



令和4年度 玉津南公民館春季講座一覧表



【子供教室・親子教室】

記号	教室名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
は	親子野鳥観察会【SDGs】	5/7	土	9:30～12:00	小学生と保護者	8組	1回	無料	松岡 和彦、油谷 邦夫 (日本野鳥の会ひょうご)	明石公園、伊川周辺にはどんな野鳥がいるのかわかりますか？一緒に探しに行きましょう。双眼鏡をご持参ください。
ひ	なかよしひろば【ESD】	5/13・27・6/3・10	金	10:00～11:00	0歳～3歳児と保護者	10組	4回	無料	姫路福祉保育専門学校学生ボランティア、さかうえ ゆうすけ・なのみ、宮岡 まち子、小川 麻由紀	紙芝居や人形劇を通してお話を楽しみ、体を動かしたり、音楽を楽しんだりして、親子で一緒に楽しみましょう。
ふ	どんな仕事？バスの運転士さん	5/14	土	9:45～11:45	小学4～6年生と保護者	10組	1回	無料	神姫バス株式会社 明石営業所 担当員	バスの運転士さんの1日のお仕事を見学しに行こう！バスの出庫前点検の様子を見たり、乗車体験をしたりして、運転士さんのお仕事について学んでみよう。
へ	春だ！かけっこ！走り方教室	5/21	土	9:00～10:15	小学1・2年生	25名	1回	無料	野口 研治 (T&F.netKOBÉ)	速く走るためのコツやトレーニング方法を学びましょう。練習を続けると、きっとスピードアップにつながるはずです。
ほ	春だ！短距離走！走り方教室	5/21	土	10:30～11:45	小学3～6年生	25名	1回	無料	野口 研治 (T&F.netKOBÉ)	速く走るためのコツやトレーニング方法を学びましょう。練習を続けると、きっとスピードアップにつながるはずです。
ま	モーターで紙とんぼを飛ばそう	5/28	土	10:00～12:00	小学3～6年生	20名	1回	350円	田中 毅 (くらしが関西)	飛行機やヘリコプターがなぜ飛べるのかわかりますか？その原理を学んでみましょう。
み	竹笛づくりに挑戦！	6/4	土	9:30～11:30	小学生と保護者	10組	1回	1組300円	宮崎 敏弥	いろいろな材料を使って笛づくりをします。どんな音が出るのでしょうか。
む	★はじめての卓球教室	6/4	土	13:00～15:00	小学4～6年生	10名	1回	無料	球遊会 (公民館登録グループ)	「卓球をやってみよう」という人を応援します。ラケットの握り方、打ち方の姿勢、基本の動き方など、丁寧に教えます。
め	★親子毛筆教室	6/7	火	18:30～19:30	小学生と保護者	5組	1回	無料	明信書道会 (公民館登録グループ)	心を落ち着かせて、美しい字を目指し、一緒に練習しましょう。ぜひ親子でご参加ください。
も	はじめてのラグビー体験	6/18	土	10:00～11:00	小学3・4年生	20名	1回	無料	コベルコ神戸スティーラーズ 普及担当 長崎 健太郎	ラグビーってなに？ラグビーボールを触ってみたい！みんなでラグビーボールで遊んでみよう！
や	親子で農業体験（サツマイモと野菜苗の植え付けと収穫）	6/25・9/17・11/19 予約日：6/26・9/18・11/27	土	10:00～12:30	小学生と保護者	20組	3回	1組1,500円	西区植谷町菅野農会	サツマイモと野菜苗の植え付けと収穫体験や、農業に関する勉強をします。※天候により、予定を変更する場合がございます。詳しくは玉津南公民館のホームページをご確認ください。
ゆ	おはなしたべちゃえ（プリンアラモード編）～読み聞かせ＆調理～	7/2	土	10:00～12:30	小学1～4年生と保護者	3組	1回	1組600円	神戸市立西図書館 オリンピック神戸西	本の世界へ飛び込もう！本の読み聞かせ後、親子でおいしいプリンアラモードを作ります。
よ	★はじめてのバレーボール教室	7/9・16	土	10:00～12:00	小学3・4年生	15名	2回	無料	マーガレット (公民館登録グループ)	「バレーボールが上手になりたい。」「やってみよう」という人集まれ！いっぱいボールに触れてみよう！

【パソコン・タブレット・スマホ講座】

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象・区分	定員	回数	参加費	講師名	コメント
K	はじめてのスマホ教室～LINEを使ってみよう～（iPhone編）	6/14・21	火	10:00～12:00	一般初級	10名	2回	400円	ソフィアネット	アプリのインストールからLINEを始めよう。便利なアプリを上手に使いこなすためのコツをご紹介します。ご自身のiPhoneをご持参ください。アプリのインストールには、アップルIDとパスワードが必要です。
L	はじめてのスマホ教室～LINEを使ってみよう～（Android編）	6/14・21	火	14:00～16:00	一般初級	10名	2回	400円	ソフィアネット	アプリのインストールからLINEを始めよう。便利なアプリを上手に使いこなすためのコツをご紹介します。ご自身のスマートフォンをご持参ください。
M	★パソコン入門～Wordを使ってポスター作り～	6/27	月	10:00～12:00	一般初級	3名	1回	無料	ひまわりパソコン (公民館登録グループ)	Wordのソフトを使って、ポスターを作ります。基本操作を学習します。お持ちのノート型パソコンをご持参ください。

【一般・高齢者の方対象の講座】

記号	講座名	期間	曜日	時間	対象	定員	回数	参加費	講師名	コメント
37	第2の人生いきいきセミナー	5/19・6/2・9・23	木	14:00～15:30	高齢者	30名	4回	無料	谷川原 光彦、明治安田生命神戸支社、宗重 理恵子、大東 知子	懐かしい歌を歌ったり、元気に体操をしたり、フットケアやフレイル予防について学んだりします。心も体も元気になる講座が盛りだくさんです。
38	★茶道体験	5/25	水	10:00～12:00	一般	5名	1回	無料	竹林の友 (公民館登録グループ)	茶の湯の世界を楽しんでみませんか。一つ一つの作法について学び、実践しながら茶会を体験してみてください。
39	★矯正体操に挑戦！	6/1	水	13:20～14:20	一般	5名	1回	無料	矯正体操 (公民館登録グループ)	体のゆがみ、足、腰の痛みの改善に役立つ体操です。自立した生活を行える体づくりをしましょう。
40	★みんなで歌いましょう	6/7	火	13:00～15:00	一般	10名	1回	無料	歌声さくら貝 (公民館登録グループ)	大東先生と一緒に、懐かしい歌を楽しんで気分をリフレッシュしましょう。
41	★健康で明るく生きるために～うつ、不眠、孤独の改善策～	6/10	金	13:30～15:00	一般	10名	1回	無料	美と若さの会 (公民館登録グループ)	人生100年時代。いかに健康で長生きできるかが老後の課題です。コロナで「うつ、不眠、孤独」に悩まされる高齢者が増える中、改善策と明るく生きるための方法を見つける講座です。
42	古文書を読み解こう～博物館所蔵の古文書から～	6/15	水	15:00～16:00	一般	10名	1回	無料	明石市立文化博物館学芸員 須貝 隆弘	明石市立文化博物館で展示・所蔵する古文書と一緒に読んでみませんか。博物館の史料だけでなく、地元やご家庭に眠る古文書に興味を持っていただけるような講座です。
43	★社交ダンスはじめませんか？	6/20	月	13:30～15:00	一般	6名	1回	無料	月曜会 (公民館登録グループ)	社交ダンスを始めませんか？はじめての方も大歓迎です。気軽にお越しください。楽しく一緒に踊りましょう。

★印は公民館登録グループが講師となり、日頃の活動を体験していただく講座（学習還元講座）です。活動を気に入っていただいた方は、グループに入会することもできます。