

令和7年度

大人だって
チャレンジしたい

笠松町生涯学習講座(前期)

生涯学習講座は、「趣味を見つけ、自ら学び、人間関係をつくり」豊かな生活を送っていただくことを目的とした、きっかけづくりの講座です。どの講座も、初心者の方が対象です！その後はサークル等で活動いただいています。

受講資格 笠松町在住、在勤、在学の方

応募方法 【インターネットで申し込み】

右記のQRコードもしくは、下記のURLから、必要事項を入力してお申し込みください。
URL <https://logoform.jp/form/V8aG/kasamatsu%20866192>
※迷惑メール防止設定を確認し、kyouikubunka@town.kasamatsu.lg.jpからのメールを受信できるよう設定してください。

【窓口で申し込み】

応募票とはがき(裏表)をご記入のうえ、**85円切手**を貼付し、受付場所へ期間内にお申し込みください。
※応募はご本人のみとなります。別の方は一緒に応募できませんので、別の応募票にてお申込ください。

※電話・FAX・郵便でのお申し込みはできません。

インターネット
申込みもできる
ようになりました！



申込期間 令和7年4月1日(火)8:30～4月14日(月)17:15

※QRコードからの申込も同じ期間です。

受付場所 笠松中央、松枝、総合 各交流センター (松枝交流センター、総合交流センターは平日のみ)

抽選 定員を超えた場合、抽選を行います。

結果 結果は、インターネットでの申込みの方はメール、窓口での申込みの方ははがきにて通知します。
※講座の申込み人数によって閉講となる場合があります。

受講料 1講座につき 2,000円

※受講料・材料費は第1回の開講時にてお支払いください。
※講座によっては材料費が別途必要になる場合があります。
※第1回の講座を欠席される場合は、受講料を次の講座の前までに、各窓口でお支払いください。
※受講辞退による返金はいりません。

講座案内について、今後は広報かさまつに掲載を予定しています。後期講座は10月号に掲載予定。



◆ 問い合わせ先 ◆ 笠松中央交流センター (☎388-3231)



講座 No.	領域	講座名	講師名	定員人数	延べ回数
		場所	講座の内容		
		曜日・時間			
		日程			
1	科学	はじめてのスマホ	吉田 いづみ	定員10人	全10回
		中央交流センター 視聴覚室	スマホの取り扱い、電源のON・OFFや電話のかけ方など初歩の段階から始まり、メールやLINEの使い方、スマホ決済まで要望を聞きながら、ゆっくり進めていきます。		
		火曜日 13:30～15:00			
		6月3日・10日・24日 7月1日・8日・22日・29日 8月12日・19日・26日	スマートフォン、筆記用具 / 年間500円		
2	健康	貯筋体操	関谷 日登美	定員40人	全10回
		中央交流センター 大ホール	いすに座りながら、ストレッチ体操や手軽にできる筋力トレーニングを行います。一緒に健康づくりに大切な運動を楽しみましょう。		
		火曜日 13:45～15:15			
		6月3日・17日 9月2日・16日 7月1日・15日 10月7日・21日 8月5日・19日	水分補給のための水分、体操のためのタオル / なし		

3	健康	ボディケアスクール～背筋をキリッと！～	山川 華代	定員30人	全10回
		総合交流センター ホール	全身の筋肉を効率良く動かす機能改善体操を行います。姿勢のゆがみからおこるコリや痛みを軽減させ、芯から体を引き締めます。セルフケアを身につけ、日常動作も見直してみましょう。		
		水曜日 9:30～10:45 6月4日・18日 9月10日・24日 7月2日・9日・23日 10月8日・22日 8月20日			
4	文化	ステンドグラス制作	野垣 幸美	定員20人	全10回
		下羽栗会館 学習室1	美しいガラスで小物や窓枠パネル、本格的なランプ等を制作できます。最初はミニパネルの制作をします。		
		木曜日 13:30～15:30 6月5日・19日 9月4日・18日 7月3日・17日 10月2日・16日 8月7日・21日			
5	文化	小原流の造形教室	富田 葉子	定員15人	全10回
		中央交流センター 集会室	小原流の造形は、「造形いけばな」という表現区分で位置付けられています。植物素材にこだわらず自由な発想で、季節のオブジェを作ります。		
		金曜日 13:30～15:30 6月6日・13日 9月5日・19日・26日 7月4日・11日 10月17日・24日 8月8日			
6	健康	はじめてのバランスボール運動	杉山 寛子	定員15人	全10回
		松枝交流センター 会議室2の1、2の2	リハビリから始まったバランスボール。バランスボールに座って弾むだけで、楽しく有酸素運動ができます。はじめての方もシニアの方も大歓迎です。		
		金曜日 10:30～11:30 6月13日・20日 9月12日・26日 7月11日・25日 10月10日・24日 8月8日・22日			
7	科学	初歩のパソコン(ワード・エクセル)	加藤 司郎	定員16人	全10回
		中央交流センター 視聴覚室	今はデジタル社会です。その基礎はパソコンです。この講座ではワードで案内状やチラシを作成したり、エクセルで表計算や住所録を体験します。新しい仲間と楽しく学びましょう。		
		金曜日 13:30～15:30 6月13日・20日・27日 7月4日・11日・18日・25日 8月1日・8日・22日			
8	健康	脳トレ・筋トレ!リズムにのってステップ運動	藤田 三恵	定員12人	全10回
		中央交流センター 大ホール	ステップ運動は階段昇降ができれば誰でも挑戦できます。音楽に合わせて全身を動かすので脳トレにもなります。つまづかない丈夫な脚をステップ運動で楽しく鍛えましょう。		
		土曜日 9:00～10:00 6月7日・14日・28日 9月6日 7月5日・12日 8月2日・9日・16日・23日			
9	健康	太極拳(24式)	水谷 和郎	定員15人	全10回
		松枝交流センター 集会室1の1、1の2	太極拳は武術の型を基にした健康体操です。心の落ち着きと柔らかく穏やかな動きで気の流れを調べ、健やかな心と体を養うもので、老若男女誰にも無理なく取り組みます。		
		土曜日 9:30～11:30 6月14日・28日 9月13日・27日 7月5日・12日 10月4日・11日 8月9日・23日			

講座案内について、今後は広報かさまつに掲載を予定しています。後期講座は10月号に掲載予定。