



令和5年度 後期

マナビィかすみがうら 受講者募集!!

IMFORMATION 令和5年9月14日(木) 8:30~ 順次受付開始

申込方法と提出先

各講座担当窓口ごとに申込方法に応じて申し込みをお願いいたします。

直接申込 講座担当窓口へ直接申込みいただくか、電話またはFAXによりお申し込みください。

簡易申請 いばらき電子申請・届出サービス(二次元コード)によりスマホなどからお申し込みください。

はがき 通常はがきを講座担当窓口または働く女性の家に持参いただくか、往復はがきにより郵送でお申し込みください。

63 □□□□□□	何もしません	63 □□□□□□	1. 希望講座名
担当機関の住所	何も書かない	お申し込みする方の住所	2. ご住所
担当機関名 行		ご氏名	3. ご氏名
(往信・表)	(返信・裏)	ご年齢	4. 年齢
		電話番号	5. 電話番号
		性別	6. 性別
		その他	7. その他
			(往信・裏)

受講申込上の注意

受講対象者 市内在住または市内在勤の方です。
※市内在勤者で市外在住のご家族は対象外となります。

申込開始日 9月14日(木) 午前8:30以降順次。
※各講座ごとに設けられた案内をご覧ください。

受講料 第1回目当日に現金で納入ください。

日程変更・中止 定員に満たない講座や、やむを得ない事情により、日程を変更・中止する場合がございます。

定員 各講座の申し込みは、定員になり次第締め切りいたします。

はがきの取扱い 申込期日前に到着した申し込みはがきは、申込開始日受付分の最後に受付いたします。
※申込期日をご確認ください。

個人情報 本講座の運営以外の目的には一切使用いたしません。

二次元コードとは

市の広報誌やお店のチラシなど、「黒い四角形」のものを見かけたことはありませんか?この「黒い四角形」のことを「二次元コード」と表記しています。

「二次元コード」をスマホなどで読み込むことで目的のページを表示できるので、URLの入力や検索の手間などを省くことができます。

いばらき電子申請・届出サービスとは

これまで、市役所などの窓口で手続きされていた申請や届出などの一部が、24時間365日いつでもどこでも簡単に行うことができるサービスです。

詳しくは、右の二次元コードから、市のホームページ「電子申請・届出サービスのご案内」をご確認ください。→



講座担当窓口	住所	TEL	FAX	申込方法
●社会教育担当	かすみがうら市深谷 3719-1	029-897-0564	029-898-2965	直接申込 簡易申請
●文化協会加盟団体自主講座	かすみがうら市深谷 3719-1	029-897-0564	029-898-2965	はがき
●霞ヶ浦中地区公民館	かすみがうら市深谷 3719-1	029-897-0564	029-898-2965	はがき
●下稻吉中地区公民館	かすみがうら市上佐谷 991-5	0299-59-5252	0299-59-5253	はがき
●千代田義務教育学校地区公民館	かすみがうら市上佐谷 991-5	0299-59-5252	0299-59-5253	はがき
●歴史博物館	かすみがうら市坂 1029-1	029-896-0017	029-896-1168	はがき
●あじさい館	かすみがうら市深谷 3719-1	029-897-0511	029-898-2965	直接申込 簡易申請
●スポーツ振興課	かすみがうら市深谷 3719-1	029-898-9907	029-898-2965	簡易申請
●雪ふれあいの里公園	かすみがうら市雪入 452-1	0299-59-7000	0299-59-7373	直接申込
●社会福祉協議会	かすみがうら市宍倉 5462	029-898-2527	029-898-3523	はがき 直接申込

社会教育担当

問い合わせ

〒 300-0134 かすみがうら市深谷 3719-1 (あじさい館内)
TEL : 029-897-0564 FAX : 029-898-2965

地域食材を使った料理教室 (大人大学)



地域食材の新しい食べ方や中学生と開発したメニューやアイデアを料理教室を通して伝授します。

日時 12/14・21 (木曜日 2回) 14:00 ~ 15:30**講師** かすみがうら未来づくりカンパニー
代表取締役 今野 浩紹**受講料** 1,500円 教材費 500円

- 会場 / あじさい館調理室
- 定員 / 12名
- 持参品 / エプロン、帽子 (三角巾)
- 募集期間 / 9/14(木)8:30 ~ 12/7(木)17:15



古民家で醸造体験教室 (大人大学)



かすみがうら市内のゲストハウス「古民家江口屋」に、今年オープンしたクラフトビール醸造所の江口屋醸造所の見学や、醸造に関する座学や受講者でつくったフルーツピューレを使用し、素材の香りが感じられるビールづくり体験ができる講座です。

日時 ① 1/22 (月) ② 1/30 (火) 14:00 ~ 15:30**講師** かすみがうら未来づくりカンパニー
代表取締役 今野 浩紹**受講料** 1,500円 教材費 1,500円

- 会場 / ①古民家江口屋 ②あじさい館調理室
- 定員 / 6名 ●持参品 / なし
- 募集期間 / 9/14(木)8:30 ~ 1/15(月)17:15



文化協会加盟団体自主講座

問い合わせ

〒 300-0134 かすみがうら市深谷 3719-1 (あじさい館内)
TEL : 029-897-0564 FAX : 029-898-2965

きもの同好会

＜着物・着装講座＞ワンポイントレッスンです。忘れてしまったポイントを確認するチャンスです。是非みなおして、素敵な着物美人をめざして下さい。

日時 10/12・26、11/9・30、12/14
(木曜日 5回)
10:00 ~ 12:00**講師** 熊谷きもの学院 代表
熊谷 光子**受講料** 4,000円 教材費 1,000円

- 会場 / 働く女性の家 (2F集会室)
- 定員 / 10名 ●持参品 / 着物一式
- 募集期間 / 9/14 (木)
8:30 ~ 随時



若浦会

着物の着方を覚えながら優雅に日本舞踊を舞ってみませんか。シルバー、初心者歓迎

日時 11/1・8・15・11・29
(水曜日 5回)
13:30 ~ 15:30**講師** 若浦流家元 若浦 扇榮**受講料** 500円/回

- 会場 / 働く女性の家 (軽運動室)
- 定員 / 10名
- 持参品 / ゆかた、たび、扇 (貸出し無料)
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30 ~ 随時

土釉会

コップ、お皿、花器など5回に分けて作ります。楽しく陶芸をしてみませんか。

日時 11/11・18・25、12/2・9
(土曜日 5回)
10:00 ~ 12:00**講師** 氏橋 まさ子**受講料** なし、教材費 2,000円

- 会場 / あじさい館 陶芸棟
- 定員 / 5名
- 持参品 / エプロン・タオル
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30 ~ 随時

かすみがうら
サクソフォンクラブ

いっしょに楽器演奏を楽しみませんか。

日時 11/5・19、12/3・17、1/21
(日曜日 5回)
13:00 ~ 16:00**講師** 上原 務**受講料** 500円/回

- 会場 / 千代田公民館 講堂
- 定員 / 3名
- 持参品 / 楽器
- 募集期間 / 9/14 (木)
8:30 ~ 随時



千代田やきもの同好会

初心者歓迎です。この世に一つしかない湯のみを作って、その湯のみでお茶でも一杯飲んでみてはいかが？

日時 2/7・14・21・28、3/6
(水曜日 5回)
9:30 ~ 11:30**講師** 飯田 卓也**受講料** 600円/回 (受講料含む教材費)

- 会場 / 第一常陸野公園 陶芸棟
- 定員 / 5名
- 持参品 / エプロン
- 募集期間 / 9/14 (木)
8:30 ~ 随時

かすみがうら市
スクエアステップの会

マットを利用した足を中心とした軽い運動のため、誰でも簡単に取り組みます。睡眠不足の解消、足腰の筋肉増加により快適な歩行、転倒防止、物忘れ防止に効果的です。この機会に是非気軽に参加して下さい。

日時 10/18、11/1・8・15・22
(水曜日 5回) 13:30 ~ 15:30**講師** スクエアステップ指導員
萩原 博**受講料** 無料

- 会場 / ウエルネスプラザ 軽運動室
(4回目ウエルネスプラザ体育館)
- 定員 / 15名 ●持参品 / 飲み物、上履き (運動靴)
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30 ~ 随時

講座担当窓口

はがき

文化協会加盟団体自主講座

問い合わせ

〒300-0134 かすみがうら市深谷 3719-1(あじさい館内)
TEL : 029-897-0564 FAX : 029-898-2965

キャップキッズファミリー

<メロディベル&脳トレ講座>カラーベルに合ったカラー楽譜を使って、いろんなジャンルの曲を奏でてみませんか? *失敗しても笑っちゃおうを合言葉にEnjoy♪+脳トレ

日時 1/15・22、2/5・19、3/4 (月曜日5回)
13:45~15:45

講師 佐藤 みゆき

受講料 2,500円

- 会場 / 勤労青少年ホーム 2F 集会室AB ●定員 / 10名
- 持参品 / 鉛筆、飲み物 ●募集期間 / 9/14 (木) 8:30~随時

かすみがうら市茶道連合会

表千家7代目如心斎の元で修業した川上白が流祖の表千家不白流です。4回目は本格的な茶室、道友庵で「はなびら餅」を食し、抹茶を楽しみます。

日時 12/10・17・24、1/7 (日曜日4回)
10:00~12:00

講師 家元師範 久保田 宗幸

受講料 2,000円

- 会場 / 働く女性の家(研修室1・2) ●定員 / 8名
- 持参品 / なし ●募集期間 / 9/14 (木) 8:30~随時



講座担当窓口

はがき

下稻吉中地区公民館

問い合わせ

〒315-0065 かすみがうら市上佐谷 991-5
TEL : 0299-59-5252 FAX : 0299-59-5253

スマホでキャッシュレス決済

キャッシュレス決済の利点・欠点を解説後、PayPayの安全な設定と使い方をゆっくり分かりやすく説明します。銀行口座を用意する必要はありません。コンビニからのチャージ、使用できるお店で支払いができるようになります。

日時 1/11・18、2/1・8・22・29 (木曜日6回) 13:30~15:30

講師 デジタルサポートオフィス代表 片岡 秀典

受講料 2,000円、教材費500円

- 会場 / ウエルネスプラザ ●定員 / 16名
- 持参品 / スマホ(タブレットは不可)、筆記用具
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30~随時



免疫アップ! 自力整体

自力整体は治療師の施術を受けるのではなく、自分で行える整体です。膝や腰が痛い方・体が硬い方でも無理なく参加できます。姿勢や足腰の痛みや凝りの改善などの変化が実感できます。自律神経を整えて深い睡眠を誘い免疫力をアップして、寝たきりにならない介護不要の体作りを目指します。

日時 10/24、11/14・21、12/5・19 (火曜日5回) 10:00~11:30

講師 自力整体ナビゲーター 間山 泰子

受講料 1,600円

- 会場 / 千代田公民館 ●定員 / 10名
- 持参品 / ヨガマット、輪っかタオル(貸出し可能)、飲み物
※動きやすい服装でご参加ください。
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30~随時



眠活講座

睡眠の質に問題を感じている方に、脳への血流を安定させるメンテナンスを行って頂くと、睡眠の問題が改善する。また同時に慢性的な疲労感や頭がすっきりしないなどの症状が改善することが少なくありません。睡眠の問題で悩んでいる方や、慢性的な不調を感じている方にオススメの、睡眠の質を向上させて疲労回復、活力を高める為の講座です。

日時 1/17・24・31、2/7・14 (水曜日5回) 10:00~11:30

講師 鍼灸マッサージ師 深山 陽

受講料 2,500円

- 会場 / 千代田公民館 ●定員 / 12名
- 持参品 / 軽装(リラクセス出来る楽な格好。ジャージ等)
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30~随時



冬の温活薬膳

薬膳は、目的・季節・体質・体調・ライフスタイル等に合せたオーダーメイドの食事です。普段の食材や調味料で作れます。難しいことはありません。食材や心身のはたらきを意識して美味しく食べることがポイントです。楽しく美味しく学びましょう。

日時 12/8、1/12、2/9 (金曜日3回) 10:00~13:00

講師 薬膳研究家 井上 舞衣

受講料 1,500円、教材費3,000円

- 会場 / 千代田公民館 ●定員 / 12名
- 持参品 / 筆記用具、エプロン、三角巾、ハンドタオル、食器拭き用布巾
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30~12/1 (金) 17:15
- 注意事項 / 12/3以降のキャンセルは教材買取りとなります。

バリスタチャンピオンによるコーヒー教室

ハンドドリップでの基本的な淹れ方とアレンジコーヒー作りを学び、家庭で美味しくコーヒーを淹れるコツを習得する初心者向けの講座です。美味しいコーヒーを淹れるコツをバリスタチャンピオンが伝授! 受講後は自分で淹れたコーヒーがより美味しくなること間違いありません!

日時 12/9 (土) 14:00~15:30

講師 コーヒーマイスター(2006ジャパンバリスタチャンピオン) 小池 美枝子

受講料 500円、教材費1,200円

- 会場 / 千代田公民館 ●定員 / 12名 (大人向けですが、子供の参加もOKです。中学生以上は一人での参加もできますが、小学生以下は保護者の同伴が必要です(親子2人で1人扱い。))
- 持参品 / エプロン、筆記用具 ●募集期間 / 9/14 (木) 8:30~11/30 (木) 17:15
- 注意事項 / 12/5以降のキャンセルは教材買取りとなります。

おまわりさんが教える防犯対策教室

かすみがうら市内においては、二セ電話詐欺、自動車盗難、空き巣等の犯罪が発生しています。自分や家族等が犯罪被害にあわないためにはどうしたら良いか、効果的な防犯対策をおまわりさんが伝授します。

日時 11/28 (火) 10:00~11:30

講師 土浦警察署

受講料 無料

- 会場 / やまゆり館 ●定員 / 12名 ●持参品 / 筆記用具
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30~随時



霞ヶ浦中地区公民館

問い合わせ

〒300-0134 かすみがうら市深谷 3719-1(あじさい館内)
TEL : 029-897-0564 FAX : 029-898-2965生ごみリサイクル！
EMぼかし容器を活用しよう

皆さんは家庭で出た生ごみをどのように処分していますか？EM菌を使って家庭でできる身近なリサイクルに挑戦しましょう。受講者には専用の容器1基をプレゼント！

日時 11/18(土) 13:30～15:00

講師 市家庭排水浄化推進協議会
会長 飯塚 敏夫

受講料 無料

- 会場 / あじさい館 会議室1・2
- 定員 / 25名 ●持参品 / 筆記用具
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/27(金) 17:15

楽しく学ぶ！認知症予防講座

安心したセカンドライフをおくるために、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。また、エンディングノートの活用についても紹介します。

日時 2/7・14(水曜日2回)
10:00～11:00

講師 明治安田生命

受講料 無料

- 会場 / あじさい館 会議室1・2
- 定員 / 20名 ●持参品 / メモ帳、筆記用具
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～1/12(金) 17:15

茶の湯に親しもう

初心者の方を対象とした茶道の基本講座です。全く初めての方や少しやられていたがまた始めてみたい方などの参加をお待ちしております。この機会に日本の伝統文化に触れ、季節を愛でながら心むむとときをご一緒にみませんか。

日時 10/29、11/12・19・26、12/3
(日曜日5回) 13:30～15:30

講師 裏千家助教 稲生宗静

受講料 2,500円 教材費1,500円

- 会場 / あじさい館 茶室 ●定員 / 10名
- 持参品 / 白いソックス、あるいは茶道お稽古セット(扇子、帛紗、懐紙、菓子切等)
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/6(金) 17:15

図書館活用術

図書館をもっと身近に活用してみませんか。2回とも同じ内容です。希望日をお選びください。

- ①図書館サービスの内容。 **日時** 11/9(木)・11/14(火) 13:30～15:00
- ②ホームページから本の検索・予約。 **講師** 図書館司書 市立図書館職員
- ③電子図書館の利用方法。 **受講料** 無料

- 会場 / かすみがうら市立図書館 ●定員 / 各4名
- 持参品 / 図書館利用カード(または本人確認できる書類)、スマートフォン(お持ちの方)、筆記用具
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/20(金) 17:15

スマホ写真の活用とパソコン基礎講座

スマホの写真をパソコンに取り入れ、Wordでアルバム編集やハガキ作成を分かりやすく解説します。自分の興味として、お祝いの贈り物として、挨拶状の代わりに多種多様な作品が仕上がります。スマホ・パソコンをご持参ください。

日時 11/15・22・29、12/6・13・20(水曜日6回) 10:00～12:00

講師 デジタルサポートオフィス代表 片岡 秀典

受講料 2000円 教材費500円

- 会場 / あじさい館 研修室2 ●定員 / 20名
- 持参品 / パソコン、筆記用具、スマホ
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/20(金) 17:15



スチロールオブジェ講習会

スチロールに布地を挟み込んでいくヨーロッパ発祥の手軽に作れて楽しい手芸です。10月はクリスマス飾り、11月は正月用の玄関飾り、12月はひな祭り用のお雛様(台皿付)を作成します。講習に使用する道具類は、こちらで全てご用意し、貸出します。

日時 10/24(火)、11/29(水)、
12/7(木) 10:00～11:30

講師 Studio Blue Harmony 主宰
カービング&フラワーアーティスト
YUKARI

受講料 2,000円 教材費5,000円

- 会場 / あじさい館 研修室1 ●定員 / 10名
- 持参品 / メモ帳、筆記用具
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/27(金) 17:15

手作り味噌講座

麹味噌蔵元直伝の美味しい味噌作り講座。塩加減、仕込み、熟成等を分かりやすく丁寧に教えます。「あなたが作った味噌」をお持ち帰り！1年後には、美味しい麹味噌になります。

日時 2/17(土) 9:30～12:30

講師 秋葉糀味噌醸造株式会社
秋葉 節夫(あさば せつお)

受講料 300円 教材費4,800円

- 会場 / あじさい館 調理室 ●定員 / 24名
- 持参品 / エプロン、タオル、筆記用具
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～1/26(金) 17:15

●注意事項 / 当日キャンセルは大豆の匂いが変わってしまうため、材料の買い取り及び当日中の受け取りが必須となります。また、食事等は行いません。



カタリーヌフラワー籠アレンジ講座

カタリーヌフラワーは、空気中の有害物質を分解し消臭、抗菌、抗ウィルスに優れたハイブリッド加工をアーティフィシャルフラワーに加工したお花です。当日は、消臭効果の簡単な実験をしたいと思います。

日時 10/26(木) 10:00～12:00

講師 カタリーヌフラワー認定講師
金住 富子

受講料 500円 教材費3,000円

- 会場 / あじさい館 会議室5 ●定員 / 8名
- 持参品 / ハサミ(紙が切れる物)・ワイヤー切りハサミ(無い場合貸出あり)
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/6(金) 17:15

今から、取り組もう！
防災講座

地震や台風・大雨など、災害の備えは重要です。「日々の備え」から、家族の防災力を高めるためのポイントなどをご紹介します。

日時 11/10・17・24(金曜日3回)
10:00～11:00

講師 明治安田生命

受講料 無料

- 会場 / あじさい館 会議室1・2
- 定員 / 20名
- 持参品 / メモ帳、筆記用具
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/20(金) 17:15



千代田義務教育学校地区公民館

問い合わせ

〒315-0065 かすみがうら市上佐谷 991-5
TEL: 0299-59-5252 FAX: 0299-59-5253

手作り減塩味噌講座

塩分半分、熟成が早く、お鍋やお餅にもぴったりの白味噌（約8.5kg）を作りましょう。塩分を加えれば普通のお味噌にもなります。

日時 12/3 (日) 9:30～12:30

講師 秋葉糀味噌醸造株式会社 秋葉 節夫

受講料 300円、教材費 4,800円

- 会場 / 千代田公民館
- 定員 / 24名（大人向けですが、子供の参加もOKです。中学生以上は一人での参加もOK。こねるのに力が必要なので小学生以下は保護者の付き添いが必要です。）
- 持参品 / エプロン、タオル、筆記用具
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30～11/28 (火) 17:15
- 注意事項 / 当日キャンセルは、大豆の匂いが変わってしまうため、材料の買い取り及び当日中の受け取りが必須となります。また、食事等は行いません。

お腹スッキリ！姿勢キレイ！
「骨盤スリムピラティス」

骨盤調整ストレッチで体のゆがみを整え、姿勢改善＆お腹引き締め！尿もれや頻尿予防にも効果的です。さらに胸式呼吸で免疫力アップ！

日時 10/16・23、11/6・13・20、12/4・11・18、1/15・22 (月曜日10回) 13:30～14:30

講師 PFAピラティス・ヨガアドバンスコーチ 荒井 浩子

受講料 5,000円

- 会場 / 千代田公民館
- 定員 / 12名
- 持参品 / ヨガマット（又はバスタオル）、飲み物、タオル
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30～随時



免疫アップ！ヨガ

呼吸を意識しながらゆっくりとポーズをとるので、初心者の方や体が硬い方も自分のペースで参加できます。終わりに今注目の心と体の健康法「瞑想」も行うことで心身ともにスッキリし、ストレス低減・自律神経を整える効果・免疫アップなどの効果がさらに期待できます。

日時 11/20・27・12/4・11・18 (月曜日5回) 10:00～11:30

講師 ヨガインストラクター 鈴木 綾子

受講料 2,500円

- 会場 / 千代田公民館
- 定員 / 12名
- 持参品 / 汗拭きタオル、飲み物、バスタオル又はブランケット、あればヨガマット ※締め付けのない動きやすい服装でご参加下さい。
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30～随時

楽しく、健康的な体づくり
筋力トレーニング&ストレッチ

筋トレは毛細血管を増やし、有酸素運動は血流を促進し、両方を組合せて行くと免疫アップに有効と言われています。道具を使わず自分の体重で手軽にできる自重筋トレと有酸素運動を組合せて行います。運動経験なくても大丈夫です。

日時 10/25、11/15・22、12/13・20 (水曜日5回) 10:30～11:30

講師 レスリングフリースタイル48キログ級元日本代表 戸井田 昌教

受講料 2,500円

- 会場 / 千代田公民館
- 定員 / 12名
- 持参品 / 室内シューズ、汗拭きタオル、飲み物、ヨガマット
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30～随時



キックボクシングエクササイズ

キックやパンチでミット打ち！脂肪燃焼！筋力アップ！ストレス発散！

日時 11/8・29、12/6 (水曜日3回) 19:00～20:00

講師 ゆうり

受講料 1,500円

- 会場 / 千代田公民館
- 定員 / 10名（大人向けですが、子供（小学生以上）の参加もOKです。）（体力に自信のない方はご遠慮下さい。また、本格的にパンチ力を鍛えている格闘技経験者はご遠慮下さい。）
- 持参品 / 室内シューズ、軍手、飲み物、タオル
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30～随時



手作りしめ縄講座

お正月を、手作りのしめ縄（玄関飾り）で迎えてみませんか。自然素材で作る本格的なしめ縄です。

日時 12/23 (土) 9:00～12:00

講師 埜 富治

受講料 300円、教材費 1,600円

- 会場 / 千代田公民館
- 定員 / 12名
- 持参品 / 作業のできる服装、剪定ばさみ
- 募集期間 / 9/14 (木) 8:30～12/14 (木) 17:15



歴史博物館

問い合わせ

〒300-0214 かすみがうら市坂 1029-1
TEL : 029-896-0017 FAX : 029-896-1168

霞ヶ浦学講座

母なる湖「霞ヶ浦」が育んだ歴史と文化を各種専門の講師から学びます。

日時 12/10、1/14、2/11 (日曜日3回)
13:30～15:00

講師 歴史博物館館長(学芸員) 千葉 隆司 ほか

受講料 300円

- 会場 / 歴史博物館研修施設
- 定員 / 30名
- 持参品 / なし
- 募集期間 / 9/14 (木) 9:00～随時

古墳に残る伝説巡りバスツアー

昔話や言い伝え、伝説の残る古墳をバスでめぐります。

日時 12 / 17 (日) 13:30～16:00

講師 歴史博物館 稲生 美歩

受講料 100円

- 会場 / 古墳の現地 (歴史博物館集合)
- 定員 / 20名
- 持参品 / 歩きやすい服装、防寒具
- 募集期間 / 9/14 (木) 9:00～随時



牛渡牛塚古墳

筑波山地域ジオパーク
筑波ジオパークの中核拠点

つくば市で筑波山ジオパークの中核拠点としてつくば市北条に「筑波山ゲートパーク」の施設を整備しました。ジオパーク専門員の説明を聞きながら施設を見ながらジオパークについて学ぶバスを使ったジオツアーになります。

日時 12/3 (日) 8:30 出発、12:00 帰着予定
(霞ヶ浦庁舎出発・解散)講師 筑波山地域ジオパーク推進協議会 ジオパーク専門員
小野 哲矢

受講料 100円

- 会場 / 筑波山ゲートパーク
(つくば市北条:旧筑波東中学校)
- 定員 / 30人
- 持参品 / 筆記用具
- 募集期間 / 9/14 (木) 9:00～11/16 (木)
16:30



地区史跡学習会

かすみがうら市の歴史を地区ごとに散策しながら学びます。

①安食、②上佐谷、③上軽部

日時 ① 10/28 ② 12/2 ③ 2/10 (土曜日3回)
13:30～16:00

講師 学芸員 大久保 隆史

受講料 100円

- 会場 / 遺跡や史跡・名勝などの現地
- 定員 / 20名
- 持参品 / 動きやすい服装
- 募集期間 / 9/14 (木) 9:00～随時



上軽部鹿島神社

市民学芸員養成講座

かすみがうら市の魅力情報である①遺跡、②自然、③祭り、④歴史人物、⑤地域資源を学び、まちづくりプロデューサーを養成します。

日時 10/29、11/26、12/24、1/21、2/18 (日曜日5回)
13:30～15:00

講師 歴史博物館館長(学芸員) 千葉 隆司 ほか

受講料 100円

- 会場 / 歴史博物館研修施設
- 定員 / 10名
- 持参品 / なし
- 募集期間 / 9/14 (木) 9:00～随時



市民学芸員と歩く風返古墳群

市を代表する古墳群「風返古墳群」。風返稲荷山古墳の出土品が国指定文化財となり、注目を集めています。市民学芸員の解説付きで、ゆっくり散策してみませんか。

日時 11 / 25 (土) 13:30～16:00

講師 市民学芸員

受講料 100円

- 会場 / 古墳の現地 (集合場所は別途通知)
- 定員 / 20名
- 持参品 / 動きやすい服装
- 募集期間 / 9/14 (木) 9:00～随時

講座担当窓口

直接申込

簡易申請

あじさい館

問い合わせ

〒300-0134 かすみがうら市深谷 3719-1(あじさい館内)
TEL : 029-897-0511 FAX : 029-898-2965

あじさい館トレーニングマシン講習会



トレーニングマシンの正しい使い方や効果的な運動方法の指導、トレーニングメニュー作りのお手伝いをします。

日時 11/6(月)14:00～16:00

講師 健康運動指導士

受講料 500円

- 会場 / あじさい館 トレーニング室
- 定員 / 12名 * 15歳(高校生)以上で、医師に運動を禁止されていない方
- 持参品 / 運動できる服装、上履き、タオル、飲み物
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～10/31(火) 17:15



講座担当窓口

簡易申請

スポーツ振興課

問い合わせ

〒300-0134 かすみがうら市深谷 3719-1(あじさい館内)
TEL : 029-898-9907 FAX : 029-898-2965

雪入トレッキング(後期)



雪入山の四季折々の自然の中、自然観察しながらトレッキングしてみませんか。コースは2時間程度のルートを用意しております。

日時 10/21(土) 9:00受付
9:30～12:00(所要時間2時間)

講師 NACS-J 自然観察指導員 川崎 慎二

受講料 200円

- 会場 / 雪入ふれあいの里公園
- 定員 / 15名
- 持参品 / 歩きやすい服装、飲み物、タオル
- 募集期間 / 9/14(木) 8:30～9/29(金) 17:15



親子ランニング教室



親子を対象にしたランニング教室を開催します。基本から応用までの練習方法を学び、お子さんと一緒に体を動かして、色んなマラソン大会に出場してみませんか。

日時 11/11・18(土曜日2回) 予備日12/2(土)
13:30～15:30

講師 スポーツ推進委員(JAAF公認 Jr.陸上指導員)
塩谷 二郎

受講料 1人 1,000円

- 会場 / あじさい館コミュニティ広場
- 定員 / 小学校1年生～6年生の親子 家族15組
- 持参品 / 動きやすい服装、飲み物、タオル、帽子
- 募集期間 / 10/2(月) 8:30～10/16(月) 17:15



講座担当窓口

直接申込

雪入ふれあいの里公園

問い合わせ

〒315-0069 かすみがうら市雪入 452-1
TEL: 0299-59-7000 FAX: 0299-59-7373

冬のバードウォッチング

ウソヤルリビタキなどの小鳥類、池に集まるカモ類などを中心に観察します。

日時 1/14(日) 9:00～11:00

講師 NACS-J 自然観察指導員 川崎 慎二

受講料 200円

- 会場 / 雪入ふれあいの里公園
- 定員 / 20名
- 持参品 / あれば双眼鏡(貸出あり)
- 募集期間 / 9/14(木)9:00～随時



星座観察会

星座観察の穴場、雪入ふれあいの里公園から、三日月と秋の星座、土星、木星などを観察

日時 10/28、12/16(土曜日2回) 18:00～20:00

講師 坂東郷土館ミュージズ天体観望講師 細谷 正夫

受講料 300円

- 会場 / 雪入ふれあいの里公園
- 定員 / 25名
- 持参品 / 懐中電灯
- 募集期間 / 9/14(木)9:00～随時



秋の昆虫ウォッチング

トンボやバッタ類など秋の昆虫を中心に観察します。

日時 10/15(日) 9:00～12:00

講師 NACS-J 自然観察指導員 柄澤 保彦

受講料 300円

- 会場 / 雪入ふれあいの里公園
- 定員 / 25名
- 持参品 / 虫取り網、虫かご
- 募集期間 / 9/14(木)9:00～随時



ミニシクラメンの苔玉作り

かわいいミニシクラメンのポット苗とハイゴケを使って苔玉を作ります。

日時 11/5・26(日曜日2回) 9:00～11:00

講師 造園技能士 川崎 慎二

受講料 500円(苔玉1つ制作)

- 会場 / 雪入ふれあいの里公園
- 定員 / 20名
- 持参品 / エプロン、タオル
- 募集期間 / 9/14(木)9:00～随時



おもしろい石をさがそう

くらしの身近なものに使われている鉱物についての学習と、雪入に産するめずらしい鉱物をさがし観察します。

日時 2/4(日) 9:00～12:00

講師 日本地質学会会員 矢野 徳也

受講料 300円

- 会場 / 雪入ふれあいの里公園
- 定員 / 25名
- 持参品 / あればルーペ
- 募集期間 / 9/14(木)9:00～随時



講座担当窓口

はがき

直接申込

社会福祉協議会

問い合わせ

〒300-0121 かすみがうら市栄倉 5462 (ウエルネスプラザ内)
TEL: 029-898-2527 FAX: 029-898-3523

災害ボランティア養成講座

災害ボランティアには、力仕事から事務作業、心のケアなど様々なものがあります。災害現場で活動する上での、正しい知識や心構えを学びましょう。

日時 1/15(月) 9:30～11:30

講師 茨城県社協 防災活動アドバイザー 米沢 智秀

受講料 500円

- 会場 / ウエルネスプラザ202・203
- 定員 / 40名
- 持参品 / 筆記用具
- 募集期間 / 9月14日(木)8:30～1月10日(水)17:15

