

鹿島市

分類	ジュニア	講座名	内容	開始時期	開始時刻	回数	開催場所	問い合わせ先	電話番号	受入れ	備考
ふるさと学	★	小学生と大人による合同ウォーキング	地域の方々と小学生が合同でウォーキングを行う。與右衛門屋敷で交流会を実施する予定	1月	13:30	1回	中村與右衛門屋敷	鹿島市七浦公民館	0954-62-8325	○	
市民生活		お茶講座	様々なお茶を簡単手作りおやつと季節のテーブルコーディネートと一緒に楽しむ	5月	10:00	1回	鹿島市生涯学習センターエイブル	一般財団法人鹿島市民立生涯学習・文化振興財団	0954-63-2138	◎	
市民生活		つまみ細工教室	絹やちりめん等の小さな正方形の布をつまんで細工をし、季節の作品を作る	7月	10:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市鹿島公民館	0954-63-2109	○	
市民生活		料理教室	鹿島産の旬な野菜を使って作る料理教室	8月	14:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市鹿島公民館	0954-63-2109	○	
市民生活	★	親子料理教室	親子で楽しくスイーツ作り。果物を切ったり生クリームを混ぜるなど貴重な体験をする	12月	10:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市鹿島公民館	0954-63-2109	●	
市民生活		パッチワーク教室	小物やタペストリーを作る	12月	10:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市鹿島公民館	0954-63-2109	○	
健康づくり		骨盤底筋トレーニングヨガ②	内臓を支えている骨盤底筋を鍛えて様々な不調を防ぐ	6月	13:30	12回	鹿島市生涯学習センターエイブル	一般財団法人鹿島市民立生涯学習・文化振興財団	0954-63-2138	◎	
健康づくり		健康体操	先生のかげ声に合わせて楽しく無理をしない程度に体をリズムよく動かす	7月	10:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市鹿島公民館	0954-63-2109	○	
健康づくり	★	キッズダンス教室	音楽にあわせて楽しく踊る	8月	14:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市鹿島公民館	0954-63-2109	○	小学生対象
健康づくり		リラクゼーションヨガ教室	七浦・古枝・浜地区合同で開催。健康増進を目的に普段使わない筋肉を鍛える	9月	19:30	9回	鹿島市七浦公民館	鹿島市七浦公民館	0954-62-8325	○	

受入れ・・・◎→どなたでも、○→該当する市町や地区の方優先、●→該当する市町や地区の方のみ
 ☆印はジュニア(中学生以下の子ども)限定講座、★印はジュニアから大人まで参加できる講座です。

鹿島市

分類	ジュニア	講座名	内容	開始時期	開始時刻	回数	開催場所	問い合わせ先	電話番号	受入れ	備考
健康づくり	★	ななうらの里のんびりウォーク	オレンジロード12kmを、ミカン狩りや芋ほり等を行って歩く	11月	9:30	1回	七浦地区全般	鹿島市 七浦公民館	0954-62-8325	◎	参加費 500円
健康づくり	★	第5回北鹿島健康ウォーキング	地区民の健康増進・体力向上を目的とする	11月	午前中	3回	北鹿島地区内	鹿島市 北鹿島公民館	0954-62-2014	◎	
健康づくり		リラクゼーション・ヨガ教室	普段、使わない筋肉を刺激して体をほぐす	11月	13:30	3回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	
健康づくり	★	第8回ラムサールウォーク♪北鹿島ゆっつら〜とウォーク	北鹿島ののんびりとした田園風景に癒され、ラムサール条約登録された新籠海岸で野鳥観察し自然の素晴らしさを体験する	3月	午前中	1回	北鹿島地区内	鹿島市 北鹿島公民館	0954-62-2014	◎	
芸術・趣味		篠笛入門講座	篠笛の音の出し方を身に付け、簡単な曲などに挑戦する	4月	14:00	12回	鹿島市生涯学習センター エイブル	一般財団法人 鹿島市民立生涯学習・ 文化振興財団	0954-63-2138	◎	
芸術・趣味		プリザーブドフラワー教室	プリザーブドフラワーで季節のオリジナル作品を作る	7月	10:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	
芸術・趣味	☆	夏休み子ども習字教室	夏休み課題解決の一助として開催。子供たちが公民館に立ち寄るきっかけ作り	7月～ 8月		2回	鹿島市 北鹿島公民館	鹿島市 北鹿島公民館	0954-62-2014	●	
芸術・趣味	☆	夏休み子ども絵画教室	古枝公民館、鹿島公民館との共同開催事業。子供たちに絵を描くことの楽しさ、美術に興味を持ってもらう	8月		1回	鹿島市 北鹿島公民館	鹿島市 北鹿島公民館	0954-62-2014	○	
芸術・趣味		寄せ植え教室	季節にあったお花や多肉植物を使い、地元の園芸店で講師の先生による寄せ植えのワークショップ	9月	10:00	2回	白石町 有明フラワーウッド	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	
芸術・趣味	★	親子Tシャツアート教室	型どりの消しゴムで、特殊なインクを使いTシャツにオリジナルの絵を描く	10月	10:00	2回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	

受入れ・・・◎→どなたでも、○→該当する市町や地区の方優先、●→該当する市町や地区の方のみ
☆印はジュニア(中学生以下の子ども)限定講座、★印はジュニアから大人まで参加できる講座です。

鹿島市

分類	ジュニア	講座名	内容	開始時期	開始時刻	回数	開催場所	問い合わせ先	電話番号	受入れ	備考
芸術・趣味	★	フラワーアレンジメント教室	綺麗な花に触れ、勤労感謝で送る方をイメージしながら作ることで、心が綺麗になることを目的とする	11月23日		1回	鹿島市 北鹿島公民館	鹿島市 北鹿島公民館	0954-62-2014	○	
芸術・趣味		糸かけ数楽アート講座	板に釘を打ち、糸をかけて様々な模様を生み出すアート。一回で一作品完成	2月	13:30	8回	鹿島市生涯学習センター エイブル	一般財団法人 鹿島市民立生涯学習・ 文化振興財団	0954-63-2138	◎	
技能・技術		word入門講座	パソコンの基本的な使い方からwordまで学ぶ初心者のための入門講座	5月	10:00	8回	鹿島市生涯学習センター エイブル	一般財団法人 鹿島市民立生涯学習・ 文化振興財団	0954-63-2138	◎	
技能・技術		高齢者講座	高齢者の為の交通安全に関する知識や安全運転の意識向上を図る	7月	10:00	3回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	●	

受入れ・・・◎→どなたでも、○→該当する市町や地区の方優先、●→該当する市町や地区の方のみ
 ☆印はジュニア(中学生以下の子ども)限定講座、★印はジュニアから大人まで参加できる講座です。