

令和8年度

南あわじ市公民館講座(市民講座)

受講生募集

●申込締切●
4月21日火
書面または
WEBでお願いします

●重要なお知らせ

令和8年4月1日より生涯学習推進室の名称が生涯学習課にかわります。また現在の事務所が南あわじ市役所第2別館1階から2階へ移転し、業務をおこないます。

●申込方法(書面またはWEB)

裏面「南あわじ市公民館講座(市民講座)申込書」に必要事項をご記入の上、生涯学習課または各公民館へお申込みいただくか、または、スマートフォンから2次元コード(申し込みフォーム)よりお申込みください。

- ・先着順ではありません。募集人員を超えた場合は、抽選となります。(原則、はじめての方を優先)
- ・申込者には、5月下旬に通知させていただきます。(受講料は初回講座開講時に徴収します)
- ・少数の場合、開講できないことがあります。
- ・予告なく、若干の内容変更や感染症等により、講座の開講を変更(休講)する場合があります。

① 初心者向けパソコン講座

日時 6月第1・3、7月第2・4、8月第1金曜日
13:30~15:00
場所 市地区公民館
講師 林 千代美
募集人員 12名
受講料 1500円(全5回)
内容 スイッチを入れるところから始めましょう。初めての方向けの講座です。

② 野菜づくり教室

日時 7~8月第3金曜日 10:00~12:00
場所 市地区公民館
講師 原田 和文
募集人員 30名
受講料 600円(全2回)
内容 家庭で楽しむ菜園づくりの基礎と季節ごとの野菜栽培技術を学びます。

③ 発酵食品で腸活教室

日時 6月13日土曜日 10:00~12:30
場所 市地区公民館
講師 久保田とし子
募集人員 16名
受講料 300円
内容 初心者さんから安心して学べる講座です。発酵食品の知識を学び、毎日の食事で取り入れませんか。※別途材料費要:800円程度

④ 包丁の研ぎ方教室(初心者)

日時 10月17日土曜日 10:00~12:30
場所 市地区公民館
講師 林 健一
募集人員 12名
受講料 300円
内容 包丁研ぎに慣れていない方におススメです。

⑤ おやつづくり教室

日時 9月12日土曜日 10:00~12:30
場所 働く婦人の家
講師 メロンパン
募集人員 12名
受講料 300円
内容 和のスイーツを楽しく一緒に作りませんか。※別途材料費要:800円程度

⑥ ZUMBA(ダンス)

日時 7月第1・4、8月第1・3、9月第1火曜日
19:30~20:30
場所 働く婦人の家
講師 yumiko
募集人員 20名
受講料 1500円(全5回)
内容 ラテン系のリズムの良い音楽に合わせて体を動かすダンスエクササイズです!思いきり体を動かして楽しく健康づくりをしませんか。老若男女みんなでLet's Dance"We Love Zumba"

⑦ リフレッシュ ヨガ教室

日時 6月第2・3・4・5、7月第1・2・3、
8月1・3・4火曜日 10:00~11:30
場所 榎列公民館
講師 山崎 桂子
募集人員 18名
受講料 3000円(全10回)
内容 意識を自分の体や心に向けて感じていくことを大切にします。深い呼吸で、緊張や不安を解消し、心身共にすこやかな生活をヨガでサポートします。変化を愉しみましょう。

⑧ 青竹リズム体操(前期)(後期)

日時 (前期)7月第1・3、8月第1火曜日
(後期)9月第1・3、10月第1火曜日
13:30~14:30
場所 八木地区公民館
講師 菅 まき子
募集人員 (前期)15名 (後期)15名
受講料 (前期)900円(全3回) (後期)900円(全3回)
内容 青竹を踏みながら手を動かすことで、脳と足の裏の血液の流れが良くなり冷えやむくみの改善、疲労回復にもつながります。※別途材料費要:110円(青竹代)

⑨ コーヒー入門教室

日時 6月18日木曜日 13:30~15:00
11月12日木曜日 13:30~15:00
場所 湊地区公民館
講師 富田 夢子
募集人員 16名
受講料 各回300円
内容 コーヒーの面白さを学び自分で淹れることで、コーヒーの味わいの変化を一緒に楽しみましょう。※別途材料費要:各回500円(珈琲豆代)

⑩ 絵画教室(初心者)

日時 6・8・10・12月 第2土曜日 9:30~11:30
場所 湊地区公民館
講師 丹羽 三恵子
募集人員 15名
受講料 1500円(全5回)
内容 日々の感動を土台に、絵を描くための物のとらえ方や手順を楽しく学びます。※別途材料費要:年間3000円程度(作品パネル・画用紙等)

⑪ ゼロからはじまる韓国語

日時 6~7月第1・3、8月 第1木曜日 19:30~21:30
場所 福良地区公民館
講師 平瀬 喜子
募集人員 15名
受講料 1500円(全5回)
内容 読み、書き、聞き取り、話す活動を通じて、基本の韓国語を習う初心者向け講座です。※別途材料費要:年間220円(ファイル・ノート代)

⑫ 抹茶を楽しむ為の作法教室

日時 6~10月第3水曜日 19:30~21:30
場所 福良地区公民館
講師 森本 恭子
募集人員 12名
受講料 1500円(全5回)
内容 お茶に興味のある方!抹茶を美味しく飲む為の作法を知り、心豊かな生活を一緒に楽しみましょう。※別途材料費要:1回500円(菓子・抹茶代等)

お問い合わせ先

平日/8:30~17:00

- ①~⑭の講座は、生涯学習課 TEL.43-5038へお問い合わせください。
- ⑮~⑳の講座は、各公民館へお問い合わせください。

●公民館講座(市民講座)作品展

令和8年4月9日(木)まで、市地区公民館1階ロビーにて、講座生の学習成果として、作品展を開催しています。

<展示内容> 絵画教室・子ども絵画教室



スマートフォンからのお申込はこちら「申し込みフォーム」から

申込締切/4月21日火まで



⑬ 南あわじ市少年少女合唱団講座(小・中学生)

日時 6~3月基本第1・3土曜日 10:00~12:00
日程が変更となる場合あり
場所 市地区公民館
講師 松尾 美和、平田 このみ
募集人員 30名
受講料 3000円(全20回)
内容 みんなで楽しく歌いましょう。合唱団の活動として、淡路音楽祭・合唱祭の出演等もあります。
※別途経費要:年間1000円程度

⑭ 親子de科学実験教室(3年生以上の小学生・保護者)

日時 8月8日、9月26日土曜日 13:30~15:00
場所 市地区公民館
講師 坂本 頼保
募集人員 10組
受講料 大人600円、こども300円(全2回)
内容 日常では体験できない楽しい実験と工作
①蒸気の実験とポンポン船作り②科学を使った色々なマジック
※別途材料費要:年間2000円

⑮ パステルアート教室

日時 6・8・10・12月第2水曜日 10:00~12:00
場所 倭文公民館
お問い合わせ先 TEL: 46-0001
講師 谷口 順子
募集人員 15名
受講料 1200円(全4回)
内容 はじめての方でも、温かみがあり心をホッコリさせてくれる素敵なアートができます。※別途材料費要:各回600円程度(パステルレンタル代)

⑯ ストレッチポールを使ったボディケア

日時 6月6日土曜日 13:00~14:30
場所 松帆地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 36-2137
講師 保居 貴美恵
募集人員 12名
受講料 300円
内容 1mのポールを使って筋肉をほぐし、スマホ首・そり腰・肩こり・腰痛・体幹改善で心身のリラクゼーションに効果的!体の変化が体感できます。骨粗鬆症・高血圧の方はご遠慮ください。※別途材料費要:800円(ポールレンタル料)

⑰ パン教室

日時 6月19日金曜日 13:00~16:30
6月26日金曜日 13:00~16:30
11月20日金曜日 13:00~16:30
11月27日金曜日 13:00~16:30
場所 丸山地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 39-0210
講師 濱田 貴世子
募集人員 各回8名
受講料 各回300円
内容 国内産小麦を使った体に優しい材料でパンを作ります。(1人9個ずつ)
※別途材料費要:各回400円程度

⑱ 魚のさばき方教室

日時 9月30日水曜日 10:00~12:00
場所 阿那賀地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 39-0011
講師 林 健一
募集人員 10名
受講料 300円
内容 初心者の方も安心して、魚のさばき方を基本から学べます。
※別途材料費要:600円程度

⑲ ZUMBA GOLD

日時 6~11月第1月曜日 10:30~11:30
場所 西淡志知公民館
お問い合わせ先 TEL: 36-5526
講師 菅 まき子
募集人員 13名
受講料 1800円(全6回)
内容 ZUMBA GOLDは、ダンスが初めての方やゆったり楽しみたい方にピッタリのプログラム。シンプルな動きで音楽を感じながら、心も体も軽やかにリフレッシュ。世代を問わず、笑顔で続けられる健康づくりのクラスです。

⑳ カントリードール講座(耳ながうさぎ)

日時 12月4・11日金曜日 13:30~15:30
場所 市地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 42-5957
講師 西 洋子
募集人員 8名
受講料 600円(全2回)
内容 素朴で温かく愛らしいあなただけのカントリードールを作ってみませんか?裁縫が久しぶりの方でも安心してご参加いただけます。
※別途材料費要:年間1200円

㉑ 新聞エコバッグづくり

日時 6月19日金曜日 10:00~12:00
9月18日金曜日 10:00~12:00
11月20日金曜日 10:00~12:00
2月19日金曜日 10:00~12:00
場所 神代地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 42-5958
講師 認定NPO法人 ソーシャルデザインセンター淡路 エコバッグ部
募集人員 各回20名
受講料 各回300円
内容 新聞紙と梱包の敷き紙や要らなくなった米袋、カレンダーなどを活用し取り組みます。「新聞エコバッグづくり」が人と人をつなぐきっかけとなることを願っています。
エコバッグサイズについて
6月・11月→(大) 9月・2月→(小)

㉒ コミュニケーション麻雀

日時 6月8日月曜日 13:30~15:00
場所 福良地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 50-3048
講師 榊 秀一
募集人員 16名
受講料 300円
内容 【未経験の方も大歓迎!】本格麻雀とは違い、大きな牌で見やすく、ルールも簡単! 会話を楽しむためのレクリエーションです。指先と頭を使い、和気あいあいと交流しませんか? 初めての方でも、その日から楽しめます。

㉓ 沼島歴史講話

日時 10月18日日曜日 9:30~11:00
場所 神宮寺庭園・沼島地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 57-0001
講師 神宮寺住職 中川 宜昭
募集人員 10名
受講料 300円
内容 沼島の歴史についてお話を聞きますか。講話のあとは神宮寺のお庭を見に行きます。※沼島へは乗船代、駐車料金(車の場合)が必要です

㉔ 子ども絵画教室(2年生以上の小学生)

日時 6~3月第2火曜日 16:00~17:30
場所 三原志知公民館
お問い合わせ先 TEL: 42-6345
講師 山崎 潤子
募集人員 10名
受講料 1500円(全10回)
内容 描き方のポイントを知って、みんなで楽しくのびのび絵を描いてみましょう。※別途材料費要:年間1000円(瓦・画用紙代)

㉕ 夏休みキッズ講座足ふみうどん(小学生)

日時 7月29日水曜日 10:00~12:00
場所 広田地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 44-3008
講師 ツシマ ミチコ
募集人員 16名
受講料 150円
内容 材料を袋に入れてレッツ”ふみふみ”! おいしいうどんができあがります!
※別途材料費要:500円程度

㉖ キッズ講座 郷土料理~ちよぼ汁~(小学生)

日時 1月9日土曜日 10:00~12:00
場所 広田地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 44-3008
講師 ツシマ ミチコ
募集人員 16名
受講料 150円
内容 淡路島の郷土料理「ちよぼ汁」。自分で作るとおいしいことまちがいない!
※別途材料費要:500円程度

㉗ 親子講座 4wayねこ型時計づくり(年長以上・保護者)

日時 6月20日土曜日 10:00~12:00
場所 伊加利地区公民館
お問い合わせ先 TEL: 39-0567
講師 森長 ともみ
募集人員 10組
受講料 大人300円 こども150円
内容 ネコ型の特殊な厚紙に、可愛い布やパーツを選びデコレーションしていきます(カルトナージュ工作)置き時計にしたり、掛けて使ったり時計はなんとリバーシブル。気分に合わせて4通りの使い方ができる自分だけのオリジナルの時計です。
※別途材料費要:1500円程度