

 くまもとポイント付与対象

【申込方法】  往復はがき  郵便はがき  ホームページ  電話  窓口  ファクス  電子メール

【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。
※  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)
地震の影響により、掲載内容が変更または中止となる場合があります。最新情報は各施設へご確認ください。

講座名	期日	時 間	対 象	定員	費用	申込期限 / 開始日	申込方法
中央公民館 〒860-0843 中央区草葉町5-1 ☎353-0151 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
教養講演会(前半:防犯教室、後半:健康体操)	9月27日(日)	午前10時～正午	どなたでも	50人	無料	9月15日まで(抽選)	往 HP 窓
シニアヨガ(後期)	10月7日～12月16日 水曜(全6回)	午後1時半～3時半	60歳以上の方	12人		9月25日まで(抽選)	
やさしいベビーマッサージ&ママケア(後期)	10月15日～12月17日 木曜(全5回)	午前10時～11時半	5カ月～1歳未満のこどもと母親			9月30日まで(抽選)	
大江公民館 〒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)							
はじめての手話	9月19日～11月28日 土曜(全10回)	午前10時～正午	どなたでも	10人	無料	9月8日まで(抽選)	往 HP 窓
らくらくエクササイズ	9月25日(金)～10月23日(金)(全5回)			30人			
人権映画上映会『破戒』	9月27日(日)	午前9時半～正午		50人			
五福公民館 〒860-0041 中央区細工町2丁目25 ☎359-0500 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※1 小学生は保護者同伴。 ※2 先着順、空きがあれば当日も可。							
熊本地震から10年～体験型ゲームで学ぶ防災講座～	9月19日(土)	午前10時～11時半	どなたでも※1	25人	無料	9月5日まで(抽選)	TEL HP 窓
熊本城の復興とその歴史的価値	9月26日(土)		どなたでも	50人		随時受け付け中※2	
東部公民館 〒862-0912 東区錦ヶ丘1-1 ☎367-1134 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※祝日除く。							
ゆっくり筋トレ	10月6日～12月1日 第1・3火曜(全4回)※	午前10時～11時半	どなたでも	30人	無料	9月16日まで(抽選)	往 HP 窓
日本の世界遺産	10月17日(土)・24日(土)(全2回)					9月30日まで(抽選)	
秋津公民館 〒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 中学生以下は保護者同伴。 ※2 お茶菓子代。							
すぐに役立つ！離乳食の簡単レシピ	9月25日(金)	午前10時～正午	1歳児までの保護者	10組	無料	9月15日まで(抽選)	HP
秋のお月見&お茶会	10月17日(土)	午後6時半～8時半	どなたでも※1	50人	500円※2	9月26日から(先着順)	TEL 窓
健康登山ははじめの一步(座学)	10月22日(木)	午前10時～正午	どなたでも	20人	無料	9月30日から(先着順)	
託麻公民館 〒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)							
今から考える相続対策	10月29日(木)	午前10時～11時半	どなたでも	28人	無料	10月14日まで(抽選)	往 HP 窓
宇野千代という生き方	10月31日(土)			50人		10月16日まで(抽選)	
1時間で分かる、放射線と放射能	11月7日(土)					10月23日まで(抽選)	
西部公民館 〒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) 申し込みは午前9時から							
スマホ相談会	9月12日(土)	午前10時～11時半	スマホを持参できる方	-	無料	当日直接会場へ	
こどもの足が速くなる!? 足育講座	9月23日(水・祝)		小学生と保護者	20組		9月9日まで(抽選)	往 HP 窓
楽しく歩いて健康づくり	9月26日(土)	午前10時～11時	どなたでも	30人		9月16日まで(抽選)	
河内公民館 〒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 高校生200円、小中学生100円。							
脳トレ体操(認知症予防)	9月12日(土)	午後1時半～3時	どなたでも※1	約60人	無料	当日直接会場へ(先着順)	
健康マージャン～中級への第一歩～	10月1日～11月5日 木曜(全6回)	午後2時～4時	18歳以上の方(高校生不可)	12人		9月9日まで(抽選)	TEL
武蔵・霊巖洞等見学と座禅体験	10月3日(土)	午前10時～正午	小学生以上の方※1	15人	300円※2	9月16日まで(抽選)	
花園公民館 〒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 ※～実子・里子との出会いを通して～。							
ファミリーホームの子育て日記※	9月27日(日)	午前10時～10時50分	どなたでも	40人	無料	9月9日から(先着順)	TEL 窓
運動不足解消講座	10月1日(木)・8日(木)(全2回)	午後7時半～8時半	18歳以上の方	15人		9月10日から(先着順)	
はじめての手話	10月9日(金)～30日(金)(全4回)	午後7時～9時	18歳以上の方(高校生不可)	20人		9月8日から(先着順)	
南部公民館 〒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) ※「LINEを活用してみよう」。							
スマホ基礎講座※とスマホ相談会	9月9日(水)	午前10時～正午	どなたでも	20人	無料	9月5日まで(抽選)	往 HP TEL 窓
傾聴ボランティア養成講座	9月16日～10月28日 水曜(全7回)			15人		9月9日まで(抽選)	
秋の味覚を味わおう！季節の料理教室	9月25日(金)				1,000円	9月15日まで(抽選)	
飽田公民館 〒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	9月19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)	
跳び箱・マット講座	10月3日～17日 土曜(全3回)	午後2時～4時	小学2～6年生	30人		9月17日まで(抽選)	往 HP 窓
城南公民館 〒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)							
楽しいMY可愛い革グッズ作り	10月28日(水)	午前10時～11時半	どなたでも	15人	2,000円	10月20日まで(抽選)	往 HP 窓
オリジナル匂香(匂い袋)をつくろう！	10月31日(土)			10人	無料		
幸田公民館 〒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)							
一輪車教室	9月23日(水・祝)・27日(日)(全2回)	午後1時半～3時半	小学生	20人	無料	9月10日まで(抽選)	往 HP 窓
AI(エーアイ)入門講座	9月30日(水)・10月2日(金)(全2回)	午前10時～正午	18歳以上の方	30人	550円	9月17日まで(抽選)	
楽しいおはなし会	10月10日(土)	午前11時～11時半	どなたでも	15人	無料	9月30日まで(抽選)	
天明公民館 〒861-4125 南区奥古閑町2035 ☎223-0118 月曜休館(祝日の場合は翌日) 申し込みは午後5時まで							
睡眠の質を高め健康につなげるお話	9月15日(火)	午後2時～3時半	どなたでも	20人	無料	9月8日まで(抽選)	往 HP 窓
認知症予防講座	9月30日(水)					9月20日まで(抽選)	
知って得する身近なお薬のお話	10月7日(水)	午後2時～4時				9月30日まで(抽選)	
北部公民館 〒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							
はじめての資産形成	10月10日(土)・31日(土)(全2回)	午前10時～11時半	どなたでも	20人	無料	9月18日から(先着順)	TEL 窓
北部公民館北部東分館 〒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							
リフレッシュボディケア	10月6日(火)・20日(火)(全2回)	午後1時～3時	18歳以上の方	15人	無料	9月9日から(先着順)	TEL 窓
はじめてのフラメンコ	10月30日～11月20日 金曜(全4回)			20人		9月15日から(先着順)	
はじめてのフラダンス	10月31日～11月28日 隔週土曜(全3回)	午前10時～正午		15人		9月16日から(先着順)	
北部公民館西里分館 〒861-5522 北区下硯川町1798 ☎245-3280 月曜休館(祝日の場合は翌日) 申し込みは午前9時から							
パソコン講座「Excel入門講座」	9月20日～10月4日 日曜(全3回)	午前10時～正午	18歳以上の方	12人	800円	9月5日から(先着順)	TEL 窓
植木公民館 〒861-0136 北区植木町岩野238-1 ☎272-6906 月曜休館(祝日の場合は翌日)							
初めてのスマートフォン講座	10月20日(火)～22日(木)(全3回)	午前10時～正午	どなたでも	14人	800円	10月6日まで(抽選)	往 HP 窓
親子でミニトランポリン	10月24日(土)・25日(日)(全2回)	午後1時半～3時半	5歳～小学3年生と保護者	10組	無料	10月10日まで(抽選)	
龍田公民館 〒861-8007 北区龍田弓削1丁目1-10 ☎339-3322 月曜休館(祝日の場合は翌日) ※テキスト代。							
スマホ(アンドロイド)の困りごと解決!!	10月16日(金)	午後1時半～4時半	50歳以上でアンドロイドをお使いの方	15人	1,000円※	9月17日から(先着順)	TEL 窓
宇野千代という生き方	10月24日(土)	午前10時～正午	どなたでも	40人	無料	9月25日から(先着順)	
親子ハロウィンのお菓子作り	10月31日(土)		小・中学生と保護者	5組	1組700円	10月15日まで(抽選)	
清水公民館 〒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)							
アンドロイドスマホ入門	10月1日～22日 木曜(全4回)	午前10時～正午	アンドロイドスマホを持参できる方	15人	600円	9月8日まで(抽選)	往 HP 窓
ベビー&マミービクス	10月7日～28日 水曜(全4回)	午前10時～11時半	2～7カ月児と保護者	10組	無料		
きっと役立つ終活	10月17日(土)		18歳以上の方	20人			