

令和8年度 小美玉市 市民講座のご案内

人生100年時代、年代を問わず、学びを続けていきませんか？受講生同士で当番などの役割もあるので、気の合う仲間づくりにも♪

受講対象者
市内在住・在勤・在学の方

受付期間

●令和8年4月3日(金)午前9時から4月19日(日)午後5時まで

申込について

- スマートフォンまたはパソコンでお申込ください。スマートフォンの方は下記の2次元コードよりお申込できます。
- スマートフォンをお持ちでない、または操作が難しい方は問い合わせ先にご相談ください。
- 各講座の詳しい内容はホームページ・申込フォームをご確認ください。問い合わせ先の各施設でもご確認ください。
- 電話、FAX、メール等での申込はできません。
- 同曜日かつ同時間帯の重複申込はできません。重複して申込いただいた場合には、いずれの講座も申込が無効となりますのでご注意ください。
- 各講座とも定員を超えた場合は抽選となります。講座申込登録後に受付番号が表示されますので、必ずお控えください。
- 抽選の場合には初めて受講する方が優先となります。
- 抽選の場合は、お友達同士のお申込でも当落がわかることがあります。ご了承ください。
- 受付終了後に定員に余裕がある場合には追加募集がある場合があります。追加募集がある場合には5月8日(金)午後1時に発表します。

抽選結果・開講情報発表

令和8年5月8日(金)午後1時に小美玉市ホームページ上に受付番号のみ掲載いたします。やすらぎの里小川・美野里公民館・玉里公民館にも受付番号のみ掲示いたします。

納付期間

●令和8年5月8日(金)午後1時から5月17日(日)午後5時まで

- ・受付時間午前9時～午後5時(5月8日は午後1時～午後5時)
- ・問い合わせ先の3館どこでも納付できます。
- ・個別通知は行いません。ご自身でご確認のうえ納付期間内に受講料を納付してください。
- ・期間内に受講料を納付いただけない場合にはキャンセルとなります。

その他

○注意事項などは申込フォームをご確認いただき、同意いただける方はお申込ください。

小美玉市のホームページ

(小美玉市 市民講座)で検索

お申込・開講情報・抽選結果発表はこちら

HPのURL : <https://www.city.omitama.lg.jp/0033/info-0000012103-0.html>



教養を高める 美野里公民館

第2.4土 **着付と作法**
講師:身内 ヤス子 定員:10名

一人で着付けができるようになること、合わせて日常の礼儀作法やマナーなどを学習します。




回数 全10回
時間 13:30-15:30
開講日 6月13日(土)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

教養を高める 美野里公民館

第2.4土 **暮らしに役立つ! 自信がつく! 美文字講座**
講師:小山田 香代 定員:15名

日常に活かせる“読みやすく美しい字”を、硬筆と小筆(筆ペン)でゆっくり練習する講座です。




回数 全10回
時間 10:00-12:00
開講日 6月13日(土)
受講料 4,000円
材料費 1,000円
その他

語学 農村環境改善センター

火 **楽しい韓国語**
講師:李 貞植 定員:12名

ハングル文字の読み書きから、挨拶、簡単な自己紹介など基礎を学びます。




回数 全10回
時間 13:00-14:30
開講日 6月2日(火)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

作品づくり 美野里公民館

第1.3土 **筆文字ことの葉ハガキ講座**
講師:久保 智月 定員:12名

心あたたまる言葉を筆文字にのせて、ハガキ作品を仕上げます。筆ペンと水彩絵の具を使用します。




回数 全8回
時間 13:00-15:00
開講日 6月6日(土)
受講料 3,200円
材料費 3,500円
その他

作品づくり 美野里公民館

第2.4金 **刺繍で小さなお直し ~ダーニング~**
講師:藤田 有理絵 定員:10名

やぶれ・すり切れを糸で縫い、直しながら味わいを足す縫いです。まずは身近な靴下からチャレンジ♪




回数 全8回
時間 13:30-15:30
開講日 6月12日(金)
受講料 3,200円
材料費 1,900円
その他

作品づくり 羽鳥ふれあいセンター

第2.4水 **私だけのチュニック**
講師:齋藤 日登美 定員:8名

手縫いまたはミシンで初夏に向けて一枚裁ちの自分だけのオリジナルチュニックを作りましょう。




回数 全5回
時間 13:30-15:30
開講日 6月10日(水)
受講料 2,000円
材料費 なし
その他

作品づくり 羽鳥ふれあいセンター

第2.4土 **簡易金継ぎ**
講師:長谷川 貴子 定員:15名

割れたり欠けたりした器を漆を使わない金継ぎで再生してみましょう。傷を隠さず、器の新たな魅力として楽しめます。




回数 全6回
時間 13:30-15:30
開講日 7月11日(土)
受講料 2,400円
材料費 7,000円
その他

市民講座講師募集!!

小美玉市では市民講座の講師を募集しています。自信があること、得意なこと、好きなこと、教えてみませんか? 詳しくは問い合わせ先にご連絡ください。
※お申し出いただいても、講座を実施できないこともあります。ご了承ください。

自主講座

市民講座を卒業した方同士で引き続き行っていく活動です。仲間を募集している講座もあるので、詳しくは問い合わせ先にご連絡ください。



自主講座一覧はこちら

後期講座について(11月頃開講予定)

令和8年度は後期講座も計画しています。募集は9月頃を予定していますが、詳しくはホームページ・お知らせ版でお知らせいたします。

問い合わせ先

受付時間: 午前9時～午後5時

市民講座お問合せ専用フォーム: <https://logoform.jp/form/nfRZ/1382045>




フォームでは24時間、お問い合わせいただけます。回答は受付時間内に順次となります。お急ぎの場合には問い合わせ先まで電話でお問い合わせください。

施設名	所在地	電話番号	休館日
やすらぎの里小川	中延1508番地1	☎58-4580	月曜日(月曜日が祝日の場合は当日およびその翌平日)・5/7
美野里公民館	堅倉835番地	☎48-1110	水曜日・国民の祝日等・4/30・5/7
玉里公民館 (生涯学習センターコスモス内)	高崎291番地3	☎26-9111	月曜日・国民の祝日等・5/7

脳トレ やすらぎの里小川

第3木 **ゆっくり・しっかり脳を若返り！脳トレ講座**
講師：糸賀 敬子 定員：10名

操作の簡単な専用のタブレットを使用し、運転免許更新等に役立つ脳トレを行ないます。




回数 全8回
時間 13:30-15:00
開講日 7月16日(木)
受講料 3,200円
材料費 800円
その他

デジタル やすらぎの里小川

第1.3土 **パソコンワード入門講座**
講師：糸賀 芳子 定員：10名

文字を入力したり、表や画像を挿入し、表現力豊かな文章を作成しましょう。ワードの基本機能を学びます。



回数 全8回
時間 9:30-11:30
開講日 6月6日(土)
受講料 3,200円
材料費 なし
その他

料理 やすらぎの里小川

第1木 **美味しいコーヒーの淹れ方**
講師：飯田 二郎 定員：10名

自宅でも本格コーヒーを楽しむ様、基本の淹れ方を学び、アレンジコーヒーも学びます。




回数 全6回
時間 13:30-14:30
開講日 6月4日(木)
受講料 2,400円
材料費 各回1,500円程度
その他 初回道具代2,200円

健康づくり 玉里公民館

第2.4金 **心と身体をリラックスするヨガ**
講師：湯原 竜也 定員：10名

1人1人に寄り添いながらゆっくり行います。自分を大切に、リラックスしていきましょう。



回数 全10回
時間 14:00-15:30
開講日 6月12日(金)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

教養を高める 玉里公民館

第1.3.5火 **実用筆文字講座**
講師：坂口 紀歩 定員：12名

デジタルが進んでも、まだまだ手書きの場面は多いので、こぞ！の文字を美しく書けるようになりませんか？




回数 全6回
時間 13:30-15:00
開講日 6月2日(火)
受講料 2,400円
材料費 1,000円
その他

作品づくり 玉里公民館

第2.4日 **絵画(デッサン・水彩・ソフト・セミリード・パステル)**
講師：直江 義博 定員：15名

初めての方、絵画を再開したい方、鉛筆、透明水彩、ソフトパステル等を使い楽しい講座を目指します。




回数 全10回
時間 13:30-16:00
開講日 6月14日(日)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

健康づくり やすらぎの里小川

第1.3水 **深呼吸で体と心をメンテナンスするヨガ**
講師：大越 直美 定員：12名

深呼吸をしながら固まりやすい部分を動かし心身をメンテナンスするヨガです。体も心もすっきり軽くなります。




回数 全10回
時間 10:00-11:15
開講日 7月1日(水)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

教養を高める やすらぎの里小川

第4木 **寄せ植え講座**
講師：大山 広行 定員：18名

四季折々の花やハーブを使い寄せ植えを楽しみましょう。花のある生活で暮らしと心に癒しとゆとりをもちましょう。




回数 全6回
時間 9:30-11:30
開講日 6月25日(木)
受講料 2,400円
材料費 各回1,500円程度
その他

教養を高める やすらぎの里小川

第1.3水 **あなたを幸せに導く東洋哲学を学びましょう**
講師：幡谷 展聖 定員：10名

中国哲学(陰陽五行説)、仏教(お釈迦様の教え)、手相と一緒に学びましょう。




回数 全10回
時間 10:00-12:00
開講日 6月17日(水)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

作品づくり 玉里公民館

第1.3水 **バードカービング(マガモのデコイを作る)**
講師：渡邊 敏治 定員：10名

霞ヶ浦を望むこの場所で、冬の使者カモの代表的な「マガモ」を作成します。



回数 全10回
時間 10:00-12:00
開講日 6月3日(水)
受講料 4,000円
材料費 5,000円
その他

作品づくり 玉里公民館

第1.3水 **パンチニードルで作る小物たち**
講師：小沼 しのぶ 定員：8名

パンチニードルとは、専用のニードルに糸を通し布に刺していく技法です。モコモコしたかわい小物を作りませんか。




回数 全10回
時間 10:00-12:00
開講日 6月3日(水)
受講料 4,000円
材料費 4,600円
その他

脳トレ 羽鳥公民館

第1月 **脳健康づくり 介護予防の脳トレ講座**
講師：糸賀 敬子 定員：12名

後期高齢者向けの物忘れ予防の記憶トレーニングと口腔体操を行います。タブレットも使い優しい脳活です。




回数 全8回
時間 13:30-15:00
開講日 7月6日(月)
受講料 3,200円
材料費 800円
その他

語学 やすらぎの里小川

第4土 **楽しく学ぶ英会話**
講師：リズ・アカバ 定員：12名

海外旅行に行った時や日常的に生活で使用する英会話を学びましょう。



回数 全8回
時間 10:00-11:30
開講日 6月27日(土)
受講料 3,200円
材料費 なし
その他

作品づくり やすらぎの里小川

第4金 **花のある暮らしを一緒に♪**
講師：河原 由美 定員：8名

季節に合わせたお花のデザインアレンジを楽しむレッスンになります。(ドライフラワー・プリザーブドフラワー等)



回数 全8回
時間 10:00-12:00
開講日 6月26日(金)
受講料 3,200円
材料費 各回3,000円程度
その他

作品づくり やすらぎの里小川

第3水 **ハワイアンキルト**
講師：今井 慎太郎 定員：15名

ハワイ伝統のひとつであるハワイアンキルトでポーチやバッグを作ります。




回数 全8回
時間 10:00-12:00
開講日 6月17日(水)
受講料 3,200円
材料費 9,100円(2作品)
その他

デジタル 美野里公民館

木 **やさしく楽しく学ぶスマホ講座**
講師：東ヶ崎 鈴子 定員：10名

スマホ初心者を対象に基本的なことからラインや動画などいろいろな楽しいアプリをやさしく学べる講座です。



回数 全6回
時間 10:00-11:30
開講日 6月4日(木)
受講料 2,400円
材料費 200円
その他

料理 美野里公民館

第3火 **飾り巻き寿司とおもてなし**
講師：菅谷 友美 定員：8名

飾り巻き寿司、太巻き、カリフォルニアロール、出汁から作る味噌汁、おもてなし料理と盛りだくさん♪




回数 全6回
時間 13:00-15:00
開講日 5月19日(火)
受講料 2,400円
材料費 各回2,000円程度
その他 初回道具代2,000円

料理 美野里公民館

第1.3金 **世界一簡単！誰でも焼けるパン講座**
講師：北條 千夏 定員：8名

はじめてでも安心！簡単な道具と材料で毎日でも続けられるパンづくり講座です。




回数 全10回
時間 10:00-12:00
開講日 6月5日(金)
受講料 4,000円
材料費 各回1,100円程度
その他

脳トレ 玉里公民館

第1.3水 **ピアノとハンドベルで楽しく脳活**
講師：大西 陽香 定員：12名

指を動かすと脳が活性化します。ピアノを弾いたことがない方大歓迎！楽譜の読み方や音楽雑学もお話します。




回数 全10回
時間 13:00-14:30
開講日 6月3日(水)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

デジタル 玉里公民館

第2.4土 **スマホでいきいき！暮らしとつながる講座**
講師：糸賀 敬子 定員：10名

暮らしに役立つスマホの使い方を楽しく学び、スマホで広がる新しい世界を楽しみましょう！




回数 全9回
時間 13:30-15:00
開講日 6月27日(土)
受講料 3,600円
材料費 なし
その他

健康づくり 玉里公民館

第1.3火 **昭和懐メロ♪で動こう！歌謡曲でダンス**
講師：谷田部 あゆみ 定員：15名

昭和の懐メロソングに合わせて楽しく身体を動かしましょう！ステップ＆手の動きで、脳トレしながら代謝も筋肉量もUP！




回数 全10回
時間 10:00-11:30
開講日 6月2日(火)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

健康づくり 美野里公民館

第2.4木 **誰でも楽しく踊れるカントリーダンス**
講師：福田 ひろ子 定員：15名

アメリカのカントリーソングに合わせて踊るダンスです。やさしいステップなので運動が苦手でもOK！




回数 全10回
時間 13:30-15:30
開講日 6月11日(木)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

健康づくり 羽鳥公民館

第1.3木 **転倒予防チェアエクササイズ**
講師：佐藤 直子 定員：20名

足腰の筋力アップや転倒予防に効果があり、立ちっぱなしはつらい方でも、イスに座って楽しく体を動かします。




回数 全10回
時間 14:00-15:30
開講日 6月4日(木)
受講料 4,000円
材料費 なし
その他

健康づくり 農村女性の家

第2.4金 **こころとカラダいきいきヨガ**
講師：石川 英里子 定員：15名

ゆったりとした呼吸で丁寧に体を動かし、柔軟性や筋力を高めながら、心も強くしなやかに整えてみませんか。



回数 全8回
時間 13:30-15:00
開講日 6月12日(金)
受講料 3,200円
材料費 なし
その他