

※中央公民館はホームページからも申し込みできます。

中央公民館		〒850-0874 長崎市魚の町5-1 (市役所電停前) TEL (825) 1948 FAX (820) 2605 ※駐車場有 (有料)				講座時間 朝 10:00～12:00 昼 13:30～15:30 夜 18:30～20:30	
区分	講座名	講師 (敬称略)	回数	日時		備考	
社会・経済	いきいきライフ 〔対象〕 おおむね60歳以上	平 健太 ほか	4	6/1～6/22	木 朝	人権／栄養／昭和歌謡／老前整理など	
	おやじのモーニング・カレッジ 〔対象〕 退職後の男性	井手 達夫 ほか	8	4/3～6/12	月 朝	退職後のオヤジの仲間づくり、居場所づくり	
国際	長崎でフランスを学ぶ	阿南 婦美代 アブカル・パトリック	4	5/16～6/6	火 昼	フランス語入門／フランス簡単家庭料理などでフランスに親しむ 〔材料費：別途お知らせ〕	
家庭生活	親子でつむぐひよこサロン 〔対象〕 未就学児とその家族	長崎純心大学 こども教育保育学科	1	5/28	日 10:30～12:30	大学生による歌や劇、工作で親子がふれあう 〔材料費〕 1人100円	
	日常に使う筆文字	五五会 西川 秀鳳	4	5/10～5/31	水 夜	のし書きなど日常使いの筆文字を学ぶ 〔受講料〕 1人2,000円 (4回分)	
芸術・文化	簡単に誰でもできるマジック講座	井手 浩二	4	5/13～6/3	土 昼	小学生から参加できる楽しいマジック講座 〔材料費〕 1人分1,000円 (4回分)	
	シーボルト渡来200周年 鳴滝塾の活動と跡地の変遷	徳永 宏	2	5/24・31	水 朝	〔施設入館料〕 100円 (5/31分)	
	長崎市出身の漫画家！清水崑	入江 清佳	2	6/7・14	水 昼	〔施設入館料〕 100円 (6/14分)	
	昭和歌謡・スタンダード・ナガサキ	高浪 慶太郎	2	7/1・8	土 昼	昭和歌謡 長崎の歌をたずねる	
	毛氈 (もうせん) モノ語り ～長崎の幻の地場産業～	砂崎 素子	4	5/30～6/20	火 昼	長崎で幻の地場産業となった毛氈の文化を追う	
	親子習字教室	えひも会 森崎 泰山	3	4/8～4/22	土 朝	筆の持ち方から作品づくりまで書道を親子で学ぶ 〔受講料〕 1人500円 (3回分)	
	長崎OMURA室内合奏団 心ときめく音楽への誘い	長崎OMURA 室内合奏団	1	5/9	火 昼	プロ演奏家による生演奏で音楽の臨場感を体感する	
	みんなで楽しい歌声	後藤 美樹	4	5/10～5/31	水 昼	みんなで歌い、豊かな声で人生を楽しく！	
	市民映画会 (午前の部) (午後の部)	井手 達夫	5	4/15～8/19	第3土 午前11:00～午後14:00	世界の名画をスクリーンで楽しむ	
	サンデーアナログレコードコンサート	井手 達夫	5	4/16～8/20	第3日 14:00～16:00	アナログレコードが奏でる懐かしいサウンドを体感	
運動・健康	つんの～でこねね！みんなの健康講座	長崎みなと メディカルセンター	3	5/13～7/8	第2土 朝	長崎みなとメディカルセンターと共催の健康講座 食生活、変形性関節症、足の血管の病気など	
	バウンドテニス入門	塘 俊昭 ほか	4	5/1～5/29 ※5/8休	月 昼	普通のテニスより小さなスペースで行う生涯スポーツ	
	バドミントンを楽しむ	木村 由美子 ほか	4	4/27～5/25 ※5/4休	木 朝	サークル等で活動していない個人向け ゲームを楽しめるまで基本から学ぶ	
	身体目覚める！真向法	宿輪 美紀子	4	5/11～6/1	木 14:00～16:00	骨盤や姿勢を整え心身をリフレッシュする体操	
	有酸素運動で体力づくり	山口 淑恵	4	5/10～5/31	水 10:00～11:30	ウォーキングを中心にエアロビクスやストレッチも取り入れて体を動かす習慣づくり	
	ヨガ初級編	中嶋 まさ子	4	6/7～6/28	水 朝	入門者向、ヨガを通じて心身の健康を図る	
	らくらくストレッチ土曜日	野口 信貴	4	6/3～6/24	土 14:00～16:00	全身の筋肉をほくして適度に鍛え心と体を元気にする	
	ズンバ！ズンバ！ズンバ！！ 〔対象〕 成人女性	井上 真実	4	4/13～5/11 ※5/4休	木 19:00～20:30	ラテン音楽に合わせて踊る有酸素運動 保護者同伴なら小学生から参加可能	
	さわやか体操	さわやか体操クラブ 峰 加代子	4	4/19～5/17 ※5/3休	水 10:30～12:00	マイペースでできる健康体操を学ぶ 〔受講料〕 1人500円 (4回分)	
	はじめてのフラレッスン	ビリアハ ・ホーアヒ・フナ 末広 美良子	4	4/10～5/1	月 19:00～20:15	おおむね50代までのフラダンスレッスン 〔受講料〕 1人1,500円 (4回分)	

◆◆◆◆情報機器 (スマホ・PC) に関する講座◆◆◆◆

初心者のためのパソコン講座

パソコン操作が不慣れな方向けに、マウス操作やキーボード入力などの基本操作、インターネットで日常生活に便利な情報の検索方法を学ぶ。

期 日 6/6～6/20 火曜日 (全3回)
時 間 13:30～15:30
対 象 パソコン操作に不慣れな方
講 師 渡邊 慎太郎 先生
(LDSオフィスパートナー)

中級者のためのパソコン講座

マウス操作やキーボード入力等の基本操作ができる方向けに、ワードでの文面作成やエクセルでの名簿作りなど、オフィスソフトの使い方を学ぶ。

期 日 6/7～6/21 水曜日 (全3回)
時 間 13:30～15:30
対 象 パソコンの基本操作ができる方
講 師 渡邊 慎太郎 先生
(LDSオフィスパートナー)

以上の講座の他に、特別講座を開催することがあります。詳しくは公民館窓口や市民会館ホームページ、Facebookなどでご確認ください。


市民会館
ホームページ


中央公民館