

### サンエールかごしま 生涯学習プラザ前期講座

●は高齢者いきいき元気塾、◎は託児あり

講座名	対象	回数	開始日・時間	定員
●らくらくインターネット塾 (初級編・春)	おおむね60歳以上の人	4	5月12日(火)～15日(金) 10時～12時	20人
サクソフオン講座	サクソフオンを持っている人	10	5月12日～毎週火曜日 19時～21時	15人
大切な家族の介護サポート講座(入門編)	どなたでも	6	5月13日～毎週水曜日 14時～16時	20人
地域活動支援講座「出番です! 学校支援ボランティア養成」	どなたでも	5	5月14日・21日、6月11日・18日 木曜日19時～21時、5月31日(日)の10時～15時	15人
健康体操リフレッシュピラティス入門	どなたでも	7	5月14日～毎週木曜日 19時～21時	25人
つながり・いきいき発見講座～学校支援ボランティア養成～	どなたでも	3	5月15日～毎週金曜日 14時～16時	20人
すこやかベビーのびのび子育て講座	おおむね2歳までの子どもを持つ親	6	5月15日～毎週金曜日 10時～12時	20人
文書作成ソフト活用講座	どなたでも	8	5月15日～毎週金曜日 19時～21時	20人
レベルアップ・エクセル講座(応用編)	エクセルの基本操作ができる人	5	5月15日～毎週金曜日 14時～16時	20人
今日から始めるエクセル講座(入門編)	パソコンで文字入力の経験がある人	5	5月19日～毎週火曜日 14時～16時	20人
お子さんのための健康セミナー	乳児・幼児・児童の保護者	3	5月20日～毎週水曜日 14時～16時	15人
●「健康づくり1・2・3」～体はくし、太極拳、ヨーガ～	おおむね60歳以上の男性	4	5月20日～毎週水曜日 10時～12時	15人
●パソコンでつくる自分づくり講座	パソコンで文字入力の経験があるおおむね60歳以上の人	10	5月21日～毎週木曜日 14時～16時	20人
知って得する!「暮らしに役立つマネー講座」	どなたでも	4	6月3日～毎週水曜日 19時～21時	12人
すぐに役立つ「和食の基本」講座	20歳以上の人	3	6月6日～毎週土曜日 10時～13時	6組
ココロファミリーの親子愛 情手料理講座	小学生以上の親子	10	6月7日～毎週日曜日 10時～13時	15人
油絵講座	油絵道具を持っている人	10	6月9日～毎週火曜日 19時～21時	15人

◇対象 市内に住むか通勤・通学する人 ◇定員を超えたら抽選  
◇受講料 無料(教材費などは自己負担)  
◇申し込み 往復はがき(1枚1講座)に講座名、住所、小学校区名、氏名、性別、年代、電話番号、託児(6カ月～小学2年生)希望者は「託児希望」を明記の上、子どもの氏名、年齢を書いて、4月20日(必着)までに〒890-0054荒田一丁目4-1サンエールかごしま「生涯学習プラザ」係813-0851へ

### 勤労青少年ホーム前期講座

曜日	講座名	回数	定員	曜日	講座名	回数	定員
(5月11日開講)	家庭料理 ▲	10	36人	(5月14日開講)	家庭料理 ▲	10	36人
	Word2010初級	10	10人		華道小原流 ▲	7	15人
	旅行に役立つ英会話	7	25人		社交ダンス	5	20人
	アフリカダンス	30	30人		家庭料理 ▲	7	36人
(5月12日開講)	家庭料理 ▲	10	10人	(5月15日開講)	Excel2010初級	10	10人
	JW-CAD(基礎)	10	10人		初歩から学ぶペン習字 ▲	7	25人
	茶道表千家	25	25人		フラワーデザイン ▲	5	10人
	ゴスペル	15	40人		ヨーガ ▲	7	30人
(5月13日開講)	医療事務	5	20人	(5月10日開講)	バレーボール	7	10人
	おぼえておきたい女性のマナー ※6月2日開講	5	20人		ピラティス	7	10人
	家庭料理 ▲	10	36人		ジャズダンス	10	15人
	パソコンC5試験Excel(3級)	10	10人		母の日のフラワーアレンジメント ※5月10日開催	1	15人
(5月13日開講)	アロマテラピー	7	30人	(短期一日講座)	スタイリッシュウオーク	3	25人
	はじめてのテニス	25	25人				

◇対象 市内に住むか通勤する15歳以上35歳未満の人(学生を除く)  
◇受講料 無料(教材費などは自己負担)  
◇時間 月～金曜日19時～21時(▲は18時30分～20時30分)、日曜日10時～12時(■は13時～15時)  
◇申し込み 4月15日～27日に本人が直接、勤労青少年ホーム255-5771窓口へ(先着順)  
※土曜日・休日は休館。平成27年度利用証を持っていない人は身分証明書と500円が必要

### 勤労女性センター第1回短期講座

部	講座名	回数	曜日	開講日	定員
午前 (10時～12時)	わくわくパン作り (10時～13時)	5	月	5月11日	36人
	春野菜の免疫力upごはん ★		火	5月12日	30人
	初めてのシニアパソコン ○		水	5月13日	12人
	ゆかたの着こなし&マナー		木	5月14日	30人
	お部屋に華やかなフラワーアレンジメント		金	5月15日	24人
午後 (13時30分～15時30分)	パソコンでデジカメ編集 ○	1	土	5月16日	12人
	親子で飾り巻き寿司作り (10時～13時) ★●		月	5月23日	12家族
	親子で楽しいパン作り (10時～13時) ★●		火	5月11日	30人
	ヨガでアンチエイジング		水	5月12日	24人
	整理収納でくつろぎの部屋作り		木	5月13日	24人
夜間 (18時30分～20時30分)	我が家のマネープラン	5	火	5月13日	12人
	エクセル初級 ○		水	5月15日	12人
	初めてのワード		土	5月16日	12人
	エクセル応用スキルアップ ○		月	5月11日	12人
	楽しく学ぶワード		火	5月12日	30人
夜間 (18時30分～20時30分)	初めてのゆかたの着こなし	5	水	5月13日	20人
	生き生きバドミントン		木	5月14日	20人
	七宝焼きで素敵なアクセサリー		金	5月15日	36人
	デパ地下惣菜作りおかせ ★		月	5月11日	36人
			火	5月12日	36人

◇対象 市内に住むか通勤する女性(学生を除く。夜間は勤労女性を優先)  
★は男性可、●は小・中学生と保護者、○は初歩的(○は基礎的)操作ができる人  
◇受講料 無料(教材費などは自己負担) ◇定員を超えたら抽選  
◇申し込み 返信用はがきを持って直接か、往復はがき(1人1講座)に講座名(第2希望まで)、住所、氏名、年齢、電話番号、勤務先、勤務先の電話番号、●は子どもの氏名と学年、託児(希望講座開講期間中に2歳～未就学児)希望者は「託児希望」を明記の上、子どもの氏名、年齢を書いて、4月15日(必着)までに〒890-0063鴨池二丁目31-15勤労女性センター255-7039へ  
◇希望する人は●以外の講座の申し込み可

## 5月スタート! 地域公民館「前期講座」

◇対象 市内に住むか通勤・通学する人 ◇定員を超えたら抽選  
◇受講料 無料(教材費などは実費負担)  
◇講座は原則2時間 ※2時間以外の終了時間は( )で表示  
◇申し込み 往復はがきに右記の内容を書いて、4月20日(必着)までに各公民館へ  
◇申し込みはがき記入方法 <http://www.qtopianet.com/i/> (携帯電話サイト)でも申し込みできます  
※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  
●は高齢者いきいき元気塾、◎は託児あり、☆消費生活講座を含む 【 】は公民館以外の開催場所

### 申し込みはがき記入方法

＜返信用はがき＞

52 返信 氏名 住所

＜往復用はがき＞

52 返信 公民館名

＜返信用はがき＞

52 返信 公民館名

＜往復用はがき＞

52 返信 公民館名

何もしない

場所	区分	講座名	回数	頻度	曜日	開始時間	場所	区分	講座名	回数	頻度	曜日	開始時間
中央公民館	青年・成人・高齢者	中央子ども土曜日塾	8	月2	第2・4土	9時30分～	吉野公民館	青年・成人・高齢者	ヨーガ入門	6	週1	日	19時～
		親子お菓子づくり教室	3	週1	土	10時～			ピラティス入門	3	週1	水	19時～
		2・3歳児の体操教室 お母さんといっしょ!	5	週1	第1・3月	10時～			ちよっとしたおもてなし料理 ※新規	3	週1	木	9時30分～(12時30分)
		子育てママ友になろう ◎【なかつち】	6	週1	第1・3月	18時30分～20時			はじめての絵画(水彩画・油絵) ◎	6	週2	木・金	19時～
		自分を守る! マナーUP	7	週1	第1・3月	14時～			インターネット入門	10	月1	土	9時30分～
	少年	親子お菓子づくり教室	6	週1	第1・3月	10時～			パソコンサポート入門	6	週1	火	13時30分～
		親子お菓子づくり教室	7	週1	金	14時～			ファミリー農園 ※通年【少年自然の家】	6	週1	土	9時30分～
		親子お菓子づくり教室	8	週1	木・指定日	10時～			ヘルスアップ・笑顔アップ体操	6	週1	月	13時30分～
		親子お菓子づくり教室	6	週1	第1・3土	9時30分～			楽しいニュースポーツ	6	週1	金	9時30分～
		親子お菓子づくり教室	27	週1	火	19時～			いきいき健康体操	6	週1	木・金	13時30分～
		親子お菓子づくり教室	6	週1	第2・4木	10時～			高齢者はじめてのパソコン1組	6	週1	火・水	9時30分～
		親子お菓子づくり教室	6	週1	第2・4木	10時～			高齢者はじめてのパソコン2組	6	週1	火・水	13時30分～
		親子お菓子づくり教室	3	週1	金	14時～			高齢者インターネット入門2組	6	週1	火・水	9時30分～
		親子お菓子づくり教室	4	週1	第2・4月	10時～			高齢者インターネット入門3組	6	週1	火・水	9時30分～
		親子お菓子づくり教室	5	週1	第2・4月	10時～			高齢者インターネット入門4組	6	週1	火・水	9時30分～
少年	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3火	10時～	親子卓球教室 ※小学3年生～中学生対象	5	週1	木	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	わくわく親子体操教室	6	週1	木	10時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	おはなし&リズムあそび ◎ ※親子対象	5	週1	水	10時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	プラント園芸	5	週1	水	10時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	やさしいデジカメ活用法	5	週1	水	10時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	やさしい英語話	3	週1	金	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	読みやすいPTA新聞作り	3	週1	木	10時～(13時)			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	世界に誇れる和食を学ぼう ※新規	6	週1	水	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	はじめてのパソコン	5	週1	火	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	パソコン再チャレンジ	7	週1	水	13時30分～			
少年	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	親子で自然環境を考える「田」上(調歩)	5	週1	火	13時30分～ ※ラケット持参			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	親子で取り組む社会科自由研究 ※小学生対象 ※新規	4	週1	金	9時30分～ ※ハーモニカ持参			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	子どもと一緒にワッツ体操 ◎	7	週1	水	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	バドミントンでリフレッシュ ※新規	5	週1	火	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	はじめてのハーモニカ ※新規	5	週1	金	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	シニアパソコンで自分史作り ※新規	7	週1	水	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	シニアパソコン入門	7	週1	火	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	シニアステップアップパソコン	5	週1	水	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	親子で自然環境を考える「田」上(調歩)	4	週1	火	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	親子で取り組む社会科自由研究 ※小学生対象 ※新規	4	週1	水	9時30分～			
少年	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	子どもと一緒にワッツ体操 ◎	7	週1	木	11時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	1歳半～5歳児対象	6	週1	月	19時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	クラシックギター入門	6	週1	火	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	楽しい韓国語(入門編)	4	週1	水	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	お父さんの料理教室	5	週1	木	11時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	カラセラピー入門	4	週1	水	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	知って得する「税」教室	7	週1	火	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	パソコン入門1(ワードで暑中見舞い)	6	週1	土	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	楽しく踊ろうフラダンス	6	週1	土	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	防ごう! 消費者トラブル	5	週1	日	10時～			
少年	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	ミニバレエとニュースポーツ ※新規	5	週1	月	19時～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	思い出のメモリー	5	週1	火	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	ゆつたり太極拳	6	週1	水	13時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	はじめてのパソコンI(ワード入門)	7	週1	木	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	パソコンでアルバム作りI ※新規	7	週1	水	9時30分～			
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	東松島元気塾	2	別途計画午後					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	黒神元気塾	3	別途計画午前					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	郷土芸能「島廻り節」	1	別途計画午後					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	乳幼児の子育て学級(東松島編)	8	別途計画夜間					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	乳幼児の子育て学級(黒神編)	3	別途計画夜間					
少年	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	ためになる! 読み聞かせ	5	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	パソコン入門	8	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	楽しく書こう	6	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	楽しい水画	3	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	さわやか健康教室	8	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	思い出のあの歌・この歌	6	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	正しく学ぶ消費生活	3	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	基礎から学ぶ囲碁	6	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	高齢者さわやかセミナー	8	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	東松島いきいき大学	5	別途計画					
少年	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	かるた達人になろう ※親子も可	8	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	親子ふれあい体操	5	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	すこやか読み聞かせ移動講座【幼稚園など】	7	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	インターネット・メール入門 ※初心者対象	8	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	エクセル入門 ※初心者対象	7	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	すっきりさわやか体操 ◎	7	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	大正琴教室	6	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	押し花教室 ◎	7	別途計画					
	親子お菓子づくり教室	5	週1	第1・3月	10時～	はじめてのフラダンス ※新規	8						