





令和6年度 市民学園講座受講者募集

いきいき女性講座

●前年度この講座を受講された方は、定員に満たない場合に限り受付いたします。

回	日時	会場	テーマ	講師
1	5/17(金) 10:00~12:00	学習室 705・706	開講式・オリエンテーション・ わかがり体操	釧路市役所介護高齢課 高齢福祉担当 保健師
2	5/31(金) 9:30~15:15 (雨天決行)	標茶町塘路湖 周辺(バス)	サルルン展望台の景色とアイ ヌ文化に触れる旅	釧路観光ガイドの会 会長 木村 浩章 氏
3	6/21(金) 9:30~16:20 (雨天決行)	浜中町 (バス)	霧多布岬散策による植物観 察	北海道知事認定 アウトドアガイド 津山 ケイ子 氏
4	6/28(金) 9:30~15:30 (雨天決行)	鶴居村 (バス)	ミズゴケ湿原の植物観察と ふるさと情報館の見学	温根内ビジターセンター 指導員 藤原 伸也 氏 鶴居村タンチョウ自然専門員 音成 邦仁 氏
5	7/12(金) 9:30~14:30 (雨天決行)	武佐の森・ 博物館(バス)	武佐の森の散策と釧路市立 博物館の見学をしよう	道東野生植物研究者 高嶋 八千代 氏 釧路市立博物館 学芸員
6	8/2(金) 10:00~12:00	市立美術館	美術鑑賞「奇跡のシールア ート大村雪乃の世界展」	釧路市立美術館 学芸員 武束 祥子 氏
7	8/23(金) 9:30~15:00 (雨天決行)	釧路市・周辺 ロケ地 (バス)	ロケ地で巡る釧路の魅力再 発見～「くしろマチナカ Liner notes」 特別編	釧路新書 ライナー ノーツ 「くしろマチナカ Liner notes」 著者 片桐 茂貴 氏
8	9/6(金) 9:15~14:30 (雨天決行)	音別町「おんぼ ーと」(バス)	富貴紙作りを体験しよう！	音別町「おんぼーと」職員
9	9/27(金) 10:00~11:40	4階 和 室	ソフトヨガで心と体のスト レスを解消しよう	東京瑜伽大学 教授 秋山 洋子 氏
10	10/18(金) 9:30~16:05 (雨天決行)	阿寒町(バス)	松浦武四郎を偲んで～阿寒 路を追って	クスリ凸凹旅行舎 代表 塩 博文 氏
11	10/25(金) 9:30~14:00	厚岸町(バス)	ネパール厚岸で七宝焼き体 験をしよう	ネパール厚岸 職 員
12	11/1(金) 10:00~13:10	6階クッキン グスタジオ	家庭でできるおいしいアッ プルパイ	製菓衛生師 山本 若恵 氏
13	11/22(金) 9:30~12:00	学習室 705・706	ぼっちゃを体験しよう 閉講式・茶話会	釧路市スポーツ振興財団 社会体育指導員 大森 由里子 氏

農園活動・ボランティア(両方希望者のみ): シニア講座わくわくセカンドライフと合同

1	5/23(木) 9:30~14:45 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動1(種蒔き: ジャガイ モ、ダイコン、枝豆、葉物等)	文化振興財団職員 生涯学習推進アドバイザー
2	6/6(木) 10:00~14:45 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動2(雑草取り、間引き)	〃
3	6/20(木) 10:00~14:45 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動3(雑草取り、土寄せ、 間引き、葉物収穫)	〃 
4	7/4(木) 10:00~14:45 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動4(雑草取り、葉物収 穫)	〃 
5	7/18(木) 10:00~14:45 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動5(大根、枝豆収穫)	〃 
6	8/8(木) 10:00~14:45 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動6(ジャガイモ収穫)	〃 
7	8/24(土) 9:30~14:30 (雨天決行)	桜田農園・研 修センター(バス)	農園活動7(トモの収穫体験、人 参収穫、収穫祭)	子ども事業と合同の収穫祭
8	11/9(土)・10(日) 9:30~15:00	まなぼっと	まなトピア2024 ボランティア アスタッフ(希望者)	受付・ゲーム担当スタッフ等

収穫した無農薬野菜は
受講者の皆さんが持ち
帰ります。

- 申し込み: 4月4日(木)~4月30日(火)定員になり次第締切 ●募集人員: 20名(キャンセル待ち5名)
- 期 間: 令和6年5月17日(金)~11月22日(金)全13回(他に自由参加の農園活動等あり)
- 募集対象: 釧路市内在住の女性(山坂を伴う野外歩きができる方。全講座受講が原則。)
- 受講料: 2,430円 ●その他経費: 実習材料費、入館料・茶話会(飲み物・菓子代)等3,000円程度
- 移動は当館バス(まなぼっと号)により交通費はかかりません。
- 受 付: 午前8時50分から午後8時30分まで、電話または釧路市生涯学習センター2階事務室窓口で
お受けいたします。(前年度の受講者は、定員に満たない場合のみ受け付けます。)

一般財団法人釧路市民文化振興財団

釧路市生涯学習センター「まなぼっと幣舞」

電話 41-8181

(月曜日休館)