

令和8年度

霧島市公民館短期講座生募集

受講対象 霧島市内に居住又は勤務する成人※満18歳以上の方（高校生は除く）

申込方法 往復はがき（170円）又は申込フォーム
※電話での申込は不可 ※切手の不足がないか必ずご確認ください

申込期限 8月7日（金）※当日消印有効

受講料 1,000円（講座No.1は無料）※別途料金は各講座をご確認ください

開講時期 10月

受講決定 講座の開講及び受講決定等の詳細は、返信用はがき又はメールにて通知
決定通知は8月下旬を予定しています。9月4日を過ぎても連絡がない場合は、
社会教育課（☎55-1376）までお問い合わせください。

注意事項

- ・ 申込者数が定員の半数に満たない講座は開設しません。また、定員を超えた場合は抽選となります。
- ・ 申込みは、往復はがき1枚につき、おひとり1講座です。
- ・ お子様等も含め、受講者以外の参加はできません。
- ・ 荒天や講師の都合により日程変更・中止の場合があります。
- ・ 申込時に記入していただいた電話番号は各講座で作成していただく連絡網に使用します。また、受講が決定した場合には、緊急連絡先をご提示いただきますのであらかじめご了承ください。個人情報とは本事業にのみ使用し、適切に管理します。
- ・ 受講料納入後は返金しませんのでご注意ください。

01 楽しく学ぶ！認知症予防講座

日時 第3月曜日（全2回）
14：00～15：00
定員 20名 **会場** 国分公民館
講師 明治安田鹿児島支社鹿屋営業所 有川 まゆみ

※ 別途料金なし
安心したセカンドライフを送るために認知症対策について体操などの体験型コンテンツを交えながらご紹介します。

03 ゼロから始める英会話

日時 第2・4水曜日（全5回）
10：00～11：30
定員 15名 **会場** 溝辺公民館
講師 中堀 清哲

※ 別途料金なし
大人の学び直し。仲間と一緒に、ゆっくり楽しく英会話を学びませんか。

02 簡単骨盤ストレッチ

日時 第2・4火曜日（全5回）
10：00～12：00
定員 20名 **会場** 小浜地区公民館
講師 久保田 さやか

※ 別途料金なし
簡単なストレッチで肩こり、腰痛、骨盤のゆがみ等の日々のセルフケアができるようになる講座です。



04 押し花で彩る暮らし

～花にふれ、心ほどけるひととき～
日時 第2木曜日（全5回）
10：00～11：30
定員 10名 **会場** 松永地区公民館
講師 岩元 なおこ

※ 教材費3,000円
押し花を使ったキーホルダーやフレームなど、暮らしを彩る小物づくりを楽しむ講座です。押し花を手軽につくる方法もご紹介します。



05

似合う色から始まる
私のハッピーエンド

～昨日までの私と差をつける印象レッスン～

日時

第1・3土曜日（全5回）

10：00～12：00

定員

10名

会場

富隈地区公民館

講師

浜辺 ゆう子

- ※ 教材費1,000円
色の基本やパーソナルカラーの入口、服・メイク・小物への取り入れ方を学びます。

06

じぶん流・キャリアデザイン

日時

第1・3月曜日（全5回）

13：00～14：30

定員

20名

会場

隼人公民館

講師

山口 真理

- ※ 教材費1,000円
もやもやする自分に向き合い、自分らしさを確かめ、納得できる人生と一緒に考えましょう。



07

やさしい日本画

日時

第1・3月曜日（全5回）

13：00～15：00

定員

10名

会場

国分公民館

講師

川俣 律子



- ※ 教材費2,000円
初心者向け日本画講座。日本画材を使って楽しく、自宅に飾れる小さな作品を自分自身の手で仕上げてみませんか。

09

大人のための児童文学講座

日時

第1・3土曜日（全5回）

13：00～15：00

定員

20名

会場

国分公民館

講師

岩下 雅子



- ※ 別途料金なし
子どもの頃に読んだ児童文学を、大人になってから読むと思いがけない発見があり、理解が深まります。

08

暮らしを彩る水引飾り

日時

第2水曜日（全5回）

13：00～15：00

定員

10名

会場

日当山地区公民館

講師

瀬口 扶美

- ※ 教材費1回1,000円程度、額代3,000円（2L版、必要な方のみ）
日本の伝統文化「水引」を使い、季節の行事や自然を感じ、額に飾れる作品を作ります。

10

心を健やかにするための
アンガーマネジメント

日時

第2土曜日（全5回）

14：00～15：30

定員

15名

会場

国分公民館

講師

海江田 美奈子

- ※ 教材費500円
ハラスメント対策や怒りの感情の理論とテクニックを学び、怒りと上手に付き合うためのトレーニング方法を身に付けます。

11

宇宙と星の天文レッスン

日時

第1・3火曜日（全5回）

19：00～20：30

定員

15名

会場

隼人公民館

講師

西井上 剛資



- ※ 教材費500円
宇宙の不思議を学んで、夜空を見る楽しみを広げます。



〈申込フォーム〉

上記URL、または二次元コードからお申込ください。
URL▶<https://logoform.jp/form/oMwx/1636226>

申込書の記入方法と記入例

8994394 霧島市教育委員会 社会教育課学習支援グループ 行 霧島市国分中央二丁目45番1号	※ここには何も 書かないでください (市記入欄)	□□□□□□ 返信 ※様とお書きください 自分の氏名 様 自分の住所	記入例 ①【3】ゼロから英会話 ② 霧島 太郎 ③ キリシマ タロウ ④ 30代 ⑤ 〒899-〇〇〇〇 霧島市〇〇町1丁目1番地
--	---	--	---