

学ぶ楽しさ 生かす喜び

福知山市の生涯学習（講座・教室）ご案内

- 受講料は無料です。ただし内容によっては教材費等が必要な場合があります。
- 新型コロナウイルスの感染拡大防止対策及び災害状況により、中止や変更になる場合があります。

あなたも公民館へ
出かけませんか

きっかけづくりと
生きがい探し

新しい学びへの
第一歩

人と人を
つなぐ場所



人を育て
心を育てる

新しい出会いから広がる
人の和・地域の輪

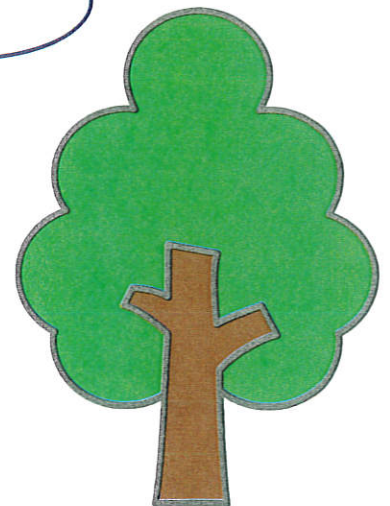
近日公開!!

リモートって何?
オンラインって何?



スマホ・タブレット活用
初心者講座
秋～講座開始

福知山公立大学の学生さんに協力いただきます。

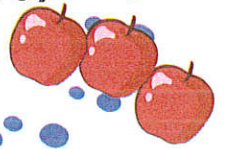


福知山市立中央公民館（市民交流フラザふくちやま内）



申し込み・お問い合わせ 22-9551

<開館時間> 午前8時30分～午後10時 受付：平日の午後5時まで
 <休館日> 年末年始



家でも簡単!!日本茶教室

<日程> 6/25・8/27・10/29
 12/10・1/28
 金曜日 午前10時15分～11時45分
 全5回講座
 <定員> 12人
 <申し込み締め切り日>
 5月31日 金曜日
 材料費 1回 1,000～1,500円程度

手づくりパン教室

<日程> 10/7・21・11/4
 木曜日 午後1時～4時
 全3回講座
 <定員> 8人
 <申し込み締め切り日>
 9月15日 水曜日
 材料費 1回 800円程度

そば打ち教室

<日程> 8/28・9/25・10/23
 11/27・12/11
 土曜日 午後1時～3時半
 全5回講座
 <定員> 16人
 <申し込み締め切り日>
 8月5日 木曜日
 材料費 1回 700円

米粉教室

<日程> 9月～
 日程等調整中
 全5回講座
 <定員> 10人
 材料費 1回 500円程度
 米粉のシフォンケーキやロールケ-キ、米粉のパンなど米粉を使い料理する教室。

クラフトバンド初心者教室

<日程> 8/18・9/15・10/20
 11/17・12/15
 水曜日 午後1時～4時
 全5回講座
 <定員> 15人
 <申し込み締め切り日>
 7月30日 金曜日
 材料費 1回目 300円
 2回目以降見本の中から希望の作品を作る。作品により異なる

たのしい書道教室

<日程> 6月～7月
 毎週水曜 午後7時～9時
 全5回講座
 <定員> 20人
 <申し込み締め切り日>
 6月10日 木曜日
 教材費 1,500円

柚子ジャムとこんにゃく作り

<日程> ①こんにゃく作り 11/12
 ②柚子ジャム作り 11/26
 金曜日 午前9時半～12時
 <定員> 各回 20人
 <申し込み締め切り日>
 ①10月22日 金曜日
 ②11月5日 金曜日
 材料費 ① 500円
 ② 500円

男性クッキング

～1人で作ってみましょう～
 <日程> 6/10・7/14・10/14・
 11/11・12/16
 木曜日 午前10時～午後1時
 全5回講座
 <定員> 12人
 <申し込み締め切り日>
 5月25日 火曜日
 材料費1回 500円

季節料理教室

<日程> ①夏の料理教室 8/5
 ②冬の料理教室 12/9
 金曜日 午後1時～3時半
 <定員> 各回 20人
 <申し込み締め切り日>
 ①7月15日 木曜日
 ②11月18日 木曜日
 材料費 ①1,000円
 ②1,300円

“心と体をリフレッシュ!その1”

フラダンス教室

<日程> 6/17・24・7/1・8・15
 木曜日 午前11時～12時
 全5回講座
 <定員> 15人
 <申し込み締め切り日>
 5月31日 月曜日
 <持ち物> 水分補給のためのお水

“心と体をリフレッシュ!その2”

台湾風ストレッチ～楽筋操～

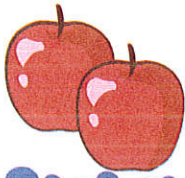
<日程> 8/19・26・9/2・9・16
 木曜日 午前11時～12時
 全5回講座
 <定員> 15人
 <申し込み締め切り日>
 7月30日 金曜日
 <持ち物> ヨガマット
 水分補給のためのお水

“心と体をリフレッシュ!その3”

バランスボールで弾もう

<日程> 9/8,10/13,11/10
 12/8・1/12
 水曜日 午前10時半～11時半
 全5回講座
 <定員> 10人
 <申し込み締め切り日>
 8月18日 水曜日
 医師からの運動許可のある方
 <持ち物> ヨガマット・ボール
 水分補給のためのお水
 ボール貸出し1回 300円

- 中央公民館の講座については申し込み多数の場合は抽選になります。抽選後、参加者には日程表を送付します。
- 文化祭には出展の御協力をお願いします。
- 夏休みには、わくわく体験教室（小学生対象）が開催されます（各小学校を通じて案内を配付します）

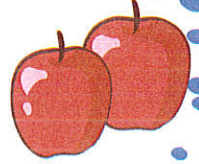


福知山市立川口地域公民館

申し込み・お問い合わせ 33-3117

<開館時間> 午後1時～午後9時

<休館日> 毎週火曜日・年末年始・国民の祝日



初心者向け剪定教室

<日程> 6/5 (土)

7/3 (土)

第1土曜日 午後1時30分～

<定員> 10名(全2回)

庭木の手入れの仕方を
学んでみませんか。

初心者向け

バドミントン教室

<日程> 6/12・6/26・7/10

午後1時30分～

<定員> 10名程度(各土曜日)

<場所> 川口地域公民館 体育館
シャトル代 300円

楽しくバドミントンを習って
みませんか？

手打ちそば教室

<日程> 9/11 (土)

10/9 (土)

午後3時～

<定員> 10名

材料費 毎回700円

そば打ちの技術を学んで
みませんか！

初心者向けつまみ細工教室

<日程> 9/4 (土)

10/2 (土)

午後1時30分～

<定員> 10名

材料費 毎回1,000円

伝統の技術を学んでみませんか。

男めし

クッキング教室

<日程> 9/18・10/16・11/20

第3土曜日

午後6時～

<定員> 6名(全3回)

材料費 毎回500円

初心者の方も安心して料理を
楽しんでいただける教室です。

エコクッキング教室

<日程> 6/10・7/8・9/9

10/14・11/11

第2木曜日 午前9時30分～

<定員> 16人(全5回)

材料費 毎回500円

食材を無駄なく使い、
工夫を学ぶ教室です。

親子工作教室

<日程> 7月17日(土)

午後1時30分～

<定員> 5組(小学生以下の御家族対象)

材料費 一家族1,000円程度

工作を通して家族で楽しい時間を
過ごしませんか？

健美操教室

<日程> 9/1・9/15・10/6

10/20・11/10

(各水曜日)

午後1時30分～

<定員> 20名(全5回)

体を動かすことを楽しみながら
体力をつけていきます。

クラフトバンド教室

<日程> 7/24・7/31・8/7

午後1時～(各土曜日)

<定員> 10名

材料費 1,500円

手提げバック作りです。

受付開始日4月26日(月)

お申し込みは先着順とさ
せていただきます。

尚、定員になり、キャン
セルがあった場合は、キャン
セル待ちの方に受講して
いただきますので、ご了承
ください。

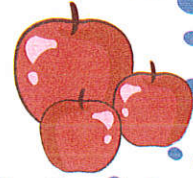


福知山市立日新地域公民館

申し込み・お問い合わせ 27-6134

<開館時間> 午後7時～午後9時

<休館日> 毎週火曜日・国民の祝日・年末年始



生活を楽しむ講座

剪定教室

<日程> 6/5, 7/3,
9/4, 10/2
第1土曜日(全4回)
<時間> 午前9時00分～
午前11時30分
<定員> 10人
※雨天時日程変更あり
剪定の方法を学ぶ

趣味の講座

かんたんな 編み物教室

<日程> 10/13, 10/27,
11/17, 12/1
水曜日(全4回)
<時間> 午後1時30分～
午後3時00分
<定員> 10人
※教材費 実費 1,000円程度
基礎から楽しく学べます

健康講座

初めての バランスボール

<日程> 5/29, 6/19, 7/10,
9/11, 10/16
土曜日(全5回)
<時間> 午前10時00分～
午前11時00分
<定員> 15人
※持ち物 ボール・マット(貸出可)
運動不足の解消になります

趣味を活かす スイーツづくり

<日程> 6/7, 7/5, 8/2,
9/6, 10/4
第1月曜日(全5回)
<時間> 午後1時30分～
午後3時00分
<定員> 8人
※材料代 毎回500円
美味しいスイーツが作れます

草木染め教室

<日程> 6/12, 10/9
第2土曜日(全2回)
<時間> 午前9時00分～
午前11時00分
<定員> 10人
※教材費 毎回1,000円程度
草木の自然な色合いを
楽しめます

かんたんヨガ教室

<日程> 5/26, 6/9, 6/23,
7/7, 7/21
水曜日(全5回)
<時間> 午後1時30分～
午後3時00分
<定員> 15人
体のリフレッシュができます

地域探訪講座

地域を知る “長田野工業団地”

<日程> 9月か10月に予定
<時間> 午前9時00分～
午前11時30分
<定員> 20人程度
<内容> 地域の企業を知る
<場所> 企業交流プラザ
※申込みの方には、後日
連絡いたします。

料理講座

飾り巻きずし教室

<日程> 9/25, 12/4
土曜日(全2回)
<時間> 午前9時30分～
午前11時30分
<定員> 8人
※材料代 毎回500円
日本古来の飾り巻きずし
を作ります

俺にまかせろ 男の料理教室

<日程> 9/30, 10/28, 11/25
木曜日(全3回)
<時間> 午前10時00分～正午
<定員> 8人
※材料代毎回500円程度
男性対象の教室です
初心者にもわかりやすく
自信をもって作れるようになります

親子(保護者)での参加

親子陶芸教室

<日程> (土コース) 7/24
(日コース) 7/25
<時間> 午後1時00分～
午後3時00分
<定員> 親子各15組
(小学生対象)
※材料代一組1,500円

動くおもちゃ製作教室

<日程> 7/31 土曜日
<時間> 午前9時00分～
午前11時30分
<定員> 親子10組
(小学生対象)
<会場> 府立工業高等学校か
日新地域公民館
※教材費 1,000円程度

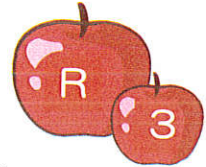
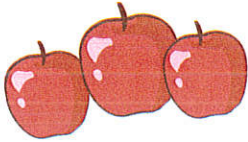
親子で描く パステルの“せかい”

<日程> 8/21 土曜日
<時間> 午前10時00分～
午前11時30分
<定員> 親子10組
(小学生対象)
※教材費一組500円

福知山市立北陵地域公民館

申し込み・お問い合わせ 36-0543
FAX 36-0544

<開館時間> 午前8時30分～午後5時
<休館日> 毎週火曜日・国民の祝日・年末年始



初めてのドローン講座

<日程> 6月5日(土)
7月3日(土)
8月7日(土) } 午前9時30分～11時30分



<定員> 10人 (親子での参加も可)

※ ドローンは貸出します。

近年、様々な分野で需要が増えている『ドローン』。ドローンを始めてみたい、今後ドローンを導入してみたいという全くの初心者のきっかけ作りの講座です。

手作りこんにゃく

<日程> 11月<1回> 平日開催
午後1時30分～3時30分

<定員> 15人

●材料費が必要

地元雲原のこんにゃく作りを体験する。

ふるさと再発見 いろいろばた～温故知新～

<日程> 12月11日(土)<1回>
午前9時30分～11時30分

<定員> 15人

日本の伝統文化のわら細工を学ぶ。

エコ・ECO 教室

(古着リメイク)

<日程> 6月<2回>

午後1時30分～3時30分

<定員> 5人

●ミシン使用

古着を簡単且つおしゃれにリメイクして
オンリーワンを楽しもう。

草木染教室

<日程> 7月<1回>

午後1時30分～3時30分

<定員> 10人

●材料費が必要

野山の植物で染まる自然の色を楽しむ。

ふれあい講座

<日程> 10月<1回>

<定員> 25人

高齢者が集い、学び、交流し、親睦を深める。

●申し込み多数の場合は、抽選とさせていただきます。

●北陵地域公民館は、現在、本館改築中のため講座により開催場所が変わりますので、お申込の際にお確かめください。

令和3年度

むとべ

福知山市立六人部地域公民館

申し込み・お問い合わせ 27-2006

<開館時間> 午後1時~午後9時

<休館日> 毎週火曜日・年末年始・国民の祝日

フラダンス教室

<日程>

- ・6/14・6/28・7/12
- 7/26・8/2・8/23
- ・月曜日 計6回
- ・午後1時から
- <定員> 8人



楽しい陶芸教室

<日程>

- ・8/1・9/5・10/3
- ・日曜日 計3回
- ・午後1時30分から
- <定員> 8人
- ※ 毎回材料費として1,500円必要です。

リラックスヨガ教室

水曜日コース

<日程>

- ・7/7・7/14・7/21
- ・水曜日 計3回
- ・午後7時から
- <定員>10人

リラックスヨガ教室

土曜日コース

<日程>

- ・9/4・9/11・9/18
- ・土曜日 計3回
- ・午後1時30分から
- <定員>10人

健康体操教室

<日程>

- ・9/6・9/13・9/27
- 10/4・10/11・10/18
- ・月曜日 計6回
- ・午後1時30分から
- <定員>10人

初心者の茶道教室

<日程>

- ・9/3・9/10・9/17・9/24
- ・金曜日 計4回
- ・午後1時30分から
- <定員> 6人
- ※ 抹茶・お菓子代として毎回500円必要です。

ハンギングバスケット教室

新規講座

壁掛け式の
寄せ植え
初心者歓迎



- <日程>・5/29・土曜日 午後1時30分から
- <定員>12人
- ※材料費として4,000円程度必要です。

初心者のパソコン教室

<日程>

- ・6/4・6/11・6/18
- ・6/25・7/2・7/9
- ・金曜日 計6回
- ・午後1時30分から
- <定員> 10人
- 基本操作を学ぶ

親子で学ぶ科学教室

<日程>

- ・7/31・土曜日
- ・午後1時30分から
- <定員>親子10組

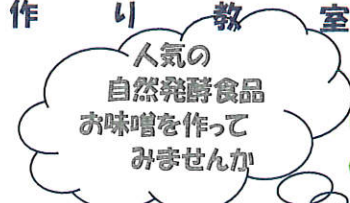
内容調整中

みそ作り教室

新規講座

<日程>

- ・1/22・土曜日
- ・午後1時から
- <定員>12人
- ※材料費として1,600円程度必要です。



自然観察川を知ろう

新規講座

<日程>

- ・調整中

<定員>親子10組

内容調整中



苔玉づくり教室

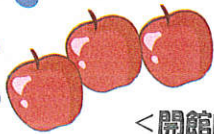
<日程> 新規講座

- ・11/27・土曜日
- ・午後1時30分から
- <定員>12人
- ※材料費として600円程度必要です



※会場は六人部地域公民館内

※受付はすべて先着順とします(4月26日 午後1時より受付開始)

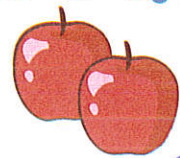


福知山市立成和地域公民館

申し込み・お問い合わせ 23-6654

<開館時間> 午後1時～午後9時

<休館日> 毎週火曜日・国民の祝日・年末年始



剪定教室

<日程> 5/30・6/5・7/3・9/4
10/3

土・日曜日 午前9時～正午

全5回講座

<定員> 20人

プロから実技を通して、剪定方法を学ぶ。＊雨天時日程変更あり。

クレイアート教室

<日程> 6/19・7/17・8/21

第3土曜日

午後1時30分～午後3時30分

全3回講座

<定員> 10人

<材料費> 各回1500円

粘土やロウを使った創作活動を通して、交流を図る。

親子で楽しく工作教室 (折り紙教室)

<日程> 7/31(土)

午前9時30分～正午

<定員> 親子8組程度

<材料費> 300円

親子のふれあいと、地域の親子同士の交流を深める。

簡単エアロ教室

<日程> 6/3・6/17・7/1・
7/15・8/5

木曜日

午後1時～午後2時30分

全5回講座

<定員> 25人

健康づくりのためのエアロビクスを通して、楽しく体を動かす。

手作りパン教室

<日程> A 6/10 B 7/8

木曜日

午後1時30分～午後4時30分

<定員> AB各8人

*ABのいずれかにお申し込み下さい。

<材料費> 800円

<場所> 市民交流プラザ

手作りパンで簡単ワンプレートランチを作る。

子ども将棋教室

<日程> 8/6・8/20・8/27

金曜日

午後6時30分～午後8時30分

全3回講座

<定員> 30人

初級者から上級者まで丁寧な指導を受けられる。

※要保護者送迎

農産加工教室

<日程> 7/12・8/30・
10/18・11/15

月曜日

午後1時30分～午後4時

全4回講座

<定員> 10人

<材料費> 各回700円程度

家庭や地域で採れた食材を利用して加工品を作る。

人形作り教室

(木目込みお雛様)

<日程> 令和4年 1/29(土)

午後1時30分～午後4時

<定員> 20人

<材料費> 500円

人形作りを通して、参加者の交流を図る。

バドミントン教室

<日程> 9/11・10/9・
11/13・12/11

第2土曜日

午後1時30分～午後3時30分

全4回講座

<定員> 20人

各回100円(シャトル代)

人気のバドミントンを通して、健康増進と参加者の交流を図る。

オカリナ教室

<日程> 6/2・6/16・
7/7・7/21

水曜日

午後2時～午後4時

全4回講座

<定員> 10人

楽器購入費(申込時確認)

初心者対象の講座。みんなで楽しく学び交流を図る。

ふるさと探訪

(座学と史跡見学)

<日程> 6/12・6/26

土曜日

午後1時30分～午後3時

全2回講座

<定員> 15人

成和地域にある史跡を巡り、ふるさとの歴史と良さを再発見する。

脳もいきいき 体もいきいき教室

<日程> 10/20・11/10・
11/24・12/8

水曜日 午後1時30分～

全4回講座

<定員> 15人

① 本の楽しみ方 元気に過ごせる食生活を考えよう

② 楽しくやってみよう! 認知症予防

③ 介護予防のお話と「ちょっと体操」

④ 楽しく歌って元気よく!

<共催> 成和地域包括支援センター

※定員を超える場合は、抽選となる場合があります。

※持ち物については、講座開始前にご連絡します。

令和3年度

福知山市立三和地域公民館

申し込み・お問い合わせ 58-3334

<開館時間> 午前8時30分～午後10時 <休館日> 年末年始
受付は平日の午後5時まで

台湾風ストレッチ

～楽筋操～

<予定日> (全6回)
6/7、6/14、6/21、6/28、
7/5、7/12 月曜日
<時間> 午前10時～
<会場> 三和地域公民館
<定員> 15人*先着順
<内容> ヨガの動きを取り
入れたストレッチ体操。ゆった
りとした気分で、身体をほぐす
→整える→伸ばす・・・運動不足
の解消に。

ステンドグラス教室

① お手軽コース〔全2回〕
②じっくりコース〔全4回〕
<予定日>
①6/11、6/25 金曜日
②7/2、7/9、7/23、8/6
金曜日
<時間> 午前9時30分～
<会場> 三和地域公民館
<定員> 各コース5人
※材料費が必要
<申込〆切>
①5/14(金) ②6/4(金)
*申込多数の場合、抽選

米粉でクッキング

①米粉でパン作り
<予定日> 9/8 水曜日
<申込〆切> 8/6(金)
②米粉でお菓子作り
<予定日> 9/22 水曜日
<申込〆切> 8/20(金)
①②共通 ※材料費が必要
<時間> 午前9時～
<会場> 三和農業振興センター
<定員> 各12人
*申込多数の場合、抽選

季節の料理教室

①夏野菜を使って
<予定日> 7/7 水曜日
②簡単おせち
<予定日> 12/1 水曜日
①②共通
<時間> 午前9時～
<会場> 三和農業振興センター
<定員> 各12人 *先着順
※材料費が必要

鉛筆画レッスン教室

<予定日> (全4回)
10/7、10/14、10/21
10/28 木曜日
<時間> 午後1時30分～
<会場> 三和地域公民館
<定員> 10人
<申込〆切> 9/3(金)
*申込多数の場合、抽選

フラワーアレンジメント教室

<予定日> (全6回)
9/28、10/19、11/9
12/7、1/18、2/8
火曜日
<時間> 午前10時～
<会場> 三和地域公民館
<定員> 10人
※材料費が必要
<申込〆切> 8/27(金)
*申込多数の場合、抽選

生き生きライフセミナー

<予定日> 10月～1月
<内容> 栗の渋皮煮・珈
琲の入れ方・わら細工作り・
こんにゃく作り・みそ作り
など
<時間・会場> 調整中

新しいことにチャレンジ!
楽しいことを見つけよう!

子どもわくわく体験

～夏休みに開催します～
①おもしろ科学教室
7/27(火)
②昆虫観察会
7/30(金)
①②ともに
詳細調整中

パソコン教室

<予定日> 8月(全4回)
<時間> 調整中
<会場> 三和学園
<定員> 8人 *先着順
※教材費が必要
<内容> 初級から中級の方
向け、基本のパソコン操作から
丁寧に指導します。

福知山市立夜久野地域公民館 (ふれあいプラザ内)

申し込み・お問い合わせ 37-1188

<開館時間> 午前8時30分～午後5時 受付：平日午後5時まで

<休館日> 国民の祝日 年末年始



はじめての篆刻教室

<日程> ① 7月12日(月)
② 7月26日(月)
③ 8月 9日(月)
④ 8月30日(月)
午後1時半～4時 全4回

寅

<定員> 10人(先着順)
篆刻の基本的な知識を学び、簡単なオリジナルの作品を作ります。
※材料代は作品1点500円程度

やさしいお菓子づくり

<日程> ① 6月15日(火)
② 10月19日(火)
③ 2月15日(火)
午後1時半～4時 全3回

<定員> 20人(先着順)
簡単でヘルシーなお菓子作りを学びます。手作りの良さを味わいます。
※材料代は各500円程度

バランスボール入門

<日程> ① 5月17日(月)
② 5月24日(月)
③ 5月31日(月)
④ 6月 7日(月)
午前10時～11時半 全4回

<定員> 15人(先着順)
ボールを使って体に負担をかけずに体幹を鍛えます。
(ボールは準備します)

ふるさと講座「夜久野学」

第1回 ふるさとを語ろう！

<日程> 5月予定

<会場> 調整中

第2回 “稚児野遺跡”現地説明会

<日程> 9月(予定)

<会場> 夜久野町井田

第3回 天文学者荒木俊馬と夜久野(仮)

<日程> 3月初旬

<会場> 未定



.....
夜久野や近郊の自然・歴史について現地を訪ねたり、専門家から話を聞きながら学びます。

男のこだわり料理

<日程> ① 8月18日(水)
② 11月17日(水)
③ 2月16日(水)
午前10時～午後1時 全3回

<定員> 20人
男性を対象に、地元の旬の食材を使っておいしい料理を学び、実習します。
※材料代は各500円程度

まちづくり講座

第1回 まちづくり講演会

「このまちが好き！」

～絵本で人がつながっている～

<日程> 5月23日(日)

第2回 まちづくり講座

「夜久野のみらいを創る集い」

<日程> 12月(調整中)

第3回 まちづくり振興大会(予定)

<日程> 2月(調整中)

.....
過疎高齢化に伴う諸問題について話を聞いたり、共にみらいを語り合いながら、地域の再生を考えます。

防災講座

<日程> 7月(調整中)

<回数> 2回

<定員> 50人

災害から自分や家族の命を守るためにできること・準備しておくことなど、災害時に役立つ知識を学びます。

子ども体験教室

<日程> 8月上旬(調整中)

『パンを焼こう！』

<回数> 1回

<定員> 20人(先着順)

パンを成形して焼き上げます。パン屋さんから学びます。
※材料代は100円程度

7/20~
受付開始



健康を考える講座

<日程> 9月(調整中)

<テーマ>

「聴き上手で暮らしを豊かに」
仕事や家族、地域で、より良い人間関係を築くためのコミュニケーションについて考えます。

トーク&コンサート

<日程> 11月7日(日)午後2時～

「夢見る力を信じて～ともに生きる未来へ～」

音楽家 前川裕美さんの
奇跡の歌声、盲目の音楽家
から学ぶ生き方。(予定)



“名曲喫茶”(音楽サロン)

<日程> 調整中

<回数> 1回

<定員> 50名

いきいきサロンの皆さんと共に、MAF管弦楽団の演奏を鑑賞します。

“うたごえ喫茶”(音楽サロン)

<日程> 3月(調整中)

<回数> 1回

<定員> 50名

いきいきサロンの皆さんと共に、ハートフルブレスの皆さんの進行で楽しく歌いましょう。

★当日は ふれあいいきいきフェスタ
(第16回公民館まつり)開催！



令和3年度
4/26(月)~
先着順で受付

福知山市立大江地域公民館

申し込み・お問い合わせ 56-0025
<開館時間>午後1時~午後9時
<休館日>毎週火曜日・年末年始・国民の祝日

スポーツ講座

弓道教室

<日程> 全5回
5/29、6/5、6/12
7/3、7/10(土)
午前9時半
<定員> 12人
(中学生以上)
<会場>大江高校弓道場
<指導>福知山弓道協会
大江高校弓道部
日本古来の作法を学ぶ!

手作り講座

ペーパークラフト かご作り

<日程>
7/4(日) 午後1時半
<定員>
10人
<教材費>
600円



フリザーズドフラワー

<日程>
・あじさいリース
6/9(水)、12(土)
・季節の花アレンジ
11/17(水)、20(土)
(水)・午後1時半
(土)・午前9時半
<定員> 各回5人
<材料費> 各2,000円
花で心にうるおいを!

教養講座

大江の歴史探訪

<日程>
・5/16(日)…新治城と夢原
・10/16(土)…元伊勢外宮
午前9時半
<定員> 各回15人
**遺跡を巡ると昔の情景が
蘇ります。さあ出かけよう!**

バランスボール入門

<日程> 全4回
6/6(日) 午後1時半
6/13、20、27(日)
午前9時半
<定員> 15人
(ボールは準備あり)
**ボールを使って体ほぐし
と筋力アップ!**

アロマワックスバー

<日程>
8/1(日) 午後1時半
<定員> 10人
<教材費> 500円

ロウで作る
アロマの香
消臭置物。



草木染め

<日程>
9/5(日) 午前9時半
<定員> 8人
<教材費> 1,500円
(スカーフ代込み)
**柔らかな色に染まる大判
シルクスカーフ作り。**

自然観察会

<日程>
・5/23(日)…佛性寺地内
・10/3(日)…大江山周辺
午前9時
<定員> 各回20人
**自然の宝庫の大江山!
春・秋の珍しい草花…大
発見で新たな感動が!**

ヨガ入門

<日程> 全3回
9/25、10/2、10/9
(土) 午後2時
<定員> 15人
**身体をほぐすことで、
心も体もリフレッシュ**

レザー小物作り

<日程>
7/25(日) 午後1時半
<定員> 8人
<教材費> 1,000円

おもしろ文字・習字

<日程>
11/27(土)…年賀状作り
午前9時半
<定員> 15人
<教材費> 200円
**自筆で簡単に味のある
年賀状作りをしよう!**

和紙灯籠作り

<日程>
9/18(土) 午前9時
<定員> 10人
<材料費> 3,500円

かすらと
和紙で
幻想的な
灯を!



高齢者いきいき講座

<日程>
・6/25(金)…健康運動
・10/22(金)…健康食卓
午後2時
<定員> 25人
<講師> 大江分院医師
**家庭での食事とリハビリに
ついて、専門技師と語ろう。**

ノルディック ウォーク

<日程>
10/30(土)
※午前9時半
<定員> 20人
(ストックの貸出あり)
いい汗流して健康増進!

料理講座

簡単アイデア料理

<日程>
・8/7(土) 家庭料理
午前9時半
<定員> 10人
<教材費> 1,000円程度
**夏野菜を使った、簡単アイ
デア料理を学ぶ**

かわいいパン作り

<日程>
・11/13(土) 午前9時半
・12/ 4(土) 午前9時半
<定員> 各回6人
<教材費>
600円程度

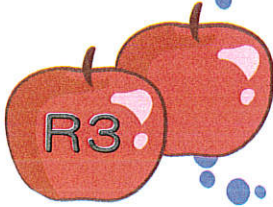


白菜キムチ作り

<日程>
12/11(土)
午後1時半
<定員> 10人
<教材費> 1,000円以内
**健康食の一つ、本場韓国の
白菜キムチを作ろう!**

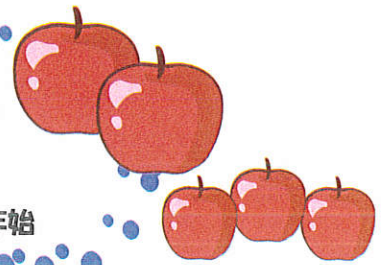
おいしい味噌作り

<日程>
1/22、1/29(土)
午前9時半
<定員> 各回10人
<教材費> 1,000円程度
**おいしい味噌で
健康食卓しませんか?**



福知山市立桃映地域公民館

申し込み・お問い合わせ 24-3502
<開館時間> 午後1時～午後9時
<休館日> 毎週火曜日・国民の祝日・年末年始



新創作紙粘土教室 全3回

<日程>
10月3日、10日、17日(日)
<時間>午前9時30分～正午
<場所>大正文化センター
<定員>10名
<材料費> 各回1,000円
※親子での参加も受け付けます。
どんな作品が出来上がるかお楽しみに

桃映地域歴史探訪

・庵我歴史探訪
<日程> 6月12日(土)
<時間> 午前9時30分～
<場所> 醍醐寺
・大正歴史探訪
<日程> 6月26日(土)
<時間> 午前9時30分～
<場所> 大正文化センター

お正月飾り教室

<日程①> 12月1日(水)
<場所> 大正文化センター
<日程②> 12月4日(土)
<場所> 庵我会館
<時間①②> 午前10時～正午
<定員> 各回10名
<材料費> 各回2,000円

季節のタペストリー 作り教室

<日程①>令和4年2月2日(水)
<場所> 大正文化センター
<日程②>令和4年2月5日(土)
<場所> 庵我会館 2階
<時間①②> 午後1時～3時半
<定員> 各回10名
<材料費> 800円

小学生英会話教室

Let's English !!!
<日程>7月3日10日24日31日
毎週土曜日4回コース
<時間> 午前10時～11時
<場所> 大正文化センター
※約1時間を予定しています。

夏休み親子木工教室

<日程①> 8月28日(土)
<場所> 庵我会館
<日程②> 8月29日(日)
<場所> 桃映コミセン(体育館)
<時間①②>午前9時30分～正午
<定員> 各回10名
<内容> 工作内容は未定
<材料費>1000円までの物を
予定しています。
※必ず大人同伴での
ご参加をお願いします。

夏休み特大書道教室

<日程①> 7月25日(日)
<場所> 桃映コミセン(体育館)
<日程②> 8月7日(土)
<場所> 庵我小学校体育館
<時間①②> 午前9時～正午
<定員> 各回30名
<参加費> 500円
※大きな用紙に大きな一文字!

蘆田照代先生に教わる

親子折り紙工作教室

<日程> 8月8日(日)
<時間> 午前9時30分～
<場所> 大正文化センター
<定員> 10組
<材料費> 300円
※折り紙でピエロを作ります。

囲気功教室

短期集中3回コース

<日程>
6月3日、10日、17日(木)
<時間>午後7時～8時30分
<場所>大正文化センター
<定員>10名

囲簡単スマホ教室 全2回

<日程> 6月5日、19日(土)
<時間> 午後2時～4時
<場所> 大正文化センター
<持ち物> スマートフォン
※初心者向けです。

フリザーフード

フラワー教室

<日程①> 7月14日(水)
<場所>庵我会館
<日程②> 7月17日(土)
<場所>大正文化センター
<時間①②>午前10時～正午
<定員> 各回10名
<材料費> 各回2,000円

パラスポーツ教室

ポッチャ体験

<日程①> 9月5日(日)
<日程②> 9月26日(日)
<場所> 桃映コミセン(体育館)
<時間①②> 午前9時半～正午
<定員> 各回30名
※簡単だけど奥深いスポーツです。

木目込み教室

<日程①> 11月10日(水)
<場所> 大正文化センター
<日程②> 11月13日(土)
<場所> 庵我会館
<時間①②> 午後1時～3時
<材料費> 500円
<定員> 各回10名
※羽子板にチャレンジ!!

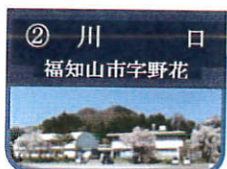
※講座のお申し込みは先着順とさせていただきます。

お知らせ

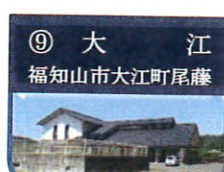
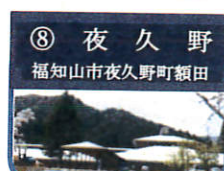
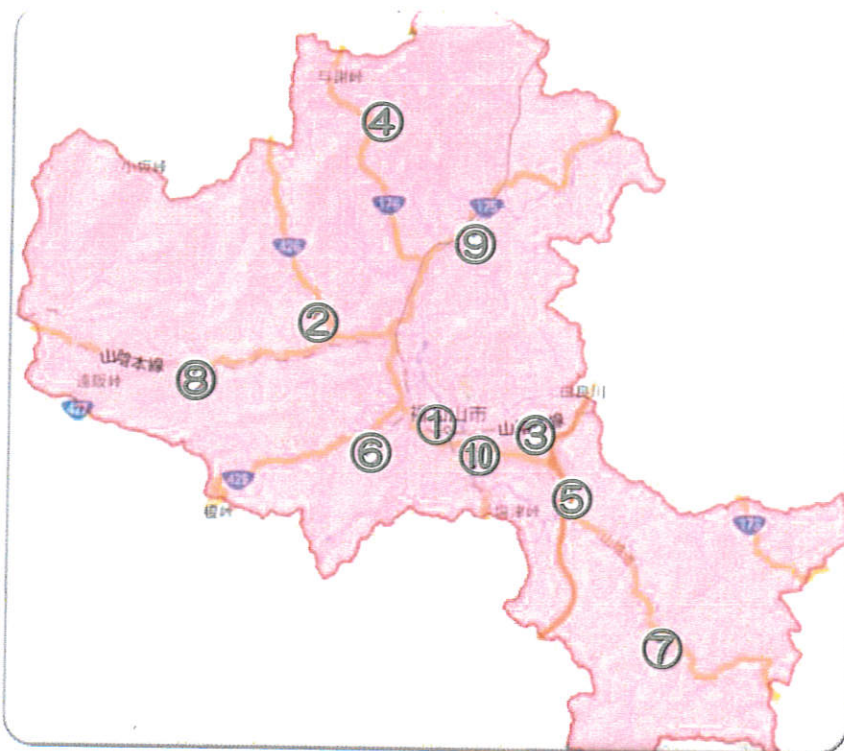
各教室の日程や、内容については、主催の公民館へお問い合わせください。公民館によって、開館時間・休館日等が異なりますので、お確かめのうえ、お問い合わせください。

受講カードについて

- 福知山市立公民館（10館）共通で使っていただきます。
- はじめて講座に参加された方には、受講カードをお渡しします。
- 20回受講された方には、賞状と記念品、新しい受講カードをお渡しします。
- 受講されるときは、必ず受講カードを持参してください。前年までの受講カードも引き続きお使いいただけます。



福知山市立公民館



福知山市オフィシャルホームページ
公民館紹介ページ



生涯学習情報誌 学ぶ楽しさ生かす喜び