

# 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
市民生活		パウンド型で作るおいしい時間	パウンド型を使ってパンや冷たいお菓子などを作る	4月22日	10:00	5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		新茶を楽しむお茶時間 木曜コース	新茶を飲み比べておやつも手作りして楽しむ	5月28日	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		新茶を楽しむお茶時間 土曜コース	新茶を飲み比べておやつも手作りして楽しむ	5月30日	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		腸活の料理教室	腸に良い野菜や野菜の調理方法を学ぶ	7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	ちりめんを四角に切りピンセットでつまんで季節にあった作品を作る	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	○	要材料費
市民生活		料理教室	地元の食材を使い短時間で簡単にできる料理と食材の豆知識講座	10月	14:00	1回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	要材料費
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	4回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	要材料費
健康づくり		健康体操	先生のかけ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	小学生の児童対象。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	○	対象:小学生

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		リラクゼーションヨガ教室	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	○	
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	鹿島市 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		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	○	
芸術・趣味		水彩画教室②	静物、人物、風景など水彩で描く練習をする	4月8日	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		春色のお花を楽しもう ～ミニリース作り～	ドライフラワーとソラフラワーを使って直径10センチ程度のリースを作る	4月24日	19:00	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	◎	
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った、地元の園芸店での寄せ植え体験型講座	7月	10:00	1回	白石町有明フラワーウッド	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	要材料費
芸術・趣味	★	立体紙切講座 午前・午後	一枚の紙を切って立体的な動物などを作り出す	7月26日	10:00 14:00	2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	☆	絵画教室	鹿島高校美術部の高校生が教える絵画教室	7月30日	13:30	1回	鹿島市 古枝公民館	鹿島市 古枝公民館	0954-62-2749	○	
芸術・趣味	☆	ぱぱっと教室(パート1)	クッキー・ゼリーなどの洋菓子をおいしく、簡単に作る方法を教えてもらう ※講師は鹿島高校食品科OB	8月8日	9:30	1回	鹿島市 古枝公民館	鹿島市 古枝公民館	0954-62-2749	●	要参加費

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		編み物教室	マフラーや小物を編む	10月	10:00	4回	鹿島市民交流プラザ3階	鹿島市 鹿島公民館	0954-63-2109	○	要材料費
芸術・趣味	★	親子工作教室 (正月門松づくり)	材料を近隣から調達し竹の加工も自分たちで体験し作成。正月飾りの意味や由来についても学ぶ	12月26日	10:00	1回	鹿島市 古枝公民館	鹿島市 古枝公民館	0954-62-2749		
技能・技術		高齢者講座	高齢運転者の免許更新のあらましと、交通安全に関する知識や安全運転の講習	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	○	
技能・技術	★	手話教室	言葉以外で思いを伝えるという発見があり、表情力コミュニケーション能力を鍛えられ、皆で楽しめる教室	7月23日	9:30	3回	鹿島市 古枝小学校 (児童クラブ室)	鹿島市 古枝公民館	0954-62-2749	○	7/29、8/6

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。