



生涯学習講座

始めませんか？

市では市民の皆さんの学習意欲を高め生涯を通して学習活動を行うためのサポートとして、生涯学習講座を開講しています。主にサンライブで開催され、講座には勤労者やシニア、身体障がい者を対象とした優先講座も設けています。講座によっては託児が利用できるものもあり、子育て中の人でも安心して受講することができます。

今月の特集では生涯学習講座を紹介します。サンライブで新たなことに挑戦してみたいかでしょうか？

生涯学習推進課 ☎34-3111 FAX34-3114



生涯学習講座とは…

5月から7月に行う「春夏講座」、9月から12月に行う「秋冬講座」、1月から3月に行う「新春講座」に分かれ開講されています。講座の内容は時期によって異なり、語学や歴史について学ぶ「国際理解講座」、ビジネスシーンでも活用できるワードやエクセル、スマートフォンについて学ぶ「情報・通信講座」、ヨガやガーデニングなどを行う「生活創造講座」があります。

対象者は…

原則15歳以上(中学生を除く)であれば、どなたでも可。ただし、市内在住・在学・在勤を優先します。



▲多くの講座が開催されるサンライブ

【講座内容紹介】

受講者の声とともに、生涯学習講座の一部をご紹介します。

国際理解講座

ステップアップのための韓国語文法

ネイティブスピーカー講師により、韓国語文法を中心に学習します。老若男女問わず幅広い人が受講しており、少人数クラスなので直接先生に質問することも可能。韓国語の理解を深めるきっかけとしていかがでしょうか？

受講者の声

- ゆっくりと繰り返して教えてもらったのが良かった。
- この講座の続きの講座も開催してほしい。

次回「秋冬講座」の募集は7月です。多くの申し込みをお待ちしています。



情報・通信講座

ゆっくり学ぶスマホ講座

スマートフォンに不慣れな初心者向け講座。補助講師もいるので、分からないことはすぐに聞くことができます。これまでに80歳代の受講者も。スマホの便利な機能を、ゆっくり楽しく学びましょう。

受講者の声

- スマホを新しくしたら、また受講しようと思う。
- 少人数なので質問しやすく、説明も分かりやすい。



生活創造講座

シニアヒップホップダンス

シニア向けのため、ダンスの前はしっかりとストレッチを行います。踊る曲は講座によって違い、懐メロから最新曲までさまざま。少しずつ振りつけを覚え、最後に通して踊ることを目標に練習をします。毎回受講希望者が定員を超える、人気の講座です。

受講者の声

- 身体のおちこちが伸びて、少しずつ筋肉がついた。
- ダンスだけではなくストレッチがあったので、日常でも取り入れました。



春のハンギングバスケット

ハンギングバスケットの基本的な植え方や管理方法、花の選び方を学ぶことができます。新しい品種や、人気の花を扱うことも。自分で花を選ぶことが難しいと感じる人でも、先生が選んだ花を植えるので気軽に参加できます。

受講者の声

- 花について、知らなかったことをたくさん教えていただきました。
- とても楽しく、花の成長が楽しみです。



心と身体のためのヨガ

美しく立つための柔軟性や筋力を養い、自分の意思で身体や心をコントロールできるようにレッスンをを行います。最初はストレッチから始まり、ゆったりした動きなので初心者にもおすすめ。女性だけでなく、男性も申し込みできます。

受講者の声

- リラックスして気持ちよく体が伸ばせました。すごく楽しくテンポもよく、時間があっという間でした。
- 家でも実践してみようと思います。



ご存じですか？ 託児サービス

サンライブには、生涯学習講座を受講する人が利用できる託児サービスがあります。夜間講座など一部対象外の講座もありますが、事前申し込みによりご利用いただくことができます。

対象 講座初回時に満1歳以上の未就学児

定員 1講座につき先着で3人
※新型コロナウイルス感染症の感染状況により、定員数を減らしています。

料金 1回580円



▲サンライブ2階の託児室

託児室のご紹介



▼絵本やおもちゃがたくさん♪ クッションで囲われたコーナーもあるので、つかまり立ちをするお子さんも安心です。



▲託児室専用のこどもトイレ。

利用者さんに聞きました



▲うえのみき上野美紀さん・かなで奏くん親子

サンライブに託児室があることは知っていましたが、初めて入りました。小さい幼稚園みたいで、おもちゃもたくさんあり子どもも退屈せずに過ごせそうだなと思いました。託児の料金が安く、市の施設で行うので安心して利用できます。友達にも勧めたいです。



**生涯学習講座を通して、新たなことに挑戦してみたいかが
でしょうか？ あなたの初めてを応援します！**