



【発信日】令和4年2月21日

【問い合わせ先】

学びの里「めいりん」内 大野公民館

地域づくり部地域文化課大野公民館 松森、飯田、砂子

電話 0779-66-2828 内線 75-241

20種類の講座で生涯学習の機会を提供

～こもれび学社・陽だまり講座の令和4年度新規受講生を募集～

大野公民館では、年間を通じて多くの方に生涯学習の機会を提供することを目的に、こもれび学社・陽だまり講座の令和4年度受講生の募集を開始しますので、周知をお願いいたします。

記

- 1 内容 ヨガや着付け、パソコンなど 計20講座
(内訳 こもれび学社4講座 陽だまり講座16講座)
※こもれび学社…様々な知識、技術をもった市民が講師を務める講座。平成18年度から実施。
※陽だまり講座…こもれび学社で3年間講師を務めた人材が、講師を務める。こもれび学社よりも自主的な講座運営が可能。平成29年度から実施。
- 2 募集開始 3月1日(火)
- 3 応募方法 電話、電子メール、専用フォームから申し込む
- 4 講座開始 4月1日(金)から順次
※定員に達していない場合は、講座開始後でも申込可能。
- 5 対象 広く一般(ただし講座により、性別や年齢の制限あり)
- 6 その他 地域づくりと生涯学習の一体的推進について
・講座の成果等の発表の場を地域の各種団体と共催で創出していく。
・講座の連携を強化するとともに講師の意見を地域づくりの参考にしていく。

いきいきわくわく

令和4年度
受講生募集

あなたの学びたいがここに

こもれび学社

陽だまり講座

大野公民館では、こもれび学社・陽だまり講座の新規受講生を募集しています。
まずは、見学からでも大丈夫です。
参加を希望する方は、お気軽に大野公民館までお申し込みください。

t e l : 0779-66-2828

E-mail : ono-k@city.fukui-ono.lg.jp

専用フォーム（右の二次元コードを読み込んでください）



※申し込みは先着順、定員を超えた場合はキャンセル待ちとなります。
※講座により、受講料の納め方が異なりますので、詳しくはお問い合わせください。
※都合により日程等が変更になる場合があります。ご了承ください。

- いきいきわくわく学びたい
- 新しいことを始めたい
- 素敵な講師に出会いたい
- 大野公民館で気軽に参加したい
- 年間通じた定期的な学習を通じて生活をより豊かにしたい



おすすめ

新型コロナウイルス感染症拡大防止に努めて実施しています。





美姿勢 × シェイプアップ教室



笠松結香

美姿勢は健康への第一歩！
美姿勢を保つための関節部位のストレッチや
体幹トレーニング、各部位のシェイプアップ
トレーニングも含めたオリジナルレッスンです♪



日時 A：毎週水曜日 10：30～11：45
B：毎週金曜日 19：30～20：45

受講料 600円／回 (2,200円／4回まとめ払い)

対象 一般女性
(小学生以上は参加可。親子で参加歓迎)

定員 10名

持ち物 ヨガマット(持っている方)、飲み物、タオル

その他 自主講座や個人レッスンも
行っています。
気軽にお問い合わせください。



YUIKA.BISHISHEPE



健康ダンスウォーキング



櫻井寛子

スポーツダンスのウォーキングをやりな
がら、老後の転倒、認知症、体力低下
を予防しましょう！



日時 第1・3水曜日 14：00～15：00

受講料 300円／回

対象 60歳以上

定員 10名

持ち物 滑りやすい靴か靴下、飲み物



ウクレレ初心者向け講座



指岡恵美子

ウクレレはとても素敵な音色です！
色んな曲を弾いて、楽しみましょう！
2～3人の補助の方々に丁寧に指導します。



日時 第2・4木曜日 19：00～21：00

受講料 500円/回

対象 一般

定員 10名

持ち物 ウクレレ(ウクレレを持っていない方は、ご相談ください。)



ゆっくりストレッチ



杉山美和子

日々のストレスからは逃れることは難しいですが、こり固まった体をゆっくりほぐして、緊張をほぐしましょう。どなたでもご参加ください。



日時 第1・3水曜日 19:30~20:45

受講料 800円/回

対象 一般

定員 8名

持ち物 バスタオルかマット



デジタルカメラ講座

竹内利栄

ミラーレスカメラ・一眼レフカメラを使いこなそう！
美術展やコンテストに挑戦しよう！



日時 第2・4土曜日 19:00~21:00

受講料 1,000円/6か月

対象 一般

定員 4名

持ち物 カメラ、使用説明書



水墨画教室



奥島美晴

墨と筆で描く、日本画や水墨画を楽しみます。



日時 第2・4水曜日 13:00~15:00

受講料 1,200円/月

対象 一般

定員 10名

持ち物 書道用具一式

楽しいアンデス音楽



高木武夫

楽譜の苦手な方も大丈夫♪
アンデスの笛（ケーナ、サンポーニャ）に合わせ、歌いながら楽しく演奏しましょう♪



日時 第2・4金曜日 19:00~21:00

対象 小学校高学年以上（親子で参加歓迎）

持ち物 ハンカチ、譜面台（持っている方）

受講料 年会費1,000円+500円/回

定員 10名

その他

教材用CDを進呈。
体験用ケーナ、サンポーニャもあります。
購入可能。
ケーナ……………11,000円、
サンポーニャ……6,600円（7、8本）
……………~11,000円（8、9本）

たのしいパソコン



山本益示

パソコン初心者入門（基礎知識の習得）
基礎知識を習得すると応用操作がわかり身に付きます。
年齢は関係ありません。



日時 第1・3水曜日 19:00~21:00

対象 一般

持ち物 パソコン

受講料 1,000円/月

定員 10名

暮らしを彩るフラワーレッスン



北川由喜

ハーバリウムやアレンジメント・生け花
等で暮らしを彩りましょう。



日時 第2・4木曜日 14:00~16:00

対象 一般

持ち物 カッター、花ばさみ

受講料 500円/回

定員 10名

その他 別途材料費1,500円程度/回



楽しみのヨガ教室



伊東美穂子

気持ちのよい呼吸と動きで、心も体もリフレッシュ!
初めての方、体が硬いと思っている方も是非どうぞ♪



日時 A：第2・4水曜日 13：30～14：45
B：毎週金曜日 19：30～20：45

受講料 600円/回
A：3,000円（5回分、4か月有効）
B：4,800円（8回分、3か月有効）

対象 18歳以上

定員 A：15名、B：15名

持ち物 ヨガマット、水分、汗ふきタオル



笑いヨガ



村下恵美子

誰にでもできる笑いの健康法!
笑いヨガで免疫力をアップさせましょう。



日時 第2木曜日 10：00～11：30

受講料 500円/回

対象 一般

定員 20名

持ち物 飲み物



裏千家 茶道教室



森岡真由美

正座ができなくても大丈夫。工夫したいです。
お茶に親しみましょう。



日時 第2・4水曜日 13：00～16：00

受講料 1,000円程度/回

対象 一般（子どもから大人まで参加できます）

定員 20名

持ち物 ふくさ等

その他 別途材料費
300円/回程度



健康クッキング



清水諭美

健康な体は毎日の食事で作られます。
栄養バランスや簡単で美味しく作れるレシピを紹介しています。



日時 第2水曜日 19:00~21:00

定員 20名

対象 一般

その他 受講料、材料費は前納とし、事前に欠席をお伝えいただければ材料費はお返します。

持ち物 エプロン、三角布、手ふきタオル

受講料 800円/月 (別途材料費700円程度/回)

きもの楽講座



浦田智栄子

きものある人生を楽しみませんか？
ゆかた、半巾帯、名古屋帯、袋帯を装うことができます。
他装もあります。



日時 A: 第1・3火曜日 19:00~21:00
B: 第2・4水曜日 10:00~12:00

受講料 750円/回

対象 一般女性

定員 10名

持ち物 きもの、帯、小物

その他 美容衿の使用(5,000円)貸し出しきもの等ご相談。
8月、12月は月1回

楽しいデジタル化と実用プログラミング



瀬先謙一

楽しい雰囲気の中で、デジタル難民にならないようSNS、キャッシュレス決済等を含むデジタル化の仕掛けと実用プログラミングを学習しましょう。



日時 第2・4水曜日 19:00~21:00

定員 10名

対象 一般

受講料 1,000円/回

持ち物 ノートパソコン



おこと倶楽部



酒井裕美子

日本の伝統和楽器である箏を皆で奏で、
合奏を楽しみませんか？
初心者、経験者一緒に演奏しましょう♪



日時 月2回 土曜日 19:30~21:00
4月~11月・3月(12月~2月は冬季休講)
全18回

受講料 27,000円/18回
(1,500円/回、テキスト代込)

対象 小学5年生以上

定員 15名

持ち物 楽器、備品(レンタル楽器あり)

その他 見学・無料体験可
(要予約)



池坊いけ花



大下公子

「和」と「洋」のいけ花やいろい
ろな種類のいけ方を楽しみましょう。
暮らしの中に潤いの空間を作りましょう。



日時 A: 第1・3月曜日 18:00~19:30
B: 第1・3月曜日 19:30~21:00
C: 第1・3金曜日 13:30~15:30

対象 一般

受講料 10,800円(600円/回×年間18回)

持ち物 花ばさみ等

定員 A: 6名、B: 6名、C: 10名

その他 材料費1,100円程度/回
見学・無料体験可
(要予約)



結 yoga



飛石めぐみ

大切な身体を整え活力を。
自分とつながる癒しの時間。
ヨガはストレッチやエクササイズ等とは
異なります。



日時 A: 月曜日 13:30~14:45 E: 水曜日 19:30~20:45
B: 月曜日 18:15~19:30 F: 金曜日 10:00~11:15
C: 月曜日 19:45~21:00 G: 金曜日 13:30~14:45
D: 火曜日 19:30~20:45 H: 金曜日 15:15~16:30

対象 18歳以上

受講料 650円/回(年間40回開講)

その他 開講日等の詳細は講師から直接案内します。

定員 各回とも20名

持ち物 ヨガマット



書道講座



石原哇華

初めての方から、もう一度始めてみたいと思う方、気軽に始めてみませんか？



日時 A：第1・3水曜日 9：30～11：00
 B：第2・4木曜日 13：30～15：00
 C：第2・4木曜日 19：30～21：00

受講料 600円/回（14,400円/年）

定員 各15名

その他 筆ペン可

対象 一般

持ち物 書道用具一式



竹田式体操



竹田和江

心身ともにリラックスできる身体づくりをしましょう♪



日時 毎週火曜日 13：30～14：45

受講料 24,000円/年（500円/回）

対象 女性

定員 25名

持ち物 5本指靴下、ヨガマット、飲み物

参加者の声

いつも参加して、体を動かすことで生活のリズムにつながっています。



先生が優しく教えてくれるので、楽しく気持ちよく講座に参加できます。



日本の伝統文化の継承にもつながっていると嬉しいです。



10年近く講座に通っています。大野公民館で開催されているから、気軽に参加できます。



講座に参加することで新しい仲間もできました。一緒に頑張る仲間がいるので、これからも続けたいです。



元々音楽は好きでしたが、新しい音楽を知るきっかけとなり、趣味の幅が広がりました。



大野市は持続可能な開発目標（SDGs）を支援しています。