



特集

生涯をとおして学ぶ喜び



いつでも、どこでも、誰にとっても学びは欠かせないものです。学校教育、家庭教育、社会教育、文化活動、スポーツ活動、ボランティア活動、趣味など、人々が生涯にわたって行うさまざまな学習のことを「生涯学習」といいます。

生涯学習には、一人ひとりの人生を豊かにする・学びの中で人々の交流が生まれる・学んだことが評価されることで生きがいを感じ、住みよい地域社会につながるなどの効果が期待されます。

今月号では、その活動の場となっている市立公民館の講座に注目します。

02 料理教室



旬の食材を使い季節を感じられる「料理教室」。料理は生活に彩りを与え、栄養満点な食事は、健康な身体を作ります。

みなさんも一緒に「いただきます」をしませんか？

●メニュー

- 旬の食材を使った家庭料理
- 郷土料理
- 味噌づくり など

- 新しい趣味を持ちたい
○楽しい食事がしたい
○料理で誰かを喜ばせたい
○レパートリーを増やしたい

こんな人に
オススメ！



インタビュー② 実は料理より...



▲写真左から尾田さん、前田さん、今西さん、角元さん、勝山さん、川口さん、山口さん
男性塾の皆さん

03 手芸教室



自分のペースで、充実した時を味わえる「手芸教室」。同じ趣味を持つ人と時間を共有することで絆も育まれます。世界に1つ、あなただけの作品を作りませんか？

●メニュー

- 裁縫
- 編み物
- 紙細工
- 寄せ植え
- フラワーアレンジメント など

- ものづくりに没頭したい
○技術を身につけたい
○達成感を味わいたい
○同じ趣味の人とつながりたい

こんな人に
オススメ！



星鹿公民館で開催されている「男性塾」に参加しています。男性塾は平成22年頃にはじまりました。旬の食材を使い季節を感じられる料理を作っています。

集まるメンバーの年齢も料理の腕前もさまざま。月に一度、「腰が痛い」「膝が痛い」なんて言いながらも、わいわい楽しく料理をしています。家庭で作れる料理が増えるのはもちろん、世代を超えて昔の話を聞けるのも、この講座のいいところです。

料理を作るのも楽しいけれど、やっぱりみんなで完成した料理を囲んで、おしゃべりしながら食べる時間がいちばんの楽しみ。

月に一度のこの時間を心待ちにしながら、これからもずっと続けていきたいと思っています。

あなたの学びをサポート

8 館共通の 公民館講座



個性豊かな公民館職員がご紹介！
笑顔でご来館をお待ちしています

講座に参加するには？

各市立公民館では、毎月さまざまな講座を開設しています。

内容は、公民館で異なりますので「公民館だより」をご覧ください。各公民館へお問い合わせください。



▲公民館
ホームページ

— 市立公民館への問合せ —

中央 ☎ 73-0711 御厨 ☎ 75-0033

星鹿 ☎ 75-1630 上志佐 ☎ 72-0315

調川 ☎ 72-3062 今福 ☎ 74-1669

福島 ☎ 0955-47-2006

鷹島 ☎ 0955-48-2049

※午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分

01 健康づくり教室



誰でも気軽に参加できる「健康づくり教室」。
人生を楽しく豊かに過ごしていくためには、
健康が第一です。一步踏み出して参加してみませんか？

●メニュー

- リフレッシュ・コンディショニング
- スクエアステップ ○ウォーキング
- ニュースポーツ など

オススメ！
こんな人に

- 健康を維持したい
- 楽しく汗を流したい
- ストレスを発散したい
- 仲間とおしゃべりしたい



インタビュー① 講座をとおして出来た出会い



▲写真左から川本さん、吉元さん

川本 清子さん（御厨町・87）

吉元 キムさん（御厨町・91）

約 15 年前、友人に誘われて御厨公民館の講座に参加しました。それまではお互い顔見知り程度でしたが同じ時間を共有する事で次第に打ち解け、今ではかけがえのない友人です。

始めは、習字教室だけでしたが優しい公民館職員の誘いもあって、手芸教室にも参加するようになり公民館の主催講座だけではなく、自主グループでも活動しています。

みんなとおしゃべりしながら、楽しい時間を過ごしていると若返った気持ちになります。

年を取って講座をやめようかなと思ったこともありますが、みんなの支えがあり続けられています。元気なうちはこれからも続けていきたいです。