~21:00 | ◆谷北シルバーカレッジ | 5 | 第2水曜14:00~15:30 | | | | |
| | | ◆短時クッキング教室 | 8 | 毎週火曜10:00~12:00 | ◆らくらくパソコン教室 | 8 | 毎週月・水曜13:30~15:30 | ◆ヨガでリフレッシュ | 6 | 毎週水曜14:00~16:00 | | | | |
| | | ◆韓国語入門 | 7 | 毎週水曜13:30~15:30 | ◆パソコン活用講座 (文書作成・表計算の応用) | 6 | 火・水・木曜9:30~11:30 | ◆高齢者のゆっくりパソコン (年賀状づくりに挑戦) | 8 | 毎週火・水曜14:00~16:00 | | | | |
| | | ◆知って得する生活の知恵講座 (年金・保険・相続等) | 8 | 毎週金曜13:30~15:30 | ◆さわやか太極拳 | 6 | 第2・4火曜13:30~15:30 | | | | | | | |

10月開講

新たな楽しみを見つけてませんか
 地域公民館・サンエールかごしま後期講座

問い合わせ・申し込み

| | | |
|-----------|----------|-------------------------|
| 中央公民館 | 224-4528 | 〒892-0816 山下町5-9 |
| 鴨池公民館 | 252-5756 | 〒890-0063 鴨池二丁目32-6 |
| 城西公民館 | 224-6993 | 〒890-0014 草牟田一丁目21-8 |
| 谷山市民会館 | 267-5988 | 〒891-0141 谷山中央三丁目383-16 |
| 吉野公民館 | 244-2566 | 〒892-0871 吉野町3074 |
| 伊敷公民館 | 220-1866 | 〒890-0008 伊敷五丁目7-40 |
| 武・田上公民館 | 281-0698 | 〒890-0033 西別府町3116-127 |
| 東桜島公民館 | 221-2328 | 〒891-1543 東桜島町863-1 |
| 吉田公民館 | 294-1219 | 〒891-1392 本城町1696 |
| 桜島公民館 | 293-2725 | 〒891-1419 桜島横山町1722-17 |
| 喜入公民館 | 345-3751 | 〒891-0203 喜入町7005 |
| 松元公民館 | 278-1312 | 〒899-2703 上谷町3366-1 |
| 郡山公民館 | 298-2220 | 〒891-1105 郡山町168 |
| 谷山北公民館 | 269-6391 | 〒891-0105 中山町1246-1 |
| サンエールかごしま | 813-0851 | 〒890-0054 荒田一丁目4-1 |

■サンエールかごしま ※はかごしま県民交流センターで開催

| 講座名 | 対象 | 日時(回数) | 定員 | 講座名 | 対象 | 日時(回数) | 定員 |
|------------------------------|-------------------------|---------------------------------|-----|---------------------------------|--|---------------------------------|-----|
| 手話ボランティア養成講座【託】 | | 10/6~毎週木曜日 14:00~16:00(全10回) | 25 | がんばりママの幼児期子育てセミナー【託】 | おおむね3歳~6歳の子 どもを持つ親 | 10/21~毎週金曜日 10:00~12:00(全5回) | 20 |
| かごしま茶ですこやかエン ジョイライフ【託】 | どなたでも | 10/12~毎週水曜日 14:00~16:00(全5回) | 20 | ハッピーママのベビーマッ サー教室【託】 | 乳幼児とその母親 | 10/7~毎週金曜日 10:00~12:00(全4回) | 15組 |
| 文書作成ソフト活用講座【託】 | | 10/7~毎週金曜日 10:00~12:00(全8回) | 20 | ヤングママお助けアドパイ ザー養成講座 | 子育ての経験のある人や子 育てについて学びたい人 | 10/6~毎週木曜日 14:00~16:00(全10回) | 20 |
| 表計算ソフト活用講座(入門 編)【託】 | パソコンでの文字入力な どの経験がある人 | 10/12~毎週水曜日 14:00~16:00(全8回) | 20 | エンジョイシニアライフ~健 康と薬の付き合い方講座~ | どなたでも | 10/5~毎週水曜日 14:00~16:00(全3回) | 20 |
| 表計算ソフト活用講座(応用 編) | 表計算入力などの経験が ある人 | 10/14~毎週金曜日 19:00~21:00(全8回) | 20 | らくらくインターネット塾 (秋) | おおむね60歳以上の人 | 10/5~(7日間) 14:00~16:00 | 20 |
| マルチメディア活用基礎講座 | パソコン操作に慣れてい る人 | 10/6~毎週木曜日 19:00~21:00(全10回) | 20 | 男性シニアのための健康体操 教室 | 60歳以上の人 | 10/28~毎週金曜日 10:00~11:30(全6回) | 25 |
| ニコニコキッズに手作りおや つ~創作和菓子~【託】 | どなたでも | 11/13~毎週日曜日 10:00~13:00(全3回) | 12 | ※ビデオ撮影・編集術③~パソ コンで広げるビデオの世界~ | パソコン操作に慣れてい る人(開催日の3週間前 までに申し込み) | 10/29・30 10:00~16:00(全2回) | 9 |
| 親子で遊ぼうイングリッシュ 【託】 | 5歳~小学3年生までの 子どもとその親 | 10/8~毎週土曜日 14:00~16:00(全6回) | 12組 | ※スキルアップパソコン講座 Ⅱエクセルで学ぶ表計算 | | 11/12・13 10:00~16:00(全2回) | 16 |
| 教える楽しさ 見つけてみま せんか | どなたでも | 10/12~毎週水曜日 10:00~12:00(全3回) | 15 | | | | |