

託麻まちづくりセンター・ 公民館だより 託麻

3
月
号

熊本市配布文書 第15号
令和2年2月20日発行
託麻まちづくりセンター
(公民館) 380-8118
(まちづくり) 380-8119

令和2年度 託麻公民館自主講座 募集案内 (講座一覧は裏面)

※ 3月29日の受付日は駐車場が大変混雑します。駐車できず、お待たせすることがあります。スムーズに手続きできるように、できるだけ自家用車以外(公共交通機関・自転車・徒歩など)でご来館ください。

【受講資格】熊本市にお住まいか通勤・通学又は活動されている方。(原則)

【受付日時】★初めての方・2年目の方 限定……3月29日(日)9時～10時(開館8時)

★どなたでも(3年目以上の方) ……3月29日(日)10時半～11時半、12時～21時

※経験年数については裏面参照

対 象	3月29日(日)		30日(月)	31日(火)～
	9時～10時	10時半～11時半 12時～21時		
初めて・2年目の方	○	○	休館日	○
3年目以上の方	×	○		○

【受付場所】託麻公民館 (郵送や電話での申込はできません)

【申込方法】★受講する講座ごとに申し込む(申込用紙は当日ホールにて配付)。

★申込は先着順。ご本人による申込です。※代理は家族のみ。

★1講座につき500円の自主講座自治会費をご用意ください。

※申込日によっては、各講座の1回目に集金の場合もあります。

★定員に達した講座は補欠での受付になります。

【学習期間】令和2年4月(開講式)～令和3年3月(学習発表会・閉講式まで)

【受講料】有料(講師謝礼、部屋使用料、教材費など)

【自治会】学習活動を円滑に進めるため、受講生全員「自主講座自治会」に入ってください。

※各講座から代表者・会計などの役員を選出していただき、自主的な運営をお願いします。

【開設基準】4月10日(金)までに応募者が10人に満たない場合は、開設できないこともあります。

※講座の開設ができないときは、公民館から連絡します。

【開講式】4月19日(日)午前10時～正午 託麻公民館2階ホール

《内容》①10:00～ 講師紹介、自主講座自治会の説明

②10:15頃～ 託麻公民館 自主講座開講式 記念講演会(教養講演会)

生きがい創りとチャレンジスピリット-人生を3K歯車で回そう-

「新しい自分発見!」4月から自主講座に参加される方、新しく何かを始められる方はもちろん、何をしようか迷われている方にもピッタリのお話です。何かを始めるのに遅いということはありません!講演会の後は、きっと元気となる気いっぱいですよ。

【とき】4月19日(日)午前10時15分頃～正午 【ところ】託麻公民館2階ホール
【講師】吉田道雄さん(熊本大学名誉教授) 【申込】不要(直接会場へどうぞ)

入場
無料

【お問い合わせ】熊本市託麻公民館 Tel. 380-8118

※月曜日は休館となります。(土・日・祝日は開館)熊本市東区長嶺東7丁目11-15



託麻公民館 学習発表会 記念コンサート(教養講演会) 熊本フィルハーモニックアンサンブル早春コンサート

清々しい早春の季節にびじりの弦楽の調べをご披露いただきます。一緒に楽しいひと時を過ごしましょう!

【とき】2月29日(土)午後2時～3時 【ところ】託麻公民館2階ホール
【講師】熊本フィルハーモニックアンサンブル 【対象】どなたでも約100人 【費用】無料
【申込】当日直接会場へどうぞ(駐車場が混雑します。できるだけ徒歩、自転車、バスなどでご来場ください。)

開催
近

主催講座① 新年度を前に!親子講座

あいうえおかたづけ!

遊びを通して、楽しくお片付けについて学びます。お片付け上手になれますよ!

【とき】3月21日(土)午後1時半～3時半
【ところ】託麻公民館2階C会議室
【講師】井形純子(片付け脳カトレーナー)
【対象】小学生と保護者12組 【費用】無料
【申込】3月7日(土)まで ①②③から選択(詳細下欄)



主催講座③ 地域の宝 託麻の神様と史跡巡り

東区の中でも神社や史跡が多い託麻地区。実際に地域の神社や史跡を散策します(約4km)。

【とき】3月21日(土)午前9時～正午
【集合場所】運動公園芝生広場
【講師】託麻三山会の方
【対象】散策できる方30人 【費用】無料
【申込】3月7日(土)まで ①②③から選択(詳細下欄)



つながるCafe in 託麻公民館

「つながるCafé」はみなし仮設住宅にお住まいの方、みなし仮設住宅にお住まいだった方、託麻地域の方、誰でも参加できる交流の場として開催されています。

今回は、春らしい飾りを作って、公民館を春色に飾ります。アートを楽しみながら、いろいろなお話をしましょう!ちょっとしたお茶とお菓子もご用意します。どなたでもお気軽にどうぞ!(申込不要、当日直接どうぞ)

【とき】3月19日(木)午後2時～4時
(ご都合のいい時間にどうぞ)
【ところ】託麻公民館2階C会議室 【費用】無料



公民館サポーターボランティア

公民館で花壇の手入れや環境整備など、ちょっとしたボランティア活動を楽しみませんか。 ※雨天中止

【とき】3月12日(木)午前9時半～10時半ごろ
【集合場所】託麻公民館1階ロビー
【申込】当日直接どうぞ ※軍手、帽子、飲み物、移植ごて(お持ちの方)をご持参ください。



おはなしの部屋

おはなしボランティアグループ「たくま読書とお話の部屋」のみなさんによるとても楽しいおはなし会。素敵なお話がたくさん! ※直接会場へどうぞ!

【とき】3月14日(土)午後2時～2時45分 【ところ】託麻公民館 和室 【対象】幼児と保護者、小学生

主催講座② シニア初心者向けスマホ講座(全3回)

シニアの方を対象にしたスマホの基本的な操作方法などを学ぶ講座です。

【とき】3月24日(火)・25日(水)・26日(木)午後1時半～3時半 <全3回>
【ところ】託麻公民館2階C会議室
【講師】村上 奈美さん(マリオネット)
【対象】どなたでも15人 【費用】500円(資料代)
【携行品】お持ちのスマホまたはタブレット
※(アンドロイド限定。 아이폰は不可)
【申込】3月10日(火)まで ①②③から選択(詳細下欄)



主催講座④《市民企画講座》海苔の佃煮づくり

ご飯のお供の定番、海苔の佃煮を手作りします。調理の前には、食育についてのお話もありますよ。

【とき】3月25日(水)午前10時～正午
【ところ】託麻公民館2階調理室
【講師】「くまもと食育ひろば」のみなさん
【対象】どなたでも15人 【費用】500円(材料代)
【申込】3月11日(水)まで ①②③から選択(詳細下欄)



主催講座⑤ シニア向けパソコン入門《4月》

パソコンの起動、文字入力、保存、印刷、インターネット検索方法などの基礎。

【とき】4月4日(土)午後1時～4時頃
【対象】60歳以上の方 10人
【申込】3月24日(火)まで ①②③から選択(詳細下欄)



主催講座のお申し込み方法

①②③のいずれかの方法でお申し込みください。
※応募者数が定員を超えた場合は、抽選となります。

① 往復ハガキ(締切日必着)
※ハガキは、1つの講座に1枚をお願いします。
【往信表】(公民館住所)〒861-8038

熊本市東区長嶺東7-11-15 託麻公民館 行
【往信裏】講座名・ご住所・お名前・年代(子ども講座は学年)
・電話番号・お住まいの小学校区 をご記入ください。

【返信表】申込者のご住所とお名前をご記入ください(結果を通知します)。

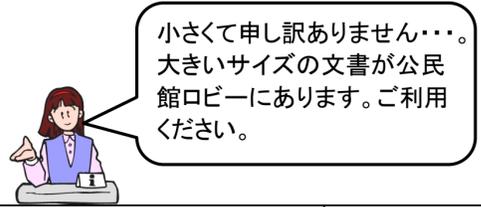
② 窓口 「返信用のハガキ1枚(63円)」をご持参ください(結果通知で使用)。

③ インターネット 「熊本市 託麻公民館」ホームページ「主催講座情報」へ進んでください。



《令和2年度 熊本市託麻公民館自主講座 一覧》

※経験年数について 経験年数は、出席回数に関わらず在籍で1年となります。
 ※★印のついている講座は、2つ同時に申し込むことはできません(原則)。(多くの方に学習の機会を提供できるようにするためです)。
 ◇「カラオケ」と「託麻カラオケ」 ◇「健康ヨーガ」と「すっきりヨーガ」 ◇「卓球(午前)」と「卓球(午後)」
 ◇「ヨガ&リンパケアで若返り(水曜)」と「ゆるヨガ&リンパケア(木曜)」 ◇「きもの着付(午前)」と「きもの着付(夜)」
 なお、上記の重複して申し込むことができない講座間を移動した場合も、経験年数は加算されます。
 【例】平成30・令和元年度に「卓球(午前)」を2年間受講し、令和2年度は「卓球(午後)」を希望する場合は、「3年目以上の方」となります。



分野	講座名	講師(敬称略)	定員	対象	学習日	時間帯	学習内容	費用の目安(年間)
書道 ペン習字	ペン習字(昼)	城戸 泰代	22	どなたでも	第1・3	水 午後	万年筆や筆ペンで正しく美しく文字を書く。	10,000円
	書道	斉藤 寿治	20	どなたでも	第2・4	水 午後	楷書、行書、草書、手紙文、条幅(希望者のみ)	12,000円
文芸	俳句	●堀 伸子	25	どなたでも	第1・3	木 午前	俳句の楽しさとその向上を目指す。	7,000円
外国語	たのしい中国語	魏 愛国	30	どなたでも	第1・3	土 午前	音声と文字による中国語能力の養成。	15,000円
	はじめての英会話	黒木 裕子	20	どなたでも	第1・3	木 午後	初心者向け英会話	10,000円
美術 工芸	切り絵	中村 孝幸	30	どなたでも	第2・4	火 午前	1枚の紙をカッターナイフを使って切り、絵にする。	9,000円
	木版画	中川 恵二	15	どなたでも	第1・3	水 午前	木版画の基本を実技、作品作成、発表	15,000円
	和紙のちぎり絵	沢村 誠子	20	どなたでも	第2・4	木 午前	日本古来の手漉き和紙を使って、指先で千切ったり、はぐったりして季節の花、風景、静物などを制作します。	24,000円
	パッチワーク	川口 かおる	20	どなたでも	第2・4	金 午後	タペストリー、手提げ、小物 作成	12,000円
	木目込み人形	水上 ミナエ	15	どなたでも	第1・3	火 午後	木目込み人形、押絵の制作を通して、作る喜びを味わう。	12,000円
	着物リメイク	池田 智佐美	18	どなたでも	第2・4	木 午後	着物をほどいて洋服や小物を作る。	12,000円
	水墨画	鶴田 由美子	25	どなたでも	第2・4	土 午前	墨の濃淡とにじみの調和の奥深さを学ぶ。	15,000円
	絵手紙(午前)	竹田 和子	25	どなたでも	第1・3	金 午前	絵手紙は絵のある手紙。基礎から楽しく学ぶ。	12,000円
	楽しい水彩画	堤 啓一	30	どなたでも	第1・3	水 午前	水彩画技法を学び、自己を高める。	8,000円
	楽しい絵画	中川 恵二	24	どなたでも	第1・3	水 午後	水彩、油絵	10,000円
水彩色えんぴつ画	寺田 公子	20	どなたでも	第1・3	火 午前	水彩色えんぴつを使って手軽に絵を描く。	10,000円	
写真	デジカメ寺子屋	内田 新一	25	どなたでも	第1・3	木 夜	一眼レフを中心とした機能・操作を学び、撮影会を通して、写真のすばらしさを見つける。	22,000円
手品	やさしいマジック教室	向井 明彦	20	20歳以上	第2・4	土 午前	テーブルマジックからパーティー・宴会マジックまで。	16,500円
音楽 (楽器)	やさしいオカリナ	●東 良記	36	どなたでも	第1・3	木 午前	演奏の楽しさと人との出会いの喜びを体得する。	10,000円
	たのしい二胡	鍋島 由紀美	15	どなたでも	第2・4	木 午前	二胡の演奏の楽しみを学ぶ。	15,000円
	お琴(生田流)	井上 通代	10	どなたでも	第2・4	金 午前	琴の練習及び演奏	20,000円
	心のハーモニカ	森山 保孝	20	どなたでも	第2・4	水 午前	初めての方でも楽しく学べるハーモニカ	20,000円
	たのしい尺八	青山 神山	30	どなたでも	第1・3	水 午後	尺八の譜の見方、尺八基本奏法。童謡、歌謡曲、民謡他	8,000円
	大正琴入門	中村 将代	15	どなたでも	第2・4	金 午前	大正琴の基礎、演奏	18,000円
	たのしい三味線	藤本 喜代則	10	どなたでも	第2・4	金 午後	楽しく三味線にふれる	24,000円
音楽 ★	たのしい民謡	近藤 潔美	50	どなたでも	第2・4	火 午前	全国の民謡を皆で楽しく学習する。	10,000円
	詩吟入門	岸本 憲幸	15	どなたでも	第2・4	木 午後	漢詩や和歌を学び、これを吟ずる。	15,000円
	コーラス(コール託麻)	上小園 浩子	50	どなたでも	第1・3	水 午前	発声練習、季節の歌、演奏会用の曲の練習	12,000円
	童謡・愛唱歌を楽しく	赤星 百合子	70	どなたでも	第1・3	水 午後	歌い親しんできた童謡・唱歌・愛唱歌をいろいろな表現方法を加えて歌う喜びや楽しさを味わう。	6,000円
	カラオケ	井上 まこと	35	18歳以上	第2・4	木 午前	声の出し方から、明るく楽しく学ぶ。	10,000円
	託麻カラオケ	井上 まこと	30	18歳以上	第2・4	金 午前	声の出し方から、明るく楽しく学ぶ。	10,000円
	カラオケ(演歌)	斉藤 寿治	25	どなたでも	第1・3	火 午後	発声練習を基本に演歌の新曲を勉強する。	10,000円
料理	男性料理	上野 住江	20	男性	第1・3	金 午前	男性だけの日常的な料理の教室	30,000円
茶道	皇風煎茶禮式	佐々木 翠浩	10	どなたでも	第2・4	火 午前	和の心と礼法を、お茶を通じて学ぶ。	24,000円
	茶道(表千家)	神田 宗瑠	10	女性	第1・3	火 午後	一服のお茶を点て客へ出したり、また客としていただいたり、楽しくいたわり合う心と所作を学習	20,000円
	やさしい茶道(裏千家)	小山 宗雅	15	どなたでも	第1・3	水 夜	お茶の基本点前をやさしく指導	24,000円
華道	生け花小原流	田邊 優子	25	どなたでも	第1・3	火 午前	季節に応じて気軽に飾って楽しめる生け花。	24,000円
着付け ★	きもの着付け(午前)	湯本 麗子	10	女性	第2・4	火 午前	器具を使わない手結びによる着付け教室	15,000円
	きもの着付け(夜)	湯本 麗子	10	女性	第2・4	火 夜	きもの着装、帯結び、器具を使わない手結び	24,000円
舞踊	日本舞踊入門(午前)	今村 二子	15	どなたでも	第1・3	土 午前	日本舞踊のおけいこ	30,000円
気功 ヨ 太極拳 ★	元極気功養生	中村 榮	50	どなたでも	第1・3	火 午前	身体を緩め体幹を強化、健やかな日常の維持を図る。	10,000円
	やさしい元極気功	中村 榮	60	どなたでも	第2・4	土 午前	寝たきり予防、健康寿命を延ばす。	5,000円
	健康ヨーガ	菊池 純子	35	どなたでも	第2・4	水 午前	体操、呼吸法、瞑想を通して、穏やかで安定した心、身体を目指す。	6,000円
	すっきりヨーガ	菊池 純子	35	どなたでも	第2・4	木 午後	穏やかで安定した心、身体を養う。	6,000円
	シェイプアップ&ヨガ	秦 美千代	20	女性	第1・3	金 午前	ストレッチ、筋トレ、有酸素運動、ヨガを組み合わせ健康づくりをする。	9,000円
	太極拳	宮崎 純子	20	どなたでも	第1・3	土 午前	マッサージ、準備運動、太極拳(入門・初級・24式)、扇	10,000円
	ヨガ&リンパケアで若返り(水曜)	岩本 和美	12	女性	第1・3	水 午前	和室で少人数での無理のないヨガ	12,000円
ゆるヨガ&リンパケア(木曜)	岩本 和美	12	女性	第2・4	木 午前	無理なく出来るゆるめのヨガで心身リラックス	13,000円	
体操 ダンス	福祉レクリエーションさわやか	浅山 照代	30	どなたでも	第1・3	木 午前	グー、パーなど指の体操、身体をゆっくりやさしくほぐす運動、折り紙など脳トレといういろいろなプログラムを取り入れた楽しい教室です。	18,000円
	フォークレクダンス	浅山 照代	30	どなたでも	第2・4	金 午後	ストレッチ体操、ダンス基礎から～ダンスへ	21,000円
	イキイキ健康体操	秦 美千代	70	60歳以上	第2・4	金 午前	ストレッチ、筋トレ、有酸素運動を組み合わせ健康づくりをします。	4,000円
	3B体操	桂 さと子	30	どなたでも	第2・4	火 午後	3B用具(ボール、ベル、ベルター)を用いた健康体操。	12,000円
	手話ダンス	光澤 和代	25	どなたでも	第2・4	土 午後	歌詞を手話で表現し、ステップを踏み踊る。	12,000円
卓球 ★	卓球(午前)	江口 ミドリ	30	どなたでも	第1・3	金 午前	健康のためと楽しい仲間作りの卓球	12,000円
	卓球(午後)	江口 ミドリ	30	どなたでも	第2・4	水 午後	ラリーが続くように基礎技術を習得する。	10,000円
健康学	くらしと健康	小林 修	30	どなたでも	第4	土 午後	生活面、健康面全般のお話及び防災危機管理に関するお話	3,000円

■は新しい講座です。●は新しい先生です。※変更になることもあります。 学習時間の目安:【午前】10時～正午 【午後】午後1時半～3時半 【夜】午後7時～9時 ※講座により若干違います