

令和 8 年度 公民館主催講座

受講生募集

前期 通年



生涯学習マスコット
「マナビイ」

締切

令和 8 年

4月16日(木)必着



来館
22時まで



専用フォーム
24時まで



中
央

七
城

旭
志

泗
水



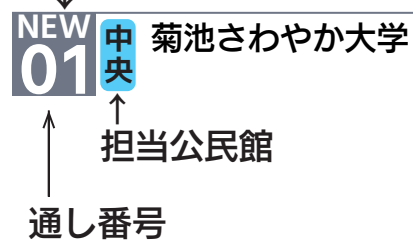
菊池市生涯学習センター

(中央公民館・中央図書館)

七城公民館・旭志公民館・泗水公民館

【記号の見方】

今年度新規開催講座



←開催講座名

*申込書にはこちらを記入してください

年齢 ←年齢制限あり

性別 ←性別制限あり

健 ←健康ポイント対象講座

 ←初心者向け講座

★受講希望者が多数の場合には抽選となりますので、締切までにお申し込みください。(抽選となった場合、締切後の受付はできません。)

市民大学 4 講座

対象：50 歳以上の市民

1 **中央** 菊池さわやか大学 **年齢**
～知り合い、語り合い、笑い合う学びの場～

毎日を元気に、安心して過ごしていただくために、頭と体を動かす体操や、身近な話題を楽しみながら学べる講座、世代を越えた交流や館外研修を通じた体験など、無理なく参加できる内容を用意しています。ぜひご参加ください。

日 程▶5/14, 6/18, 7/16, 9/17, 10/15, 11/12, 1/14, 2/18 (全て木曜日)

時 間▶10:00～12:00

回 数▶全8回 定 員▶90人

場 所▶中央公民館 受講料▶1,000円
(館外研修費及び材料費は別途徴収)

2 **七城** 七城楽しく学ぶ大学 **年齢**
～楽しく学んで生き生き人生～

「健康、ゆとりある生活」をテーマとした講演会や実技など、7回の教養講座と11月に館外研修を行います。これからの人生を楽しく生きるために、心身の健康づくりや新たな生きがいづくりを始めませんか。

日 程▶5/13, 6/10, 7/8, 9/9, 10/7, 11/11, 12/9, 2/10 (全て水曜日)

時 間▶10:00～11:30

回 数▶全8回 定 員▶100人

場 所▶七城公民館 受講料▶1,000円
(館外研修費及び材料費は別途徴収)

3 **旭志** 旭志わくわく大学 **年齢**
～笑い合い・助け合い・高め合い～

わくわく、どきどき、ああ面白かった。大切な命の学習、豊かな心を養う芸術鑑賞、楽しく健康レクリエーション。今の時代を私たちはどう生きるのか、学習や体験を通して答えを見つけましょう。

日 程▶5/26, 6/16, 7/14, 9/15, 10/20, 11/17, 1/19, 2/16 (全て火曜日)

時 間▶10:00～12:00

回 数▶全8回 定 員▶100人

場 所▶旭志公民館 受講料▶1,000円
(館外研修費及び材料費は別途徴収)

4 **泗水** ふるさと生き生き大学 **年齢**
～今日も楽しく学んで、元気にいきましょう!!～

歴史と健康、生き方、暮らし方など、専門の講師をそろえて、受講者のために知識と学びの機会を泗水公民館が提供します。秋には、館外研修を予定しております。

日 程▶5/20, 6/17, 7/15, 9/16, 10/21, 11/18, 1/20, 2/17 (全て水曜日)

時 間▶10:00～12:00

回 数▶全8回 定 員▶200人

場 所▶泗水ホール 受講料▶1,000円
(館外研修費は別途徴収)



レザークラフトを楽しもう (七城公民館)



リアルに描くアクリル絵画講座 (中央公民館)

教養講座 21 講座

NEW 5 中央 土のう袋で野菜を育てよう ～家庭菜園はじめませんか～

土のう袋を使って、気軽に野菜を栽培してみませんか。はじめて家庭菜園にチャレンジされる方こそぴったりの講座です。大切な土づくりから野菜の苗づくりまでじっくり学べます。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/8 (金), 5/12 (火), 5/19 (火)
時 間 ▶ 10:00 ~ 11:30
回 数 ▶ 全3回 定 員 ▶ 20人
場 所 ▶ 田舎の花屋 受講料 ▶ 2,500円 (材料費含む)
木もれび (雪野)

NEW 6 中央 はじめてのマンガ入門 ～描く楽しさをキクロスで！マンガ制作講座～

「マンガを描いてみたい」という気持ちを大切に、基礎から学びながらひとつの作品を完成させていきます。描くことの楽しさや、自分らしく表現する喜びを味わいます。気負わずにマンガを描いてみませんか？初心者さん、大歓迎です！

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/12, 5/19, 5/26, 6/2, 6/9, 6/16,
6/23, 6/30 (全て火曜日)
時 間 ▶ 19:00 ~ 20:30
回 数 ▶ 全8回 定 員 ▶ 12人
場 所 ▶ 中央公民館 受講料 ▶ 1,300円 (材料費含む)

7 七城 ハンドメイドのかごバッグ ～紙バンドの世界観をあなたの手で～

紙バンドを使ったオリジナルのバックを作ってみませんか。日常使いができ、編み込みの美しさと、温かみのある紙バンドバックの魅力を感じながら、制作の楽しさを実感しましょう。丁寧な講師の指導で初心者の方でも大丈夫！

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/28, 6/11, 6/25, 7/9, 7/23, 8/6
(全て木曜日)
時 間 ▶ 19:00 ~ 21:00
回 数 ▶ 全6回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 七城公民館 受講料 ▶ 3,600円 (材料費含む)

NEW 8 泗水 寄せ植えの魅力を実感 ～季節に応じたアレンジで、あなただけの作品を～

季節を感じる寄せ植えで心を癒し、生活にゆとりと潤いを感じましょう。花は心のオアシスです。四季に応じた寄せ植えを3点作ります。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/21, 7/23, 10/29
(全て木曜日)
時 間 ▶ 13:30 ~ 15:30
回 数 ▶ 全3回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 泗水公民館 受講料 ▶ 7,800円 (材料費含む)

9 七城 ドライフラワーで空間を彩る ～その魅力を感じてみませんか？～

熟成された、アンティークな雰囲気が魅力的なドライフラワー。どんな空間にもマッチするオリジナルのインテリアを作成してみませんか。長く楽しむお手入れも簡単です。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/21, 6/18
(全て木曜日)
時 間 ▶ 19:00 ~ 21:00
回 数 ▶ 全2回 定 員 ▶ 10人
場 所 ▶ 七城公民館 受講料 ▶ 7,200円 (材料費含む)

10 泗水 今年も菊の栽培に挑戦！！ ～「菊まつり」に出品できる菊を育ててみよう！～

菊の鉢植え栽培を基礎から学びます。菊を育てあげたら「菊まつり」や「キクロスまつり」に出品してみませんか？菊栽培のプロフェッショナルが楽しく親切丁寧に指導します！初心者の方も大歓迎です！

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/28 (木), 6/19 (金),
7/23 (木), 8/27 (木)
時 間 ▶ 10:00 ~ 12:00
回 数 ▶ 全4回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 泗水公民館 受講料 ▶ 3,000円 (材料費含む)

11 中央 **楽しい！似顔絵講座**
 ～お互いの似顔絵を描いてみよう～

えんぴつや筆ペンをつかって、似顔絵を描くコツを学びます。顔のパーツごとの練習をはじめ、似顔絵の基本から丁寧に学ぶことができます。参加者同士でお互いの似顔絵を描いたりして、絵を通じての交流を楽しみましょう。

対象▶全市民
 日程▶6/2, 6/9, 6/16, 6/23, 6/30, 7/7
 (全て火曜日)
 時間▶10:00～12:00
 回数▶全6回 定員▶15人
 場所▶中央公民館 受講料▶2,600円(材料費含む)

12 旭志 **はじめてのウクレレ講座**
 ～はじめよう！楽しいウクレレ～

初めてでも、ウクレレがなくても大丈夫！持ち方から弾き方の基本を学んで一緒に歌いながらウクレレを弾いてみませんか？

★お持ちで無い方は貸し出しもあります。
 (1コマにつき100円)

対象▶全市民
 日程▶6/2, 6/9, 6/16, 6/23, 6/30, 7/7
 (全て火曜日)
 時間▶19:00～20:30
 回数▶全6回 定員▶10人
 場所▶旭志公民館 受講料▶600円

13 旭志 **旭志手話スクール**
 ～手話からはじまるコミュニケーション～

手話は、手や指、顔の表情などで表現する視覚言語です。8回の講座で基礎から学び、あいさつや自己紹介など身近な手話を学んでみませんか。コミュニケーションの手段のひとつとして、安心して暮らせる優しいまちづくりをめざします。

対象▶全市民
 日程▶6/3, 6/17, 7/1, 7/15, 8/5, 8/19, 9/2, 9/16 (全て水曜日)
 時間▶19:00～20:30
 回数▶全8回 定員▶16人
 場所▶旭志公民館 受講料▶800円

14 泗水 **パッチワークキルトの小物づくり**
 ～布をつなぎ合わせてオリジナル作品を～

さまざまな色や柄の布を縫い合わせて、オリジナルのマルチポーチと一緒に作ってみませんか！柄の向きや組み合わせによって世界に一つの作品ができます。

★はじめて受講される方優先の講座です。

対象▶全市民
 日程▶6/3, 6/24, 7/22, 8/19, 9/9, 10/7
 (全て水曜日)
 時間▶10:00～12:00
 回数▶全6回 定員▶15人
 場所▶泗水公民館 受講料▶600円+材料費

NEW 15 中央 **地図で発見！菊池の宝さがし**
 ～身近に眠る地元の宝もの～

地図で文化財の位置を確かめながら学ぶことで、身近な場所に息づく宝もの(歴史)がぐっと近くに感じられます。初心者にも分かりやすい歴史教育指導員の解説付き。講座の終わりには、自分だけの宝地図(文化財地図)が完成します。

対象▶全市民
 日程▶6/9, 6/23, 7/7, 7/21
 (全て火曜日)
 時間▶10:00～11:30
 回数▶全4回 定員▶30人
 場所▶中央公民館 受講料▶400円

16 泗水 **つくってみたい「折り紙」に挑戦！**
 ～みんなよろこぶ「日本の伝承遊び」を楽しもう～

手軽なのに奥深い折り紙の世界に触れてみましょう。図書館司書が選んだ折り紙の本から折り方を学んで「童心」に帰った気持ちで、いろんな折り方にチャレンジしてみませんか。初心者の方大歓迎です！

対象▶全市民
 日程▶6/9, 7/14, 8/4, 9/8, 10/6, 11/17, 12/15 (全て火曜日)
 時間▶10:00～11:30
 回数▶全7回 定員▶20人
 場所▶泗水公民館 受講料▶700円(折り紙代は個人負担)

17 旭志 **やさしいフォークギター教室パート3**
 ～あなたの弾きたい曲が学べる～

もう一度、ギターを始めてみませんか。昭和歌謡やフォークソングから現代の曲まで、あなたの弾きたい曲が学べます！

★ギターはアコースティック、クラシックを問いませんが、参加される方はご持参ください。

対象▶全市民
 日程▶6/12, 6/19, 6/26, 7/3, 7/10, 7/17
 (全て金曜日)
 時間▶10:00～11:30
 回数▶全6回 定員▶10人
 場所▶旭志公民館 受講料▶600円

18 旭志 **シニア料理時間** **年齢**
 ～地元旬の食材で簡単においしい料理を～

やさしい料理を学びたいあなた！地元の旬の食材を使った簡単にできる料理を毎回3品程度実習します。料理は栄養管理のみならず、生活習慣病や認知症の予防対策としても効果あります。

対象▶60歳以上の市民
 日程▶6/18, 7/16, 8/20, 9/17
 (全て木曜日)
 時間▶10:00～12:00
 回数▶全4回 定員▶24人
 場所▶旭志公民館 受講料▶2,400円(材料費含む)

NEW 19 **七城** 次世代に伝える七城の歴史・文化財
～七城の弥生時代の大集落について～

七城に残る弥生時代の大集落を学ぶ講座です。台遺跡・小野崎遺跡を中心に、環濠集落や米づくり文化を知り、現地研修を通して七城の歴史に親しみ、時代の背景を紐解きましょう！第3回は「神様になった警察官」泗水町出身の増田敬太郎巡査の実話を紙芝居で紹介しします。

対 象▶全市民

第1回▶7/2 (木) 10:00～11:30

第2回▶7/7 (火) 9:00～12:30【現地研修】

第3回▶7/10 (金) 10:00～11:00

回 数▶全3回 定 員▶20人

場 所▶七城公民館 受講料▶300円

NEW 20 **旭志** 新「けん玉講座」で昇級検定に挑戦
～さあ、みんな、勇気を出してけん玉の世界をのぞいてみよう～

検定員資格を持つ講師と楽しく練習し「級検定」に挑戦です。合格すれば検定カード（無料）がもらえます。脳に良いとして医療関係者も推奨されています。子ども、高齢者、もちろん初心者大歓迎です。

★受講者はけん玉持参でお願いします。

対 象▶全市民

日 程▶7/23 (木), 7/28 (火), 8/3 (月)

時 間▶10:00～11:30

回 数▶全3回 定 員▶15人

場 所▶旭志公民館 受講料▶300円

21 **旭志** 「マジック、魔術の世界をあなたにも！」奇術講座
～マジックは友を呼び、幸せな笑顔をお届けします～

マジックは、自分も楽しく脳の活性化を促し、認知症予防にも最適です。楽しいマジックの特技を身につけ、仲間を増やし、様々な集いの場で見ている人に笑顔と幸せを届けましょう。

対 象▶全市民

日 程▶7/27 (月), 7/30 (木), 8/4 (火),
8/7 (金)

時 間▶10:00～11:30

回 数▶全4回 定 員▶15人

場 所▶旭志公民館 受講料▶400円

22 **中央** 今さら聞けないLINEの話【キクロス教室】
～一人ひとりのペースで学べる～

はじめての方も、今さら聞けないと感じている方も大丈夫。スマートフォンやLINEの操作に不安のある方を対象にした全3回の講座です。連絡や写真の送り方など、日常でよく使う操作を一人ひとりのペースに合わせて、やさしく学びましょう。

対 象▶全市民

日 程▶8/3 (月), 8/6 (木), 8/10 (月)

時 間▶10:00～12:00 定 員▶15人

回 数▶全3回 受講料▶300円+資料代

場 所▶中央公民館 (2,000円程度)

NEW 23 **七城** はじめてのキャッシュレス入門
～スマホ決済や電子マネーを基礎から学ぼう～

現金を持ち歩かなくても、スマホを使って簡単に支払いができる時代。キャッシュレス決済の仕方などを詳しく丁寧に教えて頂きます。

今回はキャッシュレス決済を始めてみたい「初心者の方」が対象です。

対 象▶全市民

日 程▶8/5, 8/12, 8/19
(全て水曜日)

時 間▶10:00～12:00 定 員▶15人

回 数▶全3回 受講料▶300円+資料代

場 所▶七城公民館 (2,000円程度)

NEW 24 **旭志** 藍の生葉を使って染めてみよう！！
～自分だけの藍のシルクのストールを～ **年齢**

染色講師まゆたさんと一緒に、藍の生葉を使って、オンリーワンのシルクのストールを染めてみませんか。伝統的な藍色とはちょっと違ったきれいな水色に染まります。

対 象▶中学生以上の市民

日 程▶8/19 (水)

時 間▶13:00～16:00

回 数▶全1回 定 員▶10人

場 所▶旭志公民館 受講料▶3,100円(材料費含む)

NEW 25 **中央** はじめてでも大丈夫スマホ決済【キクロス教室】
～スマホでお買い物、はじめの一步～

現金を使わないお支払いがはじめての方向け講座です。スマホでの支払い方法を全3回で学びます。キャッシュレス決済をやってみよう方、操作に不安がある方も安心してご参加ください。ゆっくり丁寧に学びましょう。

対 象▶全市民

日 程▶9/1 (火), 9/4 (金), 9/8 (火)

時 間▶10:00～12:00 定 員▶15人

回 数▶全3回 受講料▶300円+資料代

場 所▶中央公民館 (2,000円程度)



今年は菊の栽培に挑戦！！(泗水公民館)



パッチワークキルトの小物づくり（泗水公民館）



テレビゲームでフレイル予防！（旭志公民館）

現代的課題解決講座 9 講座

NEW 26 **中央** **自分らしい終活を考えてみませんか！**
 ～これからの自分を考えるきっかけづくりをしませんか！～

人生 100 年時代、自分らしい終活を一緒に考えてみませんか。そのために必要な制度や支援について学びます。また、健康寿命を延ばすための口腔ケア（食事）やレクリエーションもあります。5回の講座を通して新たな生きがいが見つかるかもしれません。

対 象▶全市民
 日 程▶5/15, 5/22, 5/29, 6/5, 6/12
 （全て金曜日）
 時 間▶10:00～11:30
 回 数▶全5回 定 員▶15人
 場 所▶中央公民館 受講料▶500円

27 **七城** **ウォーキングから始める健康づくり** **健**
 ～生活習慣を見直し、10年、20年後も健康に～

年齢

今、改めて、毎日何げなく行っている歩き方を見直しませんか。正しい歩き方を学んで、日々の生活に取り入れて、いつまでも健康な体で元気に過ごしましょう。

対 象▶20歳から65歳までの市民
 日 程▶5/15, 5/22, 5/29, 6/5, 6/12,
 6/19, 6/26（全て金曜日）
 時 間▶19:00～20:30
 回 数▶全7回 定 員▶15人
 場 所▶七城公民館 受講料▶700円

NEW 28 **中央** **将来の安心につながるお金の知識** **年齢**
 ～無理せず安心！働く世代の賢いお金計画～

将来のために貯蓄や保険、教育費、老後資金など、「お金のこと」を考えるのは大切だと分かっていても、どう計画すればよいのか迷う方も多いのではないのでしょうか。この講座では、日々の生活を楽しみながら、ムリなくお金と向き合うコツをお伝えします。暮らしに関わるお金の基礎をしっかりと理解し、“わが家らしい”ライフプランを考えていきましょう。

対 象▶30歳から40歳代の市民
 日 程▶5/21, 5/28, 6/4, 6/11, 6/18
 （全て木曜日）
 時 間▶19:00～20:30
 回 数▶全5回 定 員▶20人
 場 所▶中央公民館 受講料▶500円

NEW 29 **泗水** **将来の安心につながるお金の知識** **年齢**
 ～無理せず安心！働く世代の賢いお金計画～

対 象▶30歳から40歳代の市民
 日 程▶6/23, 6/30, 7/7, 7/14, 7/21
 （全て火曜日）
 時 間▶19:00～20:30
 回 数▶全5回 定 員▶20人
 場 所▶泗水公民館 受講料▶500円

30 **泗水** **歌活で脳と体のリフレッシュ！パート3** **年齢 健**
 ～歌をうたおう♪身も心もスッキリしましょう～

歌う楽しさを一緒に感じませんか？
 昔は歌っていたんだけど…最近は声量が小さくなって…。と思っている方、ぜひ一緒に懐かしい昭和歌謡や童謡を歌いましょう！楽しい発声練習とリズムに合わせて体を動かすことで、脳と体もスッキリ♪

対 象▶50歳以上の市民
 日 程▶5/21, 6/4, 6/18, 7/2, 7/16
 （全て木曜日）
 時 間▶10:00～11:30
 回 数▶全5回 定 員▶15人
 場 所▶泗水公民館 受講料▶500円

NEW 31 **中央** **熊本地震10年**
 ～記憶と教訓～

当時の菊池の様子を振り返るとともに、震災ミュージアム見学を通して防災意識と地域の絆の大切さを改めて考える機会とします。
 ★震災ミュージアムへはバスが出ます

対 象▶全市民
 第1回▶5/22（金）10:00～11:30（中央公民館）
 第2回▶5/29（金）9:00～12:00（震災ミュージアム）
 回 数▶全2回
 定 員▶20人
 受講料▶700円（震災ミュージアム参観料含む）

32 中央 **健康** ピラティスでカラダを整えるパート2 **年齢** ～がんばらない運動、はじめませんか～ **性別**

運動が久しぶりの方でも安心して参加できる、やさしいピラティスです。呼吸に合わせてゆっくり体を動かし、無理なく姿勢や体のバランスを整えていきます。
★はじめての方を優先します。

対 象 ▶ 40歳から60歳代の女性市民
日 程 ▶ 6/2, 6/9, 6/16, 6/23, 6/30, 7/7
(全て火曜日)
時 間 ▶ 19:00～20:30
回 数 ▶ 全6回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 中央公民館 受講料 ▶ 600円

33 旭志 **志** 今の時代、私たちはどう生きる ～逆転しない正義と幸せに生きるために今考えること～

昨年度大好評！引き続き第2弾。何が起きるかわからない時代に突入。AIの急速な発展、多発する気候変動。戦後81年、これから私たちはどう生きるべきか神田先生と一緒に考えてみませんか。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 6/8, 6/15, 6/22, 6/29
(全て月曜日)
時 間 ▶ 10:00～11:30
回 数 ▶ 全4回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 旭志公民館 受講料 ▶ 400円

34 七城 **城** あなたも発酵料理名人！ ～季節の旬の食材と発酵食品の活用法～

老舗麴(こうじ)屋さんが長年培った発酵食品について講話し、発酵食品と旬の食材を使って簡単で美味しい料理を楽しく教えてください。身近な食材で季節を感じながら、ご家庭でも簡単に出来るメニューを作り、日々の食生活をより一層充実したものにしましょう。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 7/9, 7/23, 8/6, 8/20
(全て木曜日)
時 間 ▶ 10:00～12:00
回 数 ▶ 全4回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 地域食材交流センター 受講料 ▶ 3,400円(材料費含む)



旭志手話サークル (旭志公民館)



スマホ入門【アンドロイド編】(中央公民館)



ドライフラワーで日本の季節を彩る (七城公民館)

成果活用講座 4 講座

35 七城 **城** 七城陶芸窯活用講座 ～手作り作品のぬくもりが心を癒します～

七城にある陶芸窯で、世界に1つだけの陶器(コップ、皿等)を作りましょう。陶芸未経験の方でも講師がやさしく、丁寧に教えてください。気軽な気持ちで参加してみませんか。一度陶芸に触れたら癖(くせ)になります。みんなで陶芸の輪を広げましょう。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 5/26, 6/23, 7/21
(全て火曜日)
時 間 ▶ 13:30～16:00
回 数 ▶ 全3回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 木のふれあい館 受講料 ▶ 2,800円(材料費含む)

36 泗水 **水** 絵本の楽しみを広めたい人集まれ！ ～「読み聞かせ」で、子・孫と心温まる時間を～

絵本の選び方、読み聞かせ方、わらべ歌、手遊びなど、絵本の専門家から、絵本の楽しみ方を「楽しく・分かりやすく」学ぶ講座です。お子さんやお孫さんと接する機会が多い方、お気軽にご参加ください。

対 象 ▶ 全市民
日 程 ▶ 6/15, 6/29, 7/13, 7/27, 8/17
(全て月曜日)
時 間 ▶ 10:00～11:30
回 数 ▶ 全5回 定 員 ▶ 15人
場 所 ▶ 泗水公民館 受講料 ▶ 500円

37 中央 公民館サポーター養成講座 パート4 ～学びの場を一緒に作るサポーター～

主に「さわやか大学」の企画や運営をしていただけるボランティアを養成する講座です。講座づくりの流れや、当日の運営までを実践的に学びます。年齢・経験は問いません。地域の学びを支える一歩を、ここからはじめてみませんか？

対象▶全市民

日程▶6/18, 7/2, 7/16, 7/30, 8/13, 8/27
(全て木曜日)

時間▶13:30～15:00 (7/16のみ9:30～12:00)

回数▶全6回 定員▶10人

場所▶中央公民館 受講料▶600円



元気の学び舎 (旭志公民館)

NEW 38 泗水 バランスボールとながら体操でしなやかな体づくり! ～一生自分の足で、自由に動けるために～

優しい筋トレとストレッチでしなやかな体をつくりましょう。バランスボールを使って頑張らず楽しみながら、家庭でもちょっとした時間に出来る「ながら体操」を実践します。地区のサロンで活用してみましょ。★ボールは会場で用意します

対象▶全市民

日程▶7/3, 7/10, 7/17, 7/24
(全て金曜日)

時間▶10:00～11:30

回数▶全4回 定員▶20人

場所▶泗水公民館 受講料▶400円



「デジタル」だって怖くない! (中央公民館)

特設講座 4 講座

39 中央 元気の学び舎 ～これから続ける健康づくり～

呼吸や運動により、心と身体のリラックスを体感し、ストレスや不安と上手に付き合う講座です。姿勢やストレッチ、ウォーキング、膝や股関節のケアを通して、無理のない動きと日常の健康管理に役立つ知識を分かりやすくお伝えします。

対象▶全市民 (病院等からの運動制限がなく、30分程度の軽い運動が可能な方)

日程▶5/13, 5/20, 5/27, 6/3, 6/10,
6/17, 6/24 (全て水曜日)

時間▶10:00～11:30

回数▶全7回 定員▶15人

場所▶中央公民館 受講料▶350円

40 七城 元気の学び舎 ～これから続ける健康づくり～

日程▶5/13, 5/20, 5/27, 6/3, 6/10,
6/17, 6/24 (全て水曜日)

時間▶13:30～15:00

回数▶全7回 定員▶15人

場所▶七城公民館 受講料▶350円

41 中央 「デジタル」だって怖くない! 年齢 ～スマホを教わる側から教える側となるデジタルマスターになろう～

「自分で教える」、「教える側の勉強をする」ために、便利なアプリや機器について、その使い方と教え方を学びます。あなたの地域に、スマホの使い方でお悩んでいる人はいませんか? “地域の先生”にあなたがなってみませんか。

対象▶全市民 (シニア層)

日程▶5/27, 6/10, 6/24, 7/8, 7/22
(全て水曜日)

時間▶10:00～11:30

回数▶全5回 定員▶16人

場所▶中央公民館 受講料▶無料

NEW 42 旭志 働き世代のナイトストレッチ 年齢 健 ～一日の終わりに新習慣! 心身ともにリフレッシュ～

「最近、体を動かす機会が減ってきた」「運動したほうがいいのは分かっているけど、何から始めればいいのか分からない」そんな方のための、無理なく・楽しく続けられる運動教室です。この教室では、筋力・柔軟性・バランス力を整える運動を中心に日常生活がラクになる体づくりを目指します。

対象▶18歳から55歳の市民

日程▶6/5, 6/19, 7/3, 7/17, 8/7, 8/21, 9/4,
9/18, 10/2, 10/16 (全て金曜日)

時間▶19:00～20:30

回数▶全10回 定員▶15人

場所▶旭志公民館 受講料▶500円

こども講座 15 講座

★詳細や申込方法については、各学校を通して別途案内します。
今回はお知らせのみです。



泗水

わくわく・ドキドキ・おもしろ科学あそび

～身近な物の不思議な動きや変化を実験して確かめよう～

開催月▶6月 対象▶小学生



6月



旭志

子ども将棋教室・大会 (冬休み)

～思考力・判断力・集中力を身につけよう～

開催月▶6月～2月 対象▶小・中学生



旭志お茶教室

～お茶を通して日本のおもてなしの心を感じよう～

開催月▶6月～10月 対象▶小・中学生



七城

わくわく・ドキドキ自然発見隊 in きくち

～ふるさとの大自然から掘り出そう「気づき・知る・学び」！～

開催月▶7月 対象▶小学4年生～中学生

7月

中央

タブレットを使いこなそう

～親子キクロス教室～

開催月▶7月 対象▶小学生



中央

宇宙の神秘と不思議

～親子キクロス教室～

開催月▶8月 対象▶小学生

8月

中央

子どもプログラミング教室

～Scratchでつくる！あそべるオリジナルゲーム～

開催月▶8月 対象▶小学生(4～6年生)



中央

パティシエにチャレンジ

～親子キクロス教室～

開催月▶8月 対象▶小学生



泗水

『生きる力』養成講座

～魚焼いて食って、滝つぼドボン！ with かるた～

開催月▶8月、10月 対象▶小学生



泗水

親子で楽しく学ぶ森の授業&木工教室 (木育講座)

～くまとの林業について楽しく学び、木材で自由に作ろう！～

開催月▶8月 対象▶小学生

中央

マンガって楽しいね！親子マンガ教室

～マンガを聞いて、描いて、親子の時間～

開催月▶8月 対象▶小学生



七城

親子で学ぶ「お金」のキホン講座

～親子でお金との付き合い方を学びませんか～

開催月▶8月 対象▶小・中学生

10月

中央

「外国の方との交流でグッジョブ」

～親子キクロス教室～

開催月▶10月 対象▶小学生



七城

Let's Enjoy Sport

～スポーツに触れ・楽しみ、友達をつくろう！～

開催月▶10月～11月 対象▶小学4年生～中学生



中央

きくちじょう 鞠智城探検 アドベンチャー気分を味わおう！

～親子キクロス教室～

開催月▶10月 対象▶小学生

図書館講座

★詳細は、図書館内掲示板 および 図書館ホームページでお知らせします。



中央 七城 旭志 泗水 おはなし会

年齢にあわせた絵本の読み聞かせや手遊び・わらべうたがあります。

対象▶どなたでも

日時▶中央：赤ちゃんおはなし会 第4水曜日 10:30～
おはなし会 毎週土曜日 10:30～
泗水：赤ちゃんおはなし会 第4金曜日 11:00～
おはなし会 第4土曜日 10:30～
七城：第3土曜日 11:00～
旭志：第3土曜日 14:00～

場所▶各図書館内

定員▶15人程度 参加費▶無料



きくち圏域電子図書館

パソコン、タブレット、スマートフォンから、いつでも、どこからでもアクセスでき、電子書籍を読むことができます。図書館に利用登録されている方

(菊池市に在住・在勤・在学)は利用することができます。

使い方はHPをご覧ください。



ホームページアドレス

<https://web.d-library.jp/kikuchi/g0101/top/>



イベント情報はこちら！

図書館では、各種イベントやおすすめの本など様々な情報を発信しています。ぜひご覧ください。

ホームページ Facebook Instagram Youtube



菊池市立図書館のご案内

菊池市中央図書館

TEL 0968-25-1111

【開館時間】

火～金 9:00～19:00
土・日・祝 9:00～17:00



【休館日】

毎週月曜日※祝日でも休館
年末年始・特別整理期間

菊池市泗水図書館

TEL 0968-25-1115

【開館時間】

火～金 10:00～18:00
土・日・祝 10:00～17:00



【休館日】

毎週月曜日※祝日でも休館
年末年始・特別整理期間

菊池市七城図書館

TEL 0968-25-1580

【開館時間】

火～土 9:00～17:00



【休館日】

毎週日・月曜日
年末年始・特別整理期間
※祝日は曜日通りに開館または休館

菊池市旭志図書館

TEL 0968-25-3332

【開館時間】

火～土 9:00～17:00



【休館日】

毎週日・月曜日
年末年始・特別整理期間
※祝日は曜日通りに開館または休館

動画配信講座



中央 わが家のメディア環境、このままで大丈夫？ ～保護者が担う支援と実践～

スマートフォンや動画視聴が身近になった今、子どもにとって家庭のメディア環境は重要な基盤となります。発達段階を踏まえながら、家庭で整えたい環境づくりの具体例や実践方法を、分かりやすく紹介します。わが家らしい整え方を考える機会にしてみませんか。

キクロスホームページ



対象 ▶ 就学前及び学童期の子どもをもつ保護者等

配信日程 ▶ 6/26, 7/24 (全て金曜日)

時間 ▶ 10:00 (録画配信) 受講料 ▶ 無料 回数 ▶ 2回

アクセス先 ▶ <https://city.kikuchi.lg.jp/kicross/>

その他 ▶ 動画配信のため、どなたでも受講可能です。

申込の必要はありません。配信時間以降いつでも視聴可能です。



砂の芸術 サブルアート (七城公民館)



自然の木に触れて感じてみよう (泗水公民館)



おはなし会 (中央図書館)

申込はがき裏面【申込欄】

記入例

ふりがな 氏名	きくち はなこ 菊池 花子	性別	年齢 歳
住所〒	861-1331 菊池市隈府 872 番地 1	電話 (日中連絡のとれる番号)	080-0000-0000
講座番号	42	講座名	働き世代のナイトストレッチ

- *参加される方の情報を記入してください。
- *年齢制限・性別制限のある講座へ申込をされる場合のみ、年齢・性別をご記入ください。制限のない講座へ申込される場合は、記入の必要はありません。
- *右のはがきに入らない場合や、追加で申込をされる場合は、官製はがきに同様の内容を記載してお送りください。

パンフレット および 講座カリキュラム・シラバスは、キクロスのホームページからも確認できます。

<https://www.city.kikuchi.lg.jp/kicross/>



*キクロスホームページ
⇒中央公民館
⇒主催講座
から確認できます。

←QR コードはこちら

--- ✂ --- さりとりせん --- ✂ ---

ふりがな 氏名	性別	年齢 歳
住所〒	電話 (日中連絡のとれる番号)	
講座番号	講座名	
ふりがな 氏名	性別	年齢 歳
住所〒	電話 (日中連絡のとれる番号)	
講座番号	講座名	
ふりがな 氏名	性別	年齢 歳
住所〒	電話 (日中連絡のとれる番号)	
講座番号	講座名	

学校名・勤務先名 (市外在住の方のみ)

申し込みは、お近くの公民館あてに、郵送またはご持参ください

対象者 菊池市内在住 または 菊池市内に在学・在勤の方
受講料 講座により異なります（材料費が未定の講座については+材料費と表記しております）
申込方法 1. はがきによる申込

下の申込はがき（または官製はがき）に必要事項をご記入いただき

郵送 または **お近くの公民館にご持参**ください

2. 申込フォームによる申込

<https://logoform.jp/form/fJeH/2026kouza/>

へアクセスし、必要事項をご記入ください



注意事項

- * 申込結果については、締切後1か月以内にはがきで通知します。
なお、受講決定のはがきは申込本人のみ有効です。他者への譲渡はできません。
- * 定員を上回る申込がある場合は、主催者側で抽選を行います。キャンセル等による受講者の補充の場合も同様です。
- * 申込が一定数に達しない場合は、中止となることがあります。
- * 受講のキャンセルについては、開講日の1週間前までに電話にて必ずご連絡ください。
- * 開講日以降の途中キャンセルについても、必ずご連絡ください。
但し受講料の返金はいたしません。



お手数ですが
85円切手を
お貼り下さい



〒861-1331 菊池市隈府 872 番地 1
菊池市中央公民館 行

〒861-1353 菊池市七城町甲佐町 74 番地 1
菊池市七城公民館 行

〒869-1295 菊池市旭志小原 240 番地
菊池市旭志公民館 行

〒861-1212 菊池市泗水町豊水 3565 番地
菊池市泗水公民館 行

※送付先を囲んでください。

講座に関するお問い合わせは、担当の
各公民館へどうぞ

菊池市生涯学習センター KiCROSS

〒861-1331 菊池市隈府 872 番地 1

1階 中央図書館 TEL 0968-25-1111

2階 中央公民館 TEL 0968-25-1672

FAX 0968-25-2929

菊池市七城公民館

〒861-1353 菊池市七城町甲佐町 74 番地1

TEL 0968-25-1580 FAX 0968-26-5171

菊池市旭志公民館

〒869-1295 菊池市旭志小原 240 番地

TEL 0968-25-3332 FAX 0968-23-3077

菊池市泗水公民館

〒861-1212 菊池市泗水町豊水 3565 番地

TEL 0968-25-2028 FAX 0968-38-6515