



令和8年度
県居協働センター主催講座

年間予定表



さあ！新年度のスタートです。新しい扉を開いてみませんか？
楽しい講座をたくさんご用意しました。
みなさまのご参加をお待ちしております。



<p>アクティブシニア講座 (生きがい教室)</p> <p>8年5月～9年1月(水) 9:30～11:30 【全8回講座】</p> <p>皆さんと一緒に学習、体験をしながら仲間づくりと生活力、健康力をアップしましょう。</p> 	<p>楽しく歌って ボイストレーニング </p> <p>6/12・26(金) 9:30～11:30 【全2回講座】</p> <p>最近、声が出にくくなったと感じることはありませんか。基本的な発声の仕方を学び、お腹の底から大きな声を出してみましょう。みんなで楽しく歌えば今よりもますます元気はつらつに！</p>	<p>【ヒューマンセミナー】 蘇る豊臣家と霸王の家</p> <p>6月～8月(火) 13:30～15:30 【全10回講座】</p> <p>天下人となった兄の豊臣秀吉と、その影で兄を支え続けた弟の秀長の生き方を軸に、豊臣家の栄光と終焉までの歴史を紐解きます。</p>
<p>茶道体験講座</p> <p>7月上旬 AM 【3回講座】</p> <p>初心者の方向けに茶道の基本作法を学びます。季節のお菓子とともにお茶を楽しみませんか？</p> 	<p>大人のリトミック</p> <p>8/3・17(月) 10:00～11:30 【全2回講座】</p> <p>音楽に合わせて手足を動かすリトミックで、楽しく脳トレをしながら運動機能の向上を目指しましょう。</p>	<p>己書講座</p> <p>9/3・10・17(木) 13:30～15:30 【全3回講座】</p> <p>デジタル時代の今こそ、筆ペンで絵を描くように文字を描く。そんな味のある字を描いてみませんか？自分の作品を、ミニ掛け軸として作品にできます。</p> 
<p>【ヒューマンセミナー】 感情のトリセツ</p> <p>9月～11月(火) 13:30～15:30 【全10回講座】</p> <p>心理学の基本及び「感情」への理解、「感情」の整え方、「人間関係」、「人生の後半に向けての生き方」を学びます。</p>	<p>水引講座</p> <p>9/11(金) 9:30～11:30  【1回講座】</p> <p>アクセサリーや小物にも活用できる水引の結び方を学びます。アレンジ次第でいろいろな表情が楽しめる水引で、今回は一輪挿しを作ってみましょう。</p>	<p>大人の遠足 ～ウォーキングで地域を知ろう～</p> <p>10月下旬 AM 【全2回講座】</p> <p>静岡県余暇プランナー協会西部ブロックの皆さんのガイドで、西・県居地区を巡ります。ウォーキングを楽しみながら地域の歴史や文化に触れてみましょう。</p> 
<p>発酵スイーツ講座</p> <p>10/27(火) 10:00～12:00 【1回講座】</p> <p>甘酒専門店、麹家さんの大人気の発酵スイーツ講座です。発酵の魅力を学びながら、甘酒を使ったヘルシーなシアーズケーキを作ります。講座に参加して、発酵を取り入れた生活を始めませんか？</p> 	<p>干し柿講座 </p> <p>11月上旬 【1回講座】</p> <p>旬の渋柿を使い、昔ながらの干し柿づくりに挑戦してみませんか？皮むきから始め、紐の結び方や吊るし方のコツを丁寧に伝授します。季節の手仕事を楽しみましょう。</p>	<p>楽しいパン作り教室</p> <p>11/25・12/2(水) 9:30～12:30 【1回講座】</p> <p>柴原先生のわかりやすく、楽しい指導で大人気の講座です。楽しみながら、みんなで作業をして、おいしいパンを作りましょう。この機会にパン作りデビューしてみませんか？</p> 
<p>お散歩ノルディック</p> <p>11/20・27(金) 9:30～11:30 【全2回講座】</p> <p>初回は全日本ノルディックウォーク連盟公認指導員の先生からウォーキングの基礎を、2回目は協働センターからウォーキングで伊場遺跡へ。青空の下皆で気持ちよく歩きましょう!!</p> 	<p>飾って楽しむ苔玉盆栽</p> <p>12/3(木) 13:30～15:30 【1回講座】</p> <p>苔玉の作り方、飾り方、手入れ方法を学んで、世界に一つだけの苔玉盆栽を作ってみませんか。お正月のおもてなしに、玄関やリビングに飾って新年を迎えましょう。</p> 	<p>しめ縄をつくろう </p> <p>12月下旬 AM 【1回講座】</p> <p>お正月にご自身で作ったしめ縄を飾ってみませんか？お一人でもご家族でも参加できます。この機会にぜひ伝統文化に触れてみてください。</p>
<p>楽しくフィットネス講座</p> <p>R9 1/19(火) 13:30～15:00 【1回講座】</p> <p>音楽に合わせて身体を動かして、ストレスを解消。筋肉やバランス力も鍛えて、心も身体も元気にリフレッシュしましょう。楽しくフィットネスしませんか？</p>	<p>小学生対象【子ども講座】</p> <p>6月～12月 【年7回程度開催予定】</p> <p>今年もワクワクするような講座をたくさんご用意しております！詳しい内容やお申込については、別途お知らせします。お楽しみに！</p> 	<p>◆ 講座の詳しい内容やお申込み方法は、協働センターだよりで随時お知らせします。</p> <p>◆ 講座当日は、駐車場に限りがありますので、公共交通機関や徒歩、自転車でお越しください。</p> <p>◆ やむを得ず、予定が変更になる場合があります。ご了承ください。</p> <p>表面もご覧ください </p>