

# 公民館講座情報

【注意事項】 ※往復はがきには講座名、日時、住所、氏名、電話番号を記載してください。  
 ※ 窓で申し込みの場合は、原則はがきを持参してください。(詳しくは、各公民館へお尋ねください)  
 掲載しているもの以外にも催しを開催している場合がありますので各施設へお尋ねください。

講座名	期日	時間	対象	定員	費用	申込期限/開始日	申込方法
<b>中央公民館</b> 〒860-0843 中央区草葉町5番1号 ☎353-0151 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
たのしい絵手紙講座(前期)	5月27日～9月9日 水曜日(全8回)	午前10時～正午	18歳以上の方(高校生不可)	12人	各300円	5月15日まで(抽選)	
シニアヨガ(前期)	6月3日～8月19日 水曜日(全6回)	午後1時半～3時半	60歳以上の方		無料	5月22日まで(抽選)	往 HP 窓
やさしいベビーマッサージ&ママケア(前期)	6月4日～8月6日 木曜日(全5回)	午前10時～11時半	5か月～1歳未満の乳児と保護者			5月23日まで(抽選)	
<b>大江公民館</b> 〒862-0971 中央区大江6丁目1-85 ☎372-0313 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
リンパケア体操	5月21日(木)～6月18日(木)(全5回)	午前10時～正午	どなたでも	30人	無料	5月12日まで(抽選)	往 HP 窓
<b>五福公民館</b> 〒860-0041 中央区細工町2-25 ☎359-0500 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
シニアからのエアロビクス	5月28日(木)	午前10時～正午	どなたでも	15人	無料	5月14日まで(抽選)	HP TEL 窓
老前整理	5月30日(土)			20人		5月16日まで(抽選)	
<b>秋津公民館</b> 〒861-2104 東区秋津3丁目15-1 ☎365-5750 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※1 6月7日を除く。 ※2 テキスト代。							
横井小楠アラカルト(前期)	5月24日～6月28日 日曜日(全5回) ※1	午前10時～正午	どなたでも	26人	2,500円※2	5月5日から(先着順)	HP TEL 窓
教養講演会「生活習慣病予防のための食生活」	6月7日(日)	午前10時～11時半		80人	無料		TEL 窓
<b>託麻公民館</b> 〒861-8038 東区長嶺東7丁目11-15 ☎380-8118 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
はじめての手話	6月4日～8月6日 木曜日(全10回)	午後2時半～4時半	どなたでも	20人	無料	5月21日まで(抽選)	往 HP 窓
小・中学生のための生け花教室	6月28日・7月26日・8月23日・9月13日・10月4日・11月22日・12月20日 日曜日(全7回)	午前10時～11時半	小・中学生	30人	7,500円	6月13日まで(抽選)	
<b>西部公民館</b> 〒861-5292 西区小島2丁目7-1 ☎329-7205 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
スマホ相談会	5月9日(土)	午前10時～11時半	どなたでも	-	無料	当日直接会場へ	
健康登山のすすめ	①5月30日(土) 座学 ②6月20日(土) 現地登山	①午前10時～11時半 ②午前8時～午後3時	中学生以上の方	20人	3,000円	5月20日まで(抽選)	往 HP 窓
こども硬筆	6月13日～11月28日 土曜日(全10回)	①午前10時～10時50分 ②午前11時～11時50分	①小学1～2年生 ②小学3～6年生	各14人	4,000円	6月3日まで(抽選)	
<b>河内公民館</b> 〒861-5347 西区河内町船津791 ☎276-0133 月曜休館(祝日の場合は翌日) 申し込みは午前9時から ※1 中学生以下は保護者同伴。 ※2 初受講優先。							
初めてのかぎ針編み	5月21日～6月4日 木曜日(全3回)	午前10時～11時半	18歳以上の方(高校生不可)	10人	700円	5月6日まで(抽選)	TEL 窓
パワースポット拝ヶ石巨石群へ行こう!	5月30日(土)	午前10時半～午後0時半	小学生以上の方※1	15人	無料	5月13日まで(抽選)	
初めての健康マージャン	6月4日～7月9日 木曜日(全6回)	午後2時～4時	18歳以上の方(高校生不可)※2	8人		5月20日まで(抽選)	
<b>花園公民館</b> 〒860-0072 西区花園5丁目8-3 ☎359-1261 月曜休館(祝日の場合は翌日) 申し込みは午前9時から ※材料費。							
親子陶芸教室in花園陶芸教室	5月24日(日)	午前9時半～11時半	小学生と保護者	10組	1,000円※	5月12日まで(抽選)	HP
シニアかんたん健康料理教室	5月27日(水)	午前10時～正午	60歳以上の方	15人	1,500円※	5月14日から(先着順)	TEL 窓
スマホ初心者お悩み相談会	6月4日(木)	①午後2時～②午後3時～	どなたでも	各10人	無料	5月21日から(先着順)	
<b>南部公民館</b> 〒861-4106 南区南高江6丁目7-35 ☎358-0199 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
正しい住宅リフォームのすすめ	5月20日(水)	午前10時～正午	どなたでも	15人	無料	5月13日まで(抽選)	往 HP 窓
メディカルアロマ	5月27日(水)	午後7時～9時			1,000円	5月20日まで(抽選)	往 HP 窓
「NISA制度」を活用しよう	5月28日(木)	午前10時～11時半			無料	5月21日まで(抽選)	往 HP 窓
<b>飽田公民館</b> 〒861-4121 南区会富町1333-1 ☎227-1195 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ほっこりおはなし会	5月16日(土)	午前10時半～11時	未就学児と保護者	20組	無料	当日直接会場へ(先着順)	
ボディケアエクササイズ講座	6月2日～7月7日 第1・3・5火曜日(全4回)	午後2時～3時半	どなたでも	35人		5月19日まで(抽選)	往 HP 窓
健康寿命を変える歩き方講座	6月17日～7月8日 水曜日(全4回)	午前10時～正午				6月2日まで(抽選)	
<b>富合公民館</b> 〒861-4151 南区富合町清藤400 ☎357-4580 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
シニアのための体力測定と筋力トレーニング	5月28日(木)	午前10時～正午	どなたでも	15人	無料	5月20日まで(抽選)	往 HP 窓
大慈禅寺 坐禅体験会	5月31日(日)			20人	3,000円	5月22日まで(抽選)	
熊本地震10年回顧ツアー	6月6日(土)					5月29日まで(抽選)	
<b>城南公民館</b> 〒861-4214 南区城南町舞原394-1(火の君文化センター内) ☎0964-28-1800 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
はじめてのヨガ体操	6月3日～7月1日 第1・3水曜日(全3回)	午前10時～11時半	どなたでも	10人	無料	5月21日まで(抽選)	往 HP 窓
親子「子育て」教室	6月6日(土)		小学生と保護者	10組		5月26日まで(抽選)	
ママとあかちゃんの手作りソーイング	6月19日(金)・26日(金)(全2回)		妊婦/1歳未満の乳児と母親	10人		6月9日まで(抽選)	
<b>幸田公民館</b> 〒861-4108 南区幸田2丁目4-1 ☎379-0211 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ベビー&ママーピクスI	5月21日～6月11日 木曜日(全4回)	午前10時～正午	2～7か月児と保護者	10組	無料	5月12日まで(抽選)	往 HP 窓
フラメンコ入門講座	5月23日～6月13日 土曜日(全4回)	午後6時～8時	どなたでも	35人		5月19日まで(抽選)	
ベビーからのイングリッシュ	5月28日～6月25日 第2・4木曜日(全3回) ※5月28日は①②、6月11日・25日は③④。	①午後1時～1時半 ②午後1時45分～2時15分 ③午後1時～2時 ④午後2時15分～3時15分	①③1歳未満の乳児と保護者 ②④1歳～2歳未満の幼児と保護者	各10組 20人			
<b>天明公民館</b> 〒861-4125 南区奥古閑町2035 ☎223-0118 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
シニア向け身体にやさしい健康トレーニング講座	5月26日(火)・27日(水)(全2回)	午後2時～4時	どなたでも	12人	無料	5月19日まで(抽選)	TEL 往 窓 HP
初心者向け!パソコンAI活用講座	5月20日(水)・21日(木)(全2回)	午後7時～9時		15人	800円	5月15日まで(抽選)	往 HP 窓
初心者向け!やさしい手話講座	6月6日～8月8日 土曜日(全10回)	午前10時～正午		30人	無料	5月29日まで(抽選)	
<b>北部公民館</b> 〒861-5521 北区鹿子木町66 ☎245-0046 月曜休館(祝日の場合は翌日) 申し込みは午前10時から							
ジュニアダンス	6月13日～10月24日 土曜日(全16回)	午前10時～11時半	小学生	25人	無料	5月13日から(先着順)	TEL 窓
<b>北部公民館北部東分館</b> 〒861-5517 北区鶴羽田2丁目13-9 ☎345-4460 日曜・月曜、祝日休館 申し込みは午前9時から							
こどもフラダンス	6月6日～8月22日 土曜日(全6回)	①午前10時～11時 ②午前11時～正午	①3歳～年中児 ②年長児～小学生	15人	無料	5月8日から(先着順)	TEL 窓
<b>植木公民館</b> 〒861-0136 北区植木町若野238-1 ☎272-6906 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※テキスト代。							
市民企画講座 健康スポレクひろば	6月4日～10月15日 木曜日(全10回)	午前10時～11時半	60歳以上の方	20人	1回500円	5月5日から(先着順)	TEL 窓
ちょいステップアップWord講座	6月24日～7月1日 水・金曜日(全3回)	午前10時～正午	どなたでも		600円 ※	6月10日まで(抽選)	往 HP 窓
<b>龍田公民館</b> 〒861-8007 北区龍田弓削1丁目10 ☎339-3322 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※テキスト代。							
はじめての手話	6月5日～7月3日 金曜日(全5回)	午後7時～9時	18歳以上の方(高校生不可)	10人	1,000円※	5月15日から(先着順)	TEL 窓
リフレッシュヨガ	6月10日(水)・24日(水)(全2回)	午後2時～3時半		25人	無料	5月20日まで(抽選)	往 HP 窓
はじめてのスマホ～アンドロイド～	6月25日(木)	午後1時半～4時半		15人	1,000円※	5月28日から(先着順)	TEL 窓
<b>清水公民館</b> 〒861-8066 北区清水亀井町14-7 ☎343-9163 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
ベビー&ママーピクス	6月3日～24日 水曜日(全4回)	午前10時～11時半	2～7か月児と保護者	10組	無料	5月12日まで(抽選)	往 HP 窓
はじめての手話教室	6月9日～9月29日 火曜日(全10回)	午前10時～正午	18歳以上の方(高校生不可)	20人		5月13日まで(抽選)	
シェイプアップエクササイズ	6月10日～24日 水曜日(全3回)	午後1時半～3時	18歳以上の女性(高校生不可)				