

まなびゼミ

受講者募集

「土浦市人材バンク」登録者が講師となって、おためし講座を開催します！

日	講座名	対象※	氏名	時間	定員(人)	受講料
7/21 (日)	脚・腰負担軽減 ノルディックウォーキング	一般男女	丸島秀明	9:30～11:30	20	-
	Let's Cooking！親子丼をつくろう	小学生	土浦友の会 森ひろみ	10:00～12:00	12	500円
	自分を知ってより良い人生を！ 東洋学（運星学）講座	中学生～一般	黒田真里	10:00～12:00	20	100円
	夏休み切り抜き版画体験	小学4年生以上	黒川英一	13:30～15:30	10	500円
	夏休み子ども書道教室	小学生～中学生	丸山恵雲	14:00～15:30	10	-
	楽譜が読めなくても弾ける！ 初めてのピアノ伴奏体験	一般男女	伊藤悦子	14:00～15:30	3	500円
7/23 (火)	木のおもちゃを作ろう	どなたでも※	水野直樹	10:00～11:30	20	200円
	楽しく学ぼう杖道 ～ 一生動ける体作りを ～	どなたでも※	清水勝政	13:00～14:30	30	--
	楽しく描こう！似顔絵講座	中学生～一般	菊田久也	13:30～15:30	10	500円

※ 小学校2年生以下は保護者同伴

◆会場 生涯学習館（土浦市文京町9-2）

※「Let's Cooking！親子丼を作ろう」は一中地区公民館（土浦市大手町13-9）

◆申込方法 ①申込フォーム ②電子メール（manavi@city.tsuchiura.lg.jp）

※メール受信制限をしている場合は、受信ができるように設定してください。

③往復はがき

◆申込時記載事項

- ①希望講座名 ②氏名（ふりがな） ③年齢 ④郵便番号 ⑤住所
⑥電話番号 ⑦メールアドレス(申込フォーム・メール申込者のみ)

◆申込期限 令和6年7月1日（月）（必着）



申込フォーム

【申し込み・お問い合わせ】 土浦市教育委員会生涯学習課

〒300-0036 土浦市大和町9-2 ☎029-826-1111（内線5114）

【往復はがき記入例】

□	3000-0036	
(往信)	土浦市教育委員会生涯学習課 行	何も記入しないで ください。
(往信・表)	土浦市大和町9-2	(返信・裏)

□	□□□□	
(返信)	申し込み住所の郵便番号	希望講座名（ ）
(返信・表)	氏名（ふりがな） 住所・電話番号	まなびゼミ希望 （ ）
		(往信・裏)

まなびゼミ 講座内容

脚・腰負担軽減 ノルディックウォーキング

専用のポールを両手に持って近辺を歩きます。普通のウォーキングに比べ、体力づくりに効果があります。また、ポールを使ってストレッチをすることで、肩や首のコリの解消や、姿勢の改善にもつながります。



持ち物：歩きやすい靴、水筒、帽子、軍手、タオル

Let's Cooking！親子丼をつくろう

小学生対象の料理教室です。親子丼のほか、小鉢やデザートを作ります。夏休みのお昼ご飯作りを担当できるようになります。



持ち物：エプロン、三角巾、手ふき、筆記用具

自分を知ってより良い人生を！ 東洋学（運星学）講座

生年月日から「星」を出すことで自分や相手を知ることができます。また、どのように生きるべきか、生き方についてを学ぶ講座です。



持ち物：筆記用具

夏休み切り抜き版画体験

カッターナイフで紙を切り抜き、型を作成した後、色をつけて作品を作ります。フレームに入れて、夏休みの工作作品が出来上がります。



持ち物：カッターナイフ、カッティングマット

夏休み子ども書道教室

夏休みの宿題に、書道はいかがですか？添削、指導します。（半紙サイズのみ）

持ち物：書道用具、半紙、新聞紙、課題 ※汚れても良い服装でお越しください



楽譜が読めなくても弾ける！ 初めてのピアノ伴奏体験

楽譜が読めなくても、初めて楽器をさわる方でも、ピアノで歌の伴奏ができるようになります。シニア・初心者向けの講座です。



持ち物：なし

木のおもちゃを作ろう

部品を組み立て、ミニカー・動物・箱などを完成させます。楽しい「ものづくり」が体験できます。



持ち物：持ち帰り用の袋

楽しく学ぼう杖道 ～一生動ける体作りを～

杖道は、宮本武蔵を破ったと言われる夢思権之助が創始した、杖術を起源とする古武術です。年齢や体格、性別を問わずできるのが特徴で、体と脳の活性化に役立ちます。



持ち物：なし
※運動ができる服装でお越しください

楽しく描こう！似顔絵講座

ちょっとしたコツをつかめば、簡単に似顔絵を描くことができます。有名人や身近な人の似顔絵を描いてみましょう。

持ち物：えんぴつ、消しゴム、描いてみたい人の写真など



開催日時・会場・申込方法は、表面をご覧ください

※各講座、定員を超えた場合は抽選になります。また、申込少数のときは中止となることがあります。