

受付期間 4月6日(月)～23日(木) 8:30～17:00 4月の休館日：4月5・12・19・26・29日

- 本人が申し込みください。 ● 個別に案内のはがきは出しません。
- 自販機がありませんので、水分をお持ちください。

教養・趣味の講座 (10講座)

① **ストップ地球温暖化 ～2100年の天気予報、未来のために今できること～**  
 ● 内容 ゼロカーボンって何？ 海洋ゴミ、生ごみコンポストの紹介など  
 ● 開催日 5月9日(土)10:00～12:00  
 ● 定員 50人(親子参加歓迎)  
 ● 講師 ストップ温暖化センターみやぎ、環境課職員  
 ● 参加費 無料(申込必要)

② **美しい「加賀ゆびぬき」体験会**  
 ● 内容 江戸時代、加賀友禅のお針子さんが余った絹糸で作ったとされる伝統工芸品。やたら縞のペンダントを2つ作ります(細かい作業です)。  
 ● 開催日 6/13、6/20(土曜日・全2回) 10:00～12:00   
 ● 定員 10人  
 ● 講師 小齋恭代先生  
 ● 持ち物 材料代1,800円(2作品分)、糸切はさみ、必要な方は拡大鏡  
 ● 参加費 500円

③ **初めての水彩画**  
 ● 内容 色の基本、筆遣い、コツを学んで楽しく描こう！  
 ● 開催日 6/9、6/23、7/14、7/28～12/22(火曜日・全12回) 9:30～11:30  
 ● 定員 12人  
 ● 講師 清水ちおん先生  
 ● 持ち物 教材1,500円、鉛筆、消しゴム、筆用雑巾  
 ● 参加費 3,000円(全回分)

④ **素敵なガラスアート**  
 ● 内容 アクリル板にカラーフィルムと鉛製のテープを貼ってスタンドグラス風に仕上げます。薔薇のスタンド、Welcomeボードなど3～4作品。  
 ● 開催日 5/22、6/12、6/26、7/10～10/9(金曜日・全8回) 9:30～11:30  
 ● 定員 12人  
 ● 講師 鷺北英代先生  
 ● 持ち物 材料代3,500円(2作品分)、ハサミ、筆記用具  
 ● 参加費 2,000円(全回分) 

⑤ **大人の学び直し「国語」(夜)**  
 ● 内容 教科書に出てきた名作や論語など、読んで書いて味わいましょう。  
 ● 開催日 5/13、6/10、7/8(水曜日・全3回) 19:00～20:30  
 ● 定員 12人  
 ● 講師 小川律子先生  
 ● 持ち物 筆記用具、ノート  
 ● 参加費 1,100円(全回分)

⑥ **大人の学び直し「楽しい数学」(夜)**  
 ● 内容 正負の数、関数、確率など。数学っておもしろい。  
 ● 開催日 5/14、5/28、6/25、7/23～12/10(木曜日・全9回) 19:00～20:30  
 ● 定員 12人  
 ● 講師 高子徹雄先生  
 ● 持ち物 教材620円、ノート、筆記用具  
 ● 参加費 2,300円(全回分)

⑦ **大人の学び直し「硬筆書写」**  
 ● 内容 ひらがな、カタカナ、漢字、初めから学んで字を整えよう。  
 ● 開催日 5/18、6/1、6/15、7/13～11/9(月曜日・全11回) 10:00～11:30  
 ● 定員 12人  
 ● 講師 小川律子先生  
 ● 持ち物 教材800円、鉛筆2B以上、ボールペン  
 ● 参加費 2,800円(全回分)

⑧ **英会話初級**  
 ● 内容 海外経験豊富な講師と生きた英語をたくさん話そう！  
 ● 開催日 5/21、6/4、6/18、7/2～12/3(木曜日・全12回) 10:00～11:30  
 ● 定員 16人  
 ● 講師 中村ゆり先生  
 ● 持ち物 教材1,210円、ノート、筆記用具  
 ● 参加費 3,000円(全回分)

⑨ **大きなパイの「コミュニケーション麻雀」**  
 ● 内容 たわしサイズの大きな牌を使って2～3人が1組となります。  
 ● 開催日 5/28、6/25、7/23～3/25(木曜日・全11回) 13:30～15:30  
 ● 定員 24人  
 ● 講師 保科政和先生、社会福祉協議会  
 ● 参加費 2,800円(全回分)

⑩ **母の日・父の日フラワーアレンジメント**  
 ● 開催日 5/7、6/18(木曜日・全2回) 13:30～14:30  
 ● 定員 20人  
 ● 講師 佐藤直樹先生  
 ● 持ち物 花代4,000円(2回分)、エプロン  
 ● 参加費 500円(全回分)

運動系講座 (4講座)

⑪ **非日常を楽しもう「モデルウォーク体験会」**  
 ● 内容 背筋を張って、おしゃれに、気取って歩いてみませんか？ ストレート、クロス、ターン、ポーズ  
 ● 開催日 4月25日(土)10:00～11:30  
 ● 定員 20人(小学生以上親子可)  
 ● 講師 村上マキ先生  
 ● 持ち物 ストレッチできる服装、上靴、水分  
 ● 参加費 200円

⑫ **花架拳と練功十八法 体験会**  
 ● 内容 中国宮廷に伝わる秘拳。優雅で美しい動きの武術です。  
 ● 開催日 5/19、6/2、6/16、6/30、7/7、7/21(火曜日・全6回) 13:30～15:00  
 ● 定員 15人  
 ● 講師 佐藤美弥子先生  
 ● 持ち物 上靴、水分  
 ● 参加費 1,500円(全回分)

⑬ **ピラティス(夜)**  
 ● 内容 ゆっくりとした呼吸と動きで体幹を鍛えます。女性限定。  
 ● 開催日 5/20、6/3、6/17、7/1、7/15、7/29(水曜日・全6回) 19:00～20:10  
 ● 定員 15人  
 ● 講師 日下幸恵先生  
 ● 持ち物 水分、タオル  
 ● 参加費 1,500円(全回分)

⑭ **楽しいボウリング 初心者教室**  
 ● 内容 座学と2ゲーム練習。めざせ150！  
 ● 開催日 5/11、5/18、5/25、6/1、6/8(月曜日・全5回) 13:30～15:30  
 ● 場所 アイビーボウル白石  
 ● 定員 16人(教室未経験者)  
 ● 講師 白石市健康ボウリング協会 平間義春先生  
 ● 持ち物 筆記用具、水分  
 ● 参加費 2,300円(全回分、靴ゲーム代含)

令和8年度 講座受講生募集！  
 ～人・仲間・地域づくりで元気な白石市を創出～

【各施設共通】 ①二次元コードからの申し込み、または電話や来館のうえ申し込みください。②定員になり次第募集を締め切ります。③申込人数が少ない時は、開講を見送ることがあります。④都合により日程などが変更になることがあります。⑤持ち物など、詳しくはお問い合わせください。

生涯学習課・中央公民館 ☎ 22-1343・☎ 26-2453



申込フォーム

受付期間 4月6日(月)～13日(月) 8:30～17:00

① **わんぱく教室**  
 ● 内容 キャンプをはじめとしたさまざまな体験学習を行います。5月に小学校へ配布するチラシで申し込みください。  
 ● 開催日 6～12月 月1回程度 日曜日 9:00～初回6/21  
 ● 定員 市内小学5・6年生30人  
 ● 講師 地域の方、ジュニア・リーダー、中央公民館職員など  
 ● 持ち物 毎回事前に連絡します。  
 ● 参加費 4,000円(キャンプは別途必要)

② **囲碁・将棋学習会**  
 ● 内容 囲碁と将棋を通して交流を深めませんか？ 子どもの参加も大歓迎。  
 ● 開催日 囲碁 第3土曜日 13:00～17:00 将棋 第4日曜日 12:00～16:00 ※開催できない日もあります。  
 ● 定員 なし(申込不要)  
 ● 講師 白石市囲碁同好会・日本将棋連盟白石支部会員  
 ● 参加費 無料

③ **白石市民大学**  
 ● 内容 講義ごとに専門の講師をお呼びし、幅広い分野について学びます。  
 ● 開催日 6～12月 第2火曜日 14:00～(変更の場合あり) 初回6/9  
 ● 定員 なし  
 ※前年度受講生は申し込み不要  
 ● 講師 大学教授・弁護士ほか  
 ● 持ち物 筆記用具  
 ● 参加費 無料(移動研修のみ実費)

④ **初級英会話講座**  
 ● 内容 日常会話ができるレベルの英会話を身に付けます。  
 ● 開催日 5～3月 第2・4火曜日 10:00～ 初回5/12  
 ● 定員 10人  
 ● 講師 白石市国際交流員  
 ● 持ち物 筆記用具  
 ● 参加費 月1,000円

⑤ **子育て応援！ 親子ふれあい教室 ～交通ルールを学ぼう！～**  
 ● 内容 交通安全資機材を使用し、警察署の方と一緒に親子で交通マナーを学びます。  
 ● 開催日 6月28日(日)9:00～12:00  
 ● 定員 なし  
 ● 講師 白石市警察署交通課警察官、宮城県警察本部交通部交通企画課警察官  
 ● 持ち物 動きやすい服装、運動靴  
 ● 参加費 無料

⑥ **古文書解読講座(初級編)**  
 ● 内容 歴史史料の古文書などを解読し、くずし字の読み方を習得します。  
 ● 開催日 5/20、6/10、6/24、7/8、7/29(水曜日・全5回) 9:30～11:15  
 ● 定員 10人  
 ● 講師 東北大学東北アジア研究センター上廣歴史資料科学研究部門 助教 寺内由佳  
 ● 持ち物 筆記用具  
 ● 参加費 無料

⑦ **コーヒー講座**  
 ● 内容 コーヒーの焙煎から入れ方まで本格的に学びます。  
 ● 開催日 5月14日(木) 10:00～12:00、13:30～15:30  
 ● 定員 各12人  
 ● 講師 coffee roastery & café fua 杉目寛先生  
 ● 持ち物 エプロン  
 ● 参加費 2,000円

⑧ **ヨガ教室(大人対象)**  
 ● 内容 ヨーガで心と体のリフレッシュを図ります。  
 ● 開催日 5～2月 第2火曜日 10:00～12:00(8月のみ8/12(水))  
 ● 定員 25人  
 ● 講師 櫻田和子先生  
 ● 持ち物 タオル、飲み物  
 ● 参加費 月500円

⑨ **童謡講座**  
 ● 内容 童謡唱歌の背景に触れ深く知るとともに、楽しく歌いながら受講生相互の親睦を図ります。  
 ● 開催日 5～3月 第1・3水曜日 13:30～ 初回5/20  
 ● 定員 なし  
 ※10人未満の場合は開催を見送る場合があります。  
 ● 講師 佐々木隆行先生、佐々木由美先生(ピアノ)  
 ● 持ち物 筆記用具  
 ● 参加費 月1,500円(別途テキスト代がかかる場合があります)

⑩ **パン作り教室**  
 ● 内容 おいしいパンを作りながら、受講生相互の親睦を図ります。  
 ● 開催日 6月12日(金)10:00～12:00  
 ● 定員 12人  
 ● 講師 櫻田和子先生  
 ● 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん  
 ● 参加費 1,500円

⑪ **親子クッキング教室**  
 ● 内容 親子でできる簡単な料理やお菓子を作ります。  
 ● 開催日 7/4、10/3、12/5、2/6(土曜日・全4回) 10:00～12:00  
 ● 定員 12組(年中～小学生とその親)  
 ● 講師 櫻田和子先生  
 ● 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん  
 ● 参加費 月1,500円

⑫ **家庭でできる料理講座**  
 ● 内容 家庭でできる料理講座、男性も大歓迎！(中華を中心にデザートも)  
 ● 開催日 5/17、6/21、7/26、8/16(日曜日・全4回) 10:00～11:30  
 ● 定員 20人  
 ● 講師 東天閣 小室照枝先生  
 ● 持ち物 エプロン、三角巾、ふきん  
 ● 参加費 月1,500円(全4回分6,000円を初回に徴収します)

「碧水園」講座の募集は、31ページをご覧ください。