



幅広いジャンルで **市** 民企画講座やってます！



4月1日～21日まで募集したところ、今年度は41企画、129回(7月時点)もの募集があり審査の結果、応募のあった全ての企画を実施する予定です。

講座内容は、長岡京市第4次総合計画から中央公民館が抽出する6テーマの中から選択し、そのテーマに沿った講座としています。

6つのテーマ：①こども ②健くらし ③かがやき ④まち ⑤みどり ⑥けいえい

【令和元年度 実施予定企画】

企画 テーマ	講 師	企 画 名	講座 No.	企画 テーマ	講 師	企 画 名	講座 No.
①	山木 弥生 さん	学習会(ミニレクチャーとグループワーク)	4	②	沖田 匡平 さん	大人のためのお金のべんきょう	25
①	岩本 知世子 さん	3歳までに味覚を育てよう！	7	②	倉松 京子 さん	「野菜っておもしろすごい！」 「野菜パワーで明日も元気！」	26
①	澤田 和子 さん	笑って子育て	14	②	谷 律代 さん	足裏ほぐし・整体で健康を目指す	29
①	(公社)日本3B体操協会 円城寺 久美子さん	脳をきたえるパパと子どものスキンシップ遊び(ママも可)	15	②	Ai can color (あいきゃんからー) 杉原 康子 さん	似合う色を知ればカンタンに これからはステキに輝けるわたし	34
①	土居 亜季 さん	からだにやさしいを作ろう！ ～ふんどしパンツ・布ナプキン～	16	②	保田 希世 さん	シニア世代向け『耳つぼストレッチ講座』	36
①	菅 美和子 さん	ふれて成長を感じよう！ 親子たいそう	27	③	日本語クラス長岡京	にほんGO ちょっと！長岡京・市民と在住外国人の交流広場	5
①	辻本 高か代 さん	急須を使って、おいしい緑茶を淹れましょう	30	③	秋桜クラブ さん	アップルカントリーケーキを一緒に作ろう！！	6
①	根津 将之 さん	小学生のための科学体験教室	32	③	石間 理恵 さん	座ってゆったりテーブル茶道体験	9
①	辰巳 史子 さん	だっこでハッピー☆ベビーダンス	35	③	吉田 篤司 さん	ふれあいバルーンアート	10
①	OTOKUNILザミ ママキッズ大学 小野 汐里 さん	アンガーマネジメントキッズ講座	37	③	土居 亜季 さん	子どもも家庭も大事、でも私自身も大事！私のための時間術	17
①	OTOKUNILザミ ママキッズ大学 石角 美帆 さん	「幼児食ってなあに？」	40	③	森田 麗子 さん	子どもから大人まで初心者からはじめるフラワーアレンジメント	24
①	京都西山短期大学 伊藤 華野 さん	緊張と不安の強い子どものワークショップ	41	③	長岡京吟詠会 さん	詩吟は生涯学習！	28
②	北村 貴子 さん	アロマを通じて心も身体も元気に！！	2	③	辻本 祐布子 さん	1人でも踊れる社交ダンス	31
②	藤田 みのり さん	アロマセラピーの楽しみ方	8	③	根津 将之 さん	3Dプリンター基礎講座	33
②	山田 正子 さん	アロマ、ハーブ、お花を使って健康に	12	③	OTOKUNILザミ ママキッズ大学 保田 希世 さん	スポンジエイジプログラム(うんどうと遊びの広場)	38
②	清水 陽子 さん	アロマトリートメント体験講座	19	③	OTOKUNILザミ ママキッズ大学 外村 直美 さん	アスリートフードを学ぼう	39
②	(公社)日本3B体操協会 福羅 敦子 さん	やさしく楽しく3B体操でストレッチ	20	④	鶴野 高資 さん	みんなで創ろう乙訓の景観カード	3
②	森田 佐代子 さん	笑って楽しく健康体操	21	④	チーム防災長岡京 さん	身近な防災Ⅱ 備えておこうその時のために	13
②	市民コーラス	高齢者のためのボイストレーニング講座	22	④	フセマルプラット ホームさん	ワタシ×防災 防災の入口ワークショップ	18
②	山内式気功体操 代表 山内 直美 さん	自律神経を調えて毎日楽しく暮らしましょう！	23	⑤	乙訓の自然を守る会 さん	自然を愛しみ、自然を守ろう	11
※講座の開始時期等はホームページ・チラシ等でお知らせします。				⑥	西村 日出男 さん	長岡京市民大学	1

受講申込等については、市の広報紙・HP・チラシにて順次お知らせします。ご参加をお待ちしております♪

講座 あんない

市民企画

8月から10月まで開催予定の講座です。事前申込制となります。お気軽にご参加ください♪

番号	講座名	実施日	対象(定員数)
①	長岡京市民大学	9月26日、10月24日	市内在住・在勤者(各回40名)
②	アロマを凝じて心も身体も元気に!!	9月19日	市内在住・在勤者(20名)
③	みんなで創ろう 乙訓の景観カード	9月28日	市内在住・在勤者(10名)
④	子育て対処療法	9月8日	小中学生の保護者及び支援者(30名)
⑤	日本GOちょっと!	9月22日、10月20日	市内在住・在勤者の外国人と日本人(各回30名)
⑦	3歳までに味覚を育てよう	9月20日	市内在住・在勤の未就学児の母親(10名)
⑧	アロマテラピーの楽しみ方	8月23日	市内在住・在勤者(30名)
⑩	ふれあいバルーンアート	9月15日	市内在住・在勤者(30名)
⑫	アロマ、ハーブ、お花を使って健康に	8月8日、10月23日	市内在住・在勤者(各回20名)
⑬	大人の防災学習	9月19日	市内在住・在勤者(20名)
⑭	笑って子育て	9月4日、9月6日	市内在住・在勤者の0~4才の子どもと親(各回20組)
⑰	子どもも家庭も大事、でも私自身も大事!私のための時間術	9月11日	市内在住・在勤の女性(10名)
⑱	ワタシ×防災~防災の入りワークショップ~	①9月7日、②9月14日、③10月20日	①市内在住者②市内在住のペットを飼っている人③市内の小中学生以下のお子さんのパパと家族(各回20名)
⑲	アロマトリートメント体験講座	9月1日	市内在住・在勤者(10名)
⑳	仲間と笑顔で3B体操	9月13日	市内在住・在勤のおおむね60歳以上(各回20名)
㉑	笑って楽しく健康体操	9月3日、9月10日、10月1日	市内在住・在勤のおおむね60歳以上(各回25名)
㉒	高齢者のためのボイストレーニング講座	9月21日、10月19日	市内在住・在勤のおおむね60歳以上(各回名)
㉔	「野菜っておもしろすごい!」「野菜パワーで明日も元気!」	10月5日	市内在住・在学及び在勤の5才~小学生までの親子(10組)
㉗	ふれて成長を感じよう!親子たいそう	8月24日、10月2日	市内在住・在勤の4か月~3才の子どもと親(各回10組)
㉘	詩吟は生涯学習	9月19日	市内在住・在勤者(20名)
㉙	足裏ほぐし・整体で健康を目指す	9月3日	市内在住・在勤の30~75歳くらい
㉚	ひとりでも踊れる社交ダンス	8月17日、8月28日、9月14日、9月25日	市内在住・在学・在勤の小中学生以上の方(各回10名)
㉛	小学生のための科学体験教室	8月18日、9月29日、10月27日	市内在住・在学の小学3年生から6年生
㉜	3Dプリンター基礎講座	8月18日、9月29日、10月27日	市内在住・在勤のPCを扱える人
㉝	だっこでハッピー☆ベビーダンス	10月18日	市内在住・在勤の3か月以上の子どもと親(12組)
㉞	シニア世代向け耳つぼストレッチ講座	10月17日	市内在住の60歳以上(15名)
㉟	スポンジエイジプログラム	9月6日、9月13日、9月20日	市内在住・在勤の2~4歳児と親
㊱	アスリートフードを学ぼう	8月1日	市内在住・在勤の人、親子も可(20名)
㊲	幼児食ってなあに	10月8日	市内在住・在勤の6か月~3歳のお子さんを育てている方

※講座はすべて先着順となります。

今年度本格実施!

販わい創出事業はじめました

事業名称	応募資格	出店料
市民ワゴン(作品)販売	自分で作った作品を公民館が貸与するワゴンまたは長机1本にのせて販売できる、市内在住・在勤又は市内で活動する人	1日2,000円
キッチンカーと移動販売	キッチンカーを保有するなど、公的機関の発行する営業許可証を有する等の条件を満たした個人・法人・任意団体	1日2,000円
壁面広告(有料)	市内で活動(営業)する者(但し、長岡京市広告掲載基準2条の規定により、応募できない業種・事業者もあります)	1か月2,000円

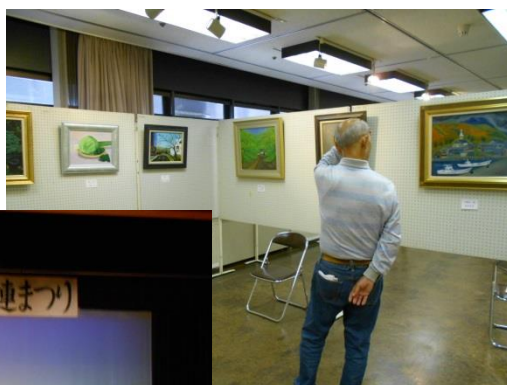
講座・イベント ほうこく



少年少女発明クラブ開校式

長岡市内の小学 4～6 年生を対象にした少年少女発明クラブの開校式が 5 月 11 日(土)に中央公民館で執り行われました。

クラブ 25 名しっかり学んで 2 月の閉講式で一回り成長した姿を保護者の方々に見ていただけるよう指導員、事務局(公民館)が団結してクラブ員をサポートします☆



第 29 回公サ連まつり

公民館サークル連合会(公サ連)に加入するサークルの成果発表の場として、「公サ連まつり」を、5 月 18、19 日に開催しました。

展示部門・芸能部門や模擬店・お茶席もあり、両日で 1,700 名の来場がありました。

公サ連加入サークルは随時募集しています！



幼児家庭教育学級びよびよクラブ

7 月 25 日に開催された「びよびよクラブ」で公サ連加入団体の「ウクレレサークルココパ」の皆さんにウクレレの生演奏をご披露いただきました！

当日参加された保護者からは「ウクレレを初めて聴きました。もっと他の生演奏も子どもに聴かせたいです。」と大変好評でした。



ウクレレサークルココパさん、ありがとうございました！

公民館のあれこれ



喫煙場所移設しました！

健康増進法の改正を受け、中央公民館でも受動喫煙の防止に向け取り組んできたところです。公民館は20歳未満の子どもも利用が多い施設です。東側門扉手前に設置していた灰皿を撤去し、喫煙場所を7月1日より、市民ひろば北東に移設しました。

なお、管理の観点から、移設先での灰皿設置は控えさせていただきます。移設先の喫煙場所では、各自ポケット灰皿を持参して頂くなど重ねてお願い申し上げます。

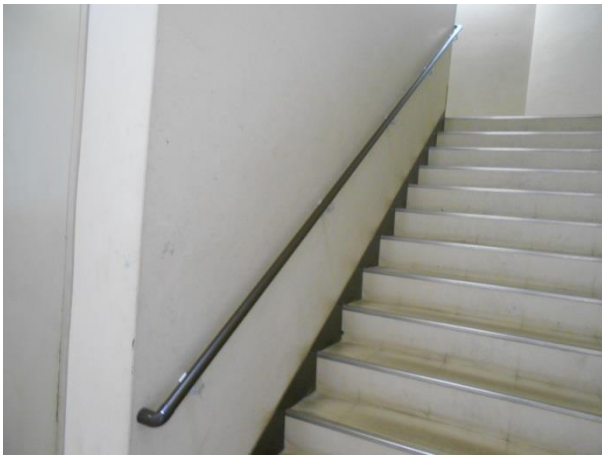


手すり設置しました！

公民館の通用口から入ってすぐにある北側の階段に手すりを設置しました！

市民の皆様から「あの階段暗いし、ちょっと手すりがないと不安やわ」とのお声をいただき、設置に至りました。

今後も中央公民館をご利用いただくにあたり、不便に感じられることがありましたら、公民館職員までご意見ください。予算の都合上、すぐに実現が難しいこともあります。これからも市民の皆様が利用しやすい中央公民館を目指して参ります。



ガスオープン新しくなりました！

1階の料理室にあるガスオープンを1台ですが(師範台のところ)新調しました。使い方は一般的なものと同じです。ご不明な点があれば、公民館職員にお気軽にお声掛けください。



次号は夏秋号
(10月頃発行予定)



かしこ暮らしっく
長岡京

【発行・問い合わせ】

長岡京市立中央公民館

〒617-0824 長岡京市天神4丁目1-1

☎075-951-1278 ファックス 075-955-4774

[e-mail]

kouminkan@city.nagaokakyo.lg.jp