

令和6年度 地域づくり学習 公民館講座 一覧表【成人対象】

No	実施公民館	事業名	主な内容	対象	募集人数	期間	回数
1	中央	SUKSKで歩いてみよう！山形の歴史に触れて健康づくり	街なか歴史散策(10月)	成人	30	10月	1
2	中央	山形の歴史と文化講座	山形の歴史と文化の講演会(11月・1月)	成人	30	11~1月	2
3	中央	みそ作り講座	みそ作り体験(3月)	成人	15	3月	1
4	中央	初心者向け「財産形成」講座	(明治安田生命MY定期講座) はじめての「お金の育て方」セミナー	成人	20	6月	1
5	中央	女性のためのリフレッシュ講座	ヨガを楽しむ	成人	12	9月	2

6	中央	命を守る防災講座	～座学・防災視点で家の中を見直そう！～(10月) ～実践・もしもに役立つパッキング！(11月)	成人	20	10～11月	2
7	中央	張り子絵付け講座	張り子の絵付け	成人	10	11月	1
8	中央	食べて知る健康講座	スパイスを知る(2月) 薬膳を知る(2月)	成人	12	2月	2
9	中央	新NISA制度について知る講座	新NISA制度について学ぶ(3月)	成人	20	3月	1
10	中央	【第一地区、第四地区】ラフターヨガ講座	ストレス解消とリラックス効果をもたらす、笑いの体操とヨガの呼吸法を組み合わせについて学ぶ(6月)	成人	30	6月	1
11	中央	【第一地区】七日町商店街振興組合共催事業	七日町商店街振興組合との共催で、各店に関係のある講座を開催する(9月～2月)	成人	20	9月～2月	3

12	東部	やまがたを知る	①山形五堰探訪 ②気候変動(気象講座)	成人	20	10~12月	3
13	東部	健康と医療を理解する	足のケアについて	成人	20	6月	2
14	東部	健康と医療を理解する	お口の健康について	成人	20	11~12月	2
15	東部	いきいき百歳体操	【済生会愛らんど地域包括支援センター】 健康づくり体操(第1・3木曜日) 【第八地区】 健康づくり体操(第2・4水曜日)	成人	20	4月~3月	21
16	西部	郷土史を探る講座	(郷土史愛好会と調整中) ※ 講演会3回 (移動学習についても検討)	成人	50		3
17	西部	紙バンドで小物入れ作り講座	初心者を対象とした簡単な小物入れ作り(1月)	成人	10	1月	1

18	西部	楽しく学ぶ！認知症予防講座	①認知症の理解(7/4) ②最適な「MYライフ&エンディング」を考えよう(7/18) ③介護の不安を解決！今から知る・今日から始める介護のそなえ(8/1) 【MY定期講座】	成人	20	7~8月	3
19	西部	西部そば打ち道場	水まわしから包丁切りまでのそば打ち全工程を体験してもらう。 1回目(6/6)	成人	8	6~2月	3
20	西部	極上珈琲の淹れ方講座	珈琲の基礎知識、豆の見分け方、保存方法	成人	8	11月	1
21	西部	お正月の縁起物講座	①手作りしめ飾り(12/8) ②正月の生け花(12/28)	成人	15人*1回 20人*1回	12月	2
22	西部	地域防災講座①	防災支部・避難所運営講習会(7/12)	成人	23	7月	1
23	西部	地域防災講座②	①救急救命講座(10/5) ②防災講演会(3/8)	成人	50	10月~ 3月	2

24	南部	山形自然ものがたり	植物観察会 ①蔵王ペンション村付近の植物観察(6月) ②野草園内の散策と植物観察(9月)	成人	20	6~9月	2
25	南部	南部キッチン	①山形の郷土料理(12月) ②デコ巻き寿司作り(2月)	成人	12人*1回 16人*1回	12~2月	2
26	南部	南部オトナのお気軽教室	①消しゴムはんこ講座(6月) ②金融講座(7月) ③中国茶講座(2月)	成人	12人*1回 20人*1回 12人*1回	6~2月	3
27	南部	栄養学的健康増進講座	健康講座(10月)	成人	30	10月	1
28	南部	南部軽運動部	ストレッチ講座(1月)	成人	20	1月	1
29	南部	南部わくわく生活	癒しの空間づくり、 ~ガーデニングを始めよう~(3月)	成人	20	3月	1

30	南部	歴史散歩	【第五・六地区】 歴史散歩（11月上旬）	成人	10	11月	1
31	南部	南部歴史講座	【第五・六地区】 歴史講座①（12月16日） 歴史講座②（1月20日） 歴史講座③（2月17日）	成人	50	12～2月	3
32	北部	地域の歴史を学ぶ 史跡めぐり	①管内の史跡の現地見学と解説 ②地域にゆかりのある史跡の現地見学 と解説 ③座学による地域の歴史講座	成人	20	6～3月	3
33	北部	山形自然ウォーキング	①悠創の丘周辺散策（初夏） ②野草園でアサギマダラを探そう（秋）	成人	15	6～10月	2
34	北部	「山形県産の大豆と米」でつくる 手作りみそ講座	みそ作り実習	成人	20	10月	1
35	北部	はじめてのそば打ち体験教室	そば打ち実習	成人	10	12月	1

36	北部	地域の防災について	防災支部、自主防災組織及び市避難所の円滑な運営を図るため、図上訓練等を行う。	成人	20	7~11月	1
37	北部	第三地区「大人の寺子屋」	講演会等	成人	40	2月	1
38	北部	「共生社会」をテーマとした講座	【第三・第九地区同内容で各1回】 企画委員会で内容を検討し、それぞれの地区で開催予定。	成人	20	10~3月	2
39	北部	さんさんカフェ	意見交換や情報交換 予防のためのイベントなど	成人	40	8~3月	6
40	江南	江南大人の学び場①	①初心者向け「資産形成」講座(6/8) ②あなたは大丈夫?「フレイル予防」講座2回(7/10,7/24)	成人	30	6~7月	3
41	江南	江南大人の学び場②	③健康教室「おなかの菌学」(8/3) ④「SUKSK生活してますか?」教室(9/11) ⑤「初秋の植物教室」野草園(10/2) ⑥「県産食材を使った手づくりみそ講座」(11/30) ⑦ひょうたんランプづくり(12/21)	成人	30	8~12月	5

42	江南	新春交歓会	①新春の交歓(1月)	成人	160	1月	1
43	霞城	山形再発見ウォーキング講座	上山市西山コース または、坊平高原コース (6/26予定)	成人	20	6~7月	1
44	霞城	手作り味噌講座	味噌作り(10/5)	成人	25	10月	1
45	霞城	霞城そば打ち道場	そば打ち(12/7)	成人	10	12月	1
46	霞城	はじめてのパン作り講座	パン作り(4/22)	成人	8	4月	1
47	霞城	生活実践講座	①季節のスワッグorリース作り(6/1) ②リボンのファーバック(12月)	成人	10	6~12月	2

48	霞城	お正月の彩り伝統講座	①しめ飾りづくり(11~12月) ②祝い花教室(12/28予定)	成人	①16人*1回 ②20人*1回	11~12月	2
49	霞城	新春のつどい	意見交換と交流会(1/11)	成人	150	1月	1
50	霞城	見て知る施設見学会	施設見学(7月)	成人	15	7月	1
51	元木	山形自然観察会	・市内の自然観察(9月)	成人	10	9月	1
52	元木	そば打ち体験講座	・そば打ち(10月)	成人	10	10月	1
53	元木	山形の季節の料理講座	・季節の料理作り(12月)	成人	10	12月	1

54	元木	生活実践講座 「パン作り教室」	・地域の店舗、企業等の専門分野に関する暮らしに役立つ知識を学ぶ(パン作り)(5月)	成人	7	5月	1
55	元木	詩吟体験講座	・詩吟の体験(7月)	成人	10	7月	4
56	元木	軽運動講座 「社交ダンス教室」	・社交ダンス体験(11月)	成人	12	11月	3
57	元木	伝統文化体験講座	・お正月の花を生ける(12月)	成人	10	12月	1