



▲市ホームページ

ID1017446

中央公民館（いきいきプラザ）

①楽しく描くえんぴつ画(6回) 講師 田中 俊光 氏(T's アートスクール講師)

鉛筆画の基礎から応用まで身近な題材で楽しく描いていけるよう指導していきます。
※当教室初参加であること、初心者優先
【日時】10/1・15 11/5・19 12/3・17(水)午前9時30分～11時30分
定員10人 受講料3,000円 教材費1,500円(6回分)

②どうする！？ウクレレ(6回) 講師 高橋 和香 氏(ウクレレインストラクター)

苦手な譜面も学びつつ、おしゃれで楽しいウクレレを弾きましょう♪経験は不問です。「熱海市歌」やクリスマスソングを中心にレッスンします。
【日時】10/1・15 11/5・19 12/3・17(水)午後1時15分～3時15分
定員12人 受講料3,000円 教材費500円(6回分) ウクレレ貸出料500円(1回)

③投資を含めたお金の知識(6回) 講師 鈴木 勉 氏(2級FP技能士・宅地建物取引士)

インフレ、年金などの経済的不安が高まる中、投資を含めたお金に関する知識を高めて不安を解消し、生活を豊かなものにしていきましょう。
【日時】10/2・9・16・23・30 11/6(木)午後7時～8時
定員10人 受講料3,000円 教材費なし

④80代90代になっても元気に過ごそう！ヨガを取り入れた健康リズム体操(6回) 講師 塩谷 陽向思 氏(ベストセレクトヨガ熱海代表)

体力や柔軟性に自信がなくても参加できるリズム体操&やさしいヨガのクラス。昭和のヒットソングに合わせて体を動かします。健康寿命を伸ばし、明るく元気な毎日を目指しましょう！
【日時】10/23・30 11/6・13・20・27(木)午後1時30分～2時30分
定員15人 受講料3,000円 教材費なし

⑤源氏物語を原文で読む(6回) 講師 白石 幸代 氏(源氏物語愛好家)

源氏物語は洗練された典雅な言葉で織りなされ、さまざまな思いが結晶しています。原文で味わう深さ広さ美しさを丁寧に味読してゆきます。また、朗読して古典に親しみましょう。(百人一首朗読も含む)
【日時】10/14・28 11/11・25 12/9・23(火)午後1時30分～3時30分
定員20人 受講料3,000円 教材費なし

⑥熱海の歴史をひもとく講座(5回) 講師 北川 幹夫 氏(歴史資料管理室研究員)

(古代～中世)走湯権現、源頼朝と熱海ゆかりの人物 (近世)江戸時代の熱海村、古絵図、熱海案内書(近代～現代)明治の熱海、大正・昭和の熱海、熱海と文学者などについて話します。
【日時】10/11・25 11/8・22 12/13(土)午後1時30分～3時
定員20人 受講料1,000円 教材費なし

⑦免疫力を上げる！地魚と野菜料理 茶の湯の心も伝えます!!(4回) 講師 内山 栄二 氏(ふじのくに食の都づくり仕事人336号)

好評いただいている健康食講座。一緒に作って、食べて、片付けて、より良い生活へ。今回は「茶の湯の心を伝える」もテーマに入れ、秋の味からお節まで楽しく学びましょう！
【日時】9/17 10/1 11/5 12/3(水)午前10時～午後1時
定員12人 受講料2,000円 教材費7,000円(調理用食材費4回分)

⑧歩いて分かる熱海の魅力！秋のまち歩き教室！（4回） 講師 熱海まち歩きガイドの会

熱海の名所や史跡を歩き、熱海の風情や歴史・地理などを学びます。秋のまち歩きは、石畳浪漫＋人車鉄道コース、伊豆山コース、伊豆多賀コース、“もじじまつり”熱海梅園コースを巡ります。
【日時】10/7・21 11/4・18(火)午前10時～正午
定員20人 受講料2,000円 教材費なし(コースにより交通費自己負担)

⑨シニア向けスマホ教室～分かりやすいアプリ講座～(4回) 講師 小倉 高代 氏(あたみデジタルスクール代表)

LINE(ライン)の基本操作を中心に、カメラの撮り方・二次元コードの読み込みなどスマホの便利機能を学びます。
【日時】11/5・12・19・26(水)①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時
各定員8人 受講料2,000円 教材費なし

⑩カラオケで楽しむアメリカンポップス♪(3回) 講師 金崎 桐子 氏(中学校英語教員免許保持・子育てアドバイザー)

海外の歌を英語で歌えたらとてもCool！仲間づくりに、またカラオケ大好きな人、私たちと体を動かしたり、英語を発音して人生をより豊かに過ごしませんか？
【日時】10/2 11/6・27(木)午前10時～11時30分
定員15人 受講料1,500円 教材費1,000円(3回分)

⑪英語でハロウィンパーティーをしよう！（1回） 講師 金崎 桐子 氏(中学校英語教員免許保持・子育てアドバイザー)

ハロウィンの本当の意味を理解して、本場で行う遊びやゲーム、ダンスを行います。最後は、お菓子をGet！最高の思い出になるハロウィンパーティーを一緒にしましょう！
【日時】10/18(土)午前10時～11時
定員20人(小学生) 受講料500円 教材費300円(ハロウィンお菓子代)

⑫水彩画「秋の草花を描く」(4回) 講師 大谷 まや 氏(日本画家)

見慣れた草花から季節を感じ、自然の造形や色の美しさを再発見しながら描いてみませんか。
【日時】10/15・29 11/5・19(水)午後2時～4時
定員8人 受講料2,000円 教材費1,200円(4回分)

⑬気功エクササイズと瞑想～ストレスをリリースしよう～(2回) 講師 ちば なおこ 氏(気功インストラクター)

ゆったりとした動きに合わせて呼吸し、ボディとマインドの緊張感を解きほぐしていきます。日常生活のストレスやプレッシャーを解消しリフレッシュしましょう！
【日時】9/11・25(木)午前10時～11時30分
定員10人 受講料1,000円 教材費なし

申込方法 ①窓口で申し込み：生涯学習課(第3庁舎1階)にある申込書に記入し提出してください。
②郵送・FAX・メール：申込書は、市ホームページでダウンロードできます。講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を明記し下記へ送ってください。
(⑨スマホ教室の申し込みは、希望時間・スマホ機種名・スマホ歴も明記)
③申込フォーム：右記二次元コードから申し込みください。
※定員を超える場合は抽選(開催日3週間前)、定員に満たない場合は当日まで受付可



▲申込フォーム

受講料 各教室記載のとおり納付書を送付するので、各講座初回までに納付してください。
※納付後の参加辞退による返金はありません

その他 ■少人数しか集まらない講座は、開講しない場合があります。
■市外在住の人は、定員に余裕がある場合に受講できます。
■実施日・時間帯・会場などは、都合により変更になる場合があります。

問い合わせ 〒413-8550 熱海市中央町1-1 生涯学習課 社会教育室(第3庁舎1階)
TEL 0557(86)6578 FAX 0557(86)6606 E-mail kominkan@city.atami.lg.jp