

令和8年度 福岡公民館講座

≪地域づくり学習≫

講座名・講師	学習内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料等	備考
乳幼児学級 おひさま広場	0～3歳児の親子のふれあい・仲間づくりをしながら、いろいろな活動や季節の行事をみんなで計画しましょう。	15組 未就園児親子	6月～3月 第4火曜日 10回 10:00～11:30	無料	実費徴収あり 申込み別紙
ふれあい学級	毎日楽しく過ごすために、学習・研修に参加し、仲間づくり生きがいづくりをしましょう。	60歳以上	6月～3月 月1回 8回 10:00～11:30	無料	会費2,000円 (初回のみ) 実費徴収あり
防災を学ぼう ふくおか防災士会	忘れた頃にやってくる災害を自分の事として捉え、被害を減らす日頃の備えや避難に役立つ情報を、同じ地域に暮らす皆さんと共に学びます。	20名 一般	7月～9月 第3金曜日 3回 19:30～21:00	無料	
NEW ふくおかの史跡 文化財探訪 近藤 信幸	ふるさとの歴史文化を現地に行って学びます。田瀬・下野・福岡・高山の史跡めぐり 4回と座学(古文書) 2回です。	10名 一般	6月～12月 第2土曜日 6回 9:30～11:30	無料	福岡公民館集合 現地へ移動 8月休講
NEW 広恵寺城と2つの街道 丹羽 清徳	なぜ、広恵寺城や広恵寺は福岡植苗木地区にあったのか？広恵寺城と2つの街道の魅力に迫ります。最後の4回目は、現地を訪ねます。	20名 一般	6月～9月 第4月曜日 4回 10:00～11:30	無料	4回目現地集合 実費徴収あり(資料代)
NEW 60分で学ぶ 福岡町史(通史編上・下巻) 午前の部 60分で学ぶ 福岡町史(通史編上・下巻) 夜の部	福岡町史(通史編上・下巻)を参考に福岡町の歴史をたどってみましょう。	10名 一般	7月～11月 第1月曜日 5回 10:00～11:00	無料	
NEW 【域学連携講座】 バードウォッチング 富田 宏	神山神社周辺、二ツ森山山頂周辺、常磐神社周辺、広恵寺堤、福岡ローマン渓谷周辺で、春・夏・秋・冬の野鳥をみつけます。	20名 一般	6/20・7/18・11/28・ 1/30・3/27 9:00～12:00	無料	福岡公民館集合 現地へ移動
子どもまんが教室 島崎 朝子	自分の好きなまんがを描いて、プロからアドバイスがもらえるよ。一人でも大丈夫。好きなまんがを描くことに没頭できます。ぜひ来てね。	5名 小4～ 中学生	7/22・7/29 水曜日 2回 9:30～12:00	無料	実費徴収あり 200円程度
常盤座子ども歌舞伎教室 常盤座歌舞伎保存会	常盤座の舞台上で歌舞伎をしてみませんか？伝統文化を体験しましょう。	15名 小学生～ 中学生	8月～11月 18:30～20:30	無料	

≪健康づくり講座≫

講座名・講師	学習内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料	備考
ベビーヨガ ママのための骨盤ストレッチ 今井 味佳	お子さんとふれあいながら一緒に動いて骨盤ケアを中心に日頃の運動不足を解消しましょう。	10組 未就園児親子	6月～11月 第2月曜日 5回 10:00～11:00	1,750円	8月休講
スポーツウエルネス吹矢 安保 保一	健康増進に加え、精神力・集中力を高める効果もあり、年齢・性別問わず、手軽に楽しめる軽スポーツです。	7名 一般	6月～9月 第1・3水曜日 6回 19:30～21:00	2,100円	マウスピース代 110円 初回第3水曜日
ダンベル体操 片田 綾子	現在の体力を維持し、生涯自力で動ける体づくりをしましょう。誰でも簡単に始められます。	10名 一般	6月～3月 第1水曜日 10回 13:00～14:30	3,500円	ダンベル1kg(2つ)持参 初回のみ第2水曜日
太極拳入門 多賀 良子	ゆったりとした動きと深い呼吸が日常の疲れを癒してくれます。運動が苦手な方も大丈夫。基本的な動きが足腰を丈夫にします。楽しく健康づくりを始めましょう。	20名 一般	6月～11月 第1・3金曜日 10回 10:00～11:30	3,500円	初回第3金曜日

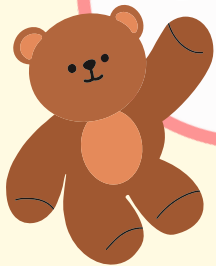
≪文化・教養講座≫

講座名・講師	学習内容	定員・対象	開設期間・回数	受講料	備考
NEW 自分史・エッセイを書く 吉村 登	あなたしか書けない貴重な体験、あの時の自分に帰り、そこでの日々、自分のことを書いてみませんか？	15名 一般	6月～3月 第3火曜日 10回 13:30～15:00	3,500円	実費徴収あり テキスト代1,500円
NEW 素敵な文字のコツを学ぼう 大森 けい	筆ペンやボールペンなどを使って、素敵な文字・バランスのよい字のコツを学べます。きっと新しい気づきに出会えます。	20名 一般	6月～9月 第2・4土曜日 6回 19:00～20:30	2,100円	実費徴収あり 7/25休講
NEW 楽しい絵手紙 福井 三月	「ハタでいいハタがいい」の精神で絵のある手紙を描き、ポストインしませんか？お面を作って絵手紙に描いたりします。初心者の方、大歓迎。	10名 一般	6月～12月 第3金曜日 7回 13:30～15:30	2,450円	実費徴収あり

令和8年福岡公民館
乳幼児学級

おひさま広場

講座生募集!



親子で学ぶ・遊ぶ

季節の行事や、やってみたい事をみんなで計画しよう!



毎月 第2・4 火曜日

第2…子育てサロンで
自由に遊ぶ
第4…活動日
10:00~11:30

※第2火曜日の子育てサロンは
ふくおか地区社協が主催です。



仲間づくり

子育ての悩みを相談したり、遊びを通して仲間づくりができるよ!

申込方法

申込み	別紙申込書あり
募集締切	5月22日(金)
申込先	福岡公民館
参加費	行事で必要な場合のみ集金

◆詳しくは、広報中津川5月号と同時配布の講座案内か、4月末に対象者宛てに郵送するおひさま広場申込書を見てね!

パパの参加も大歓迎!



福岡公民館

☎ 0573-72-2144

中津川市福岡716-2

