

※詳細は内側にてご確認ください。

8日(土)

階	会場	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
10	展望室								夕日パレトン&ヨガ・ストレッチ						
8	会議室801				釧路湿原のなかまたち&パズルで発見! とりのひみつ										
	会議室802・803				市民学園講座活動展・室内ミニゲーム										
	学習室703				自分だけの富貴紙ハガキを作ろう!										
7	学習室704				缶バッジ作り&「ぬりえ」をたのしもう		まなトピアを取材せよ! AIと挑むキッズレポーター体験								
	学習室705														
	学習室706						折り紙で魚釣り								
	学習室601		折り紙アート体験会			軽ダンベル体操									
6	学習室602			廃食油から石けんを作ろう											
	クッキングスタジオ		発酵食 “みそづくり”												
5	ハイビジョンシアター		講話「不登校の子と親に関わってきて」		夜間中学 ドキュメンタリー上映会										
	アートスタジオ		やさしい太極拳			柔道整復師が教える足関節のテーピング講座									
4	和室1・2・3			ヨーガ体験		やさしい気功									
	茶室														
3	美術館			ベキタ工作広場		ベキタ工作広場									
	多目的ホール		ストリートサッカー&バドミントン①		ストリートサッカー&バドミントン②										
	大ホール					フラフェスティバル2025									
2	自由広場(ロビー)		開	幕	式	アルミで車を作ろう①	アルミで車を作ろう②	人権擁護委員と一緒に遊ぼう!	アイヌ楽器トンコリで癒されまじょう♪	ユニセフパネル展	みんなの消費生活展	喫茶パティオコーナー			
1	市民展示ホール				くしろの里・み・か 発見伝										
	工芸スタジオA														
B	工芸スタジオB														
	工芸スタジオC														

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00

9日(日)

階	会場	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00
10	展望室														
8	会議室801				釧路湿原のなかまたち&パズルで発見! とりのひみつ										
	会議室802・803				市民学園講座活動展・室内ミニゲーム										
	学習室703				自分だけの富貴紙ハガキを作ろう!										
7	学習室704				まなトピアを取材せよ! AIと挑むキッズレポーター体験										
	学習室705				趣味の切手展・世界と日本										
	学習室706														
	学習室601		スポーツ吹矢 体験会												
6	学習室602			自然治癒力を高める健康法											
	クッキングスタジオ		手打ちそば教室			焼きたてほかほかパン作り体験									
5	ハイビジョンシアター		DVD上映会「世界の母マザーテレサ」他		私たちの身体と微生物と発酵										
	アートスタジオ		やさしい太極拳												
4	和室1・2・3														
	茶室														
3	美術館			ベキタ工作広場		ベキタ工作広場									
	多目的ホール			ポリテクものづくり教室											
	大ホール			音と舞のフェスティバル											
2	自由広場(ロビー)			クリスマスのハーブリースを作ろう	花と遊ぼう	わび・さび・イッブク、いかが!!	ユニセフパネル展	みんなの消費生活展	喫茶パティオコーナー						
1	市民展示ホール			くしろの里・み・か 発見伝											
	工芸スタジオA														
B	工芸スタジオB			初心者陶芸「土と遊ぼう」											
	工芸スタジオC														

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00

第34回 釧路市生涯学習 フェスティバル まなトピア2025



2025
11/8(土)・9(日)

■会場 まなぼつと幣舞

- 主 催：釧路市生涯学習フェスティバル実行委員会
- 共 催：釧路市・釧路市教育委員会・（一財）釧路市民文化振興財団・くしろ市民学園友の会
- 後 援：北海道新聞釧路支社・釧路新聞社・朝日新聞北海道支社・読売新聞釧路支局・時事通信社釧路支局・NHK釧路放送局・HBC北海道放送釧路放送局・STV釧路放送局・HTB北海道テレビ放送釧路支社・UHB北海道文化放送・テレビ北海道・FMくしろ・釧路市医師会・釧路歯科医師会
- 協 賛：釧路信用金庫・北海道コカ・コーラボトリング㈱・王子マテリア株釧路工場・釧路ガス㈱

申込み・問合せ先

釧路市生涯学習フェスティバル実行委員会事務局
釧路市幣舞町4番28号
釧路市生涯学習センター内 TEL0154(41)8181/FAX0154(41)8182

フラフェスティバル2025 8日(土)13:00~15:15

【入場無料】

- フラ・アロハ・ノア 13:00~13:30
- アロハ・フラ・レファ 13:35~14:05
- Hula Oli Mhana 14:10~14:40
- カレイナーブア 14:45~15:15

楽しく踊るフラの演舞をお楽しみください。

音と舞のフェスティバル 9日(日)10:30~15:35

【入場無料】

- ai*Land Baton Club 10:30~10:50
- 創作新民舞踊樋口希納美会 10:55~11:30
- 芳柳流芳柳寿々良日舞の会 11:35~12:15
- 芳柳流寿之桂会 12:20~13:00
- フラメンコロッサス 13:05~13:30
- 釧路ハーモニカを楽しむ会 13:35~14:05
- 沖縄民謡 琉志会 14:10~14:50
- STUDIO Re 14:55~15:35

各団体の日頃の成果の発表です。
繰り広げられる音と舞の競演をご覧ください。

クイズラリーを実施します!

8日(土)・9日(日)10:00~15:00 自由参加
クイズラリーに参加しませんか?各会場にヒントがあります。
全問正解者には景品を進呈!全問不正解でも大丈夫!“2階ロビーに問題用紙”を用意しますので、各会場を巡り答えを記入し8階802市民学園講座活動展会場までおこしく下さい。
※景品の数がなくなり次第終了とさせていただきます

お手数ですが
85円切手を
お貼り下さい

〒085-0836

釧路市幣舞町4番28号
釧路市生涯学習センター内

釧路市生涯学習フェスティバル
実行委員会 行

まなトピア2025
開幕式

《2階ロビー》

8日(土)9:30~10:00

まなトピアのオープニングを飾ります。

観覧自由

喫茶
パティオコーナー

《2階ロビー》

8日(土)・9日(日)
10:00~15:00

美味しいコーヒー他、軽食もあります。

事前に申し込みが必要な催し
(実施団体受付)

●当日定員に余裕があれば参加可能です
実施団体に直接申し込んでください

まなトピアを取材せよ！AIと挑むキッズレポーター体験

申込先090-2818-1928(山本)

8日(土)・9日(日)(7階704号)
8日(土):①13:30~②14:30~
9日(日):①10:00~②11:00~③12:30~
④13:30~⑤14:30~
各回4名/小学4年生以上(以下は保護者同伴可)
無料/体験時間40分
AIを使って取材原稿を作り、当日の催しを突撃取材！ライブ配信します。
NPO法人学習支援ループス

発酵食“みそづくり”

申込先090-7656-4720(小林)

8日(土)9:00~13:00(6階クッキングスタジオ)
一般/40名/材料費5,980円
事前受付で当日までの準備を説明、豆を事前に煮てきてもらい、当日持参の上、会場で樽に詰めて、持ち帰っていただきます。
自然の味をとりもどそう会

アルミで車を作ろう

申込先090-9754-4243(富永)

8日(土)(2階ロビー)①9:30~12:00②13:00~15:00
小学生以下/先着40名(各回20名)/材料費1,000円/体験時間30分
釧路鉄工協会青年部では、アルミで車の模型製作を体験できます。完成品にお絵かき等もできます。
釧路鉄工協会青年部

第34回釧路市生涯学習フェスティバル
「まなトピア2025」
事前募集イベント(まなぼっと受付) 参加申込書

イベント名 (複数記入可)	
希望時間	
氏名	(歳)
電話番号	

イベント名 (複数記入可)	
希望時間	
氏名	(歳)
電話番号	

イベント名 (複数記入可)	
希望時間	
氏名	(歳)
電話番号	

◎事前参加を募集するイベントのみこのハガキでお申し込みください。
(郵送・FAX・持参する等でご提出ください)(受付期間11/4(火)まで)
※複数回に分けて行われるイベントのお申込みを希望される場合は希望時間をご記入ください。
※まなぼっと受付の事前申込は、申込者多数の場合は抽選となります。外れた方のみこちらからご連絡いたします。

当日参加の催し(事前申し込み不要)

クリスマスのハーブリースを作ろう

申込先070-3080-3250(澤田)

9日(日)(2階ロビー)①10:00~②11:00~③12:00~
各回10名/ハサミを使える年齢(保護者同伴可)
/材料費1,000円/体験時間45分
半月型のクリスマスリースを作成します。あわせて道東支部会員の作品展示も行います。
(公社)日本フラワーデザイナー協会道東支部

当日参加の催し
(事前申し込み不要)
(当日会場での受付となります)

折り紙で魚釣り

8日(土)13:30~15:30(7階705・706号)
小学生(1~6年生・保護者同伴で参加可)/先着10名/無料
海の生き物の折り紙、そしてクリップづけ。スタッフ制作磁石付き釣り竿を使って折り紙の釣り大会を開催!
釧路少年少女発明クラブ

缶バッチ作り

8日(土)10:00~12:00(7階704号)
幼児~小学低学年/材料費50円/体験時間10分
4cmの缶バッチを作ります。キャラクターの絵の持参OKです。写真はカラーコピーが最適。
くしろ市民学園友の会

「ぬりえ」をたのしもう

8日(土)10:00~12:00(7階704号)幼児/無料/体験時間20分
キャラクターや絵をクレヨンでクレイにかざろう。画材持参OK。
くしろ市民学園友の会

廃食油から石けんを作ろう

8日(土)10:00~14:00(6階602号)小学生以上/材料費300円
使い古した油に薬品を入れ、よく混ぜて後は1ヶ月以上置いて使用。(説明パンフレット配布)
♀女性会議釧路支部

講話「不登校の子と親に関わってきて」

8日(土)10:30~12:00(5階ハイビジョンシアター)
70名/小学生以上/無料
20年以上の不登校のお子さん・親御さんとの関わりから見えているもの、また娘や孫の不登校から思うことなどお話しさせていただきます。
不登校ひきこもりなどのサポートルーム ハンノキ林

夜間中学ドキュメンタリー上映会

8日(土)13:00~14:00(5階ハイビジョンシアター)
70名/小学生以上/無料
映画「こんばんはII」の上映会。義務教育をしっかりと学び終えてない方々が学び直しを出来る学校。身近に学びを必要としている方の為にも是非ご覧を!
釧路自主夜間中学「くるかい」

柔道整復師が教える足関節のテーピング講座

8日(土)15:30~17:00(5階アートスタジオ)
スポーツに携わる方・選手の保護者・興味がある方/先着20名/材料費600円(見学者は無料)
ケガの施術を専門とする柔道整復師(接骨院・整骨院)が、わかりやすくテーピングの巻き方を公開し教えます。
(公社)北海道柔道整復師会釧路ブロック

ヨーガ体験

TEL0154-42-4077(秋山)でも受付可

8日(土)11:00~12:15(4階和室)
中学生以上/15名/無料
ゆったりしたポーズと瞑想(マインドフルネス)で心と身体がほぐれてストレスも解消していきます。初心者の方も体力に自信のない方も無理なくできるヨーガです。
秋山ヨーガサークル

ストリートサッカー

8日(土)①9:00~12:00②13:00~16:00
(2階多目的ホール)4歳以上/無料/体験時間1回3分
勝負は3分間。股抜きされると即負け。経験不要。運動量は少なく、年齢・性別不問。誰でも楽しめます。
総合型地域スポーツクラブ釧路リベラルティ

パルシュレ(ボール遊び)

8日(土)①9:00~12:00②13:00~16:00
(2階多目的ホール)4歳以上/無料/体験時間1回3分
ボール遊びでコーディネーション能力アップ!運動量よりバランス感覚・連結能力に働かかけます。
総合型地域スポーツクラブ釧路リベラルティ

人権擁護委員と一緒に学ぼう!

8日(土)10:00~13:00(2階ロビー)無料
人権に関するアンケートを実施するほか、アイヌの文様切り絵、人権カルタなどを行います。人権擁護委員と一緒に楽しみましょう。
釧路地方法務局・釧路人権擁護委員協議会

アイヌ楽器 トンコリで癒されましょう♪

8日(土)①11:00~12:00②12:00~13:00
(2階ロビー)無料/体験あり
アイヌ楽器トンコリの優しい音色を聴いてください。きつと癒されるはず♪そしてあなたも弾いてみましょう。
チュフカトンコリ愛好会

くしろの里・み・力 発見伝

8日(土)10:00~16:00 9日(日)10:00~15:30
(1階市民展示ホール)/無料
釧路の魅力について各分野で活動している団体等が一堂に会し、その成果・内容について展示紹介する。
「くしろの魅力・それぞれ発信し隊」連合

ユニセフパネル展

8日(土)・9日(日)10:00~16:00(2階ロビー)無料
SDGsを達成させるために、子どもたちと一緒に活動します。
北海道ユニセフ協会道東支部

みんなの消費生活展

8日(土)・9日(日)10:00~15:00(2階ロビー)/無料
パネル展・みそ作り展・バスボム作り 他
釧路消費者協会

やさしい太極拳

8日(土)・9日(日)10:00~12:00(5階アートスタジオ)
小学生以上/先着10名/無料
ゆるやかな動作で、運動が苦手な方でも取り組みやすい、初心者に人気の簡化(24式)太極拳を行います。
釧路太極拳倶楽部

自分だけの富貴紙ハガキを作ろう!

8日(土)・9日(日)10:00~15:00(7階703号)
材料費200円/体験時間15分
落の皮を原料として作られる和紙「富貴紙」のはがきサイズの紙漉き体験を実施します。
音別富貴紙工房

釧路湿原のなかまたち

8日(土)・9日(日)10:00~16:00(8階801号)
展示見学のみ/無料
日本一広い釧路湿原。そこに生きる生きものたちや釧路湿原に関わる様々な取り組みを紹介します。
釧路湿原自然再生協議会再生普及行動計画オフィス(釧路湿原自然保護官事務所)

市民学園講座活動展・室内ミニゲーム

8日(土)・9日(日)10:00~15:00(8階802号)
無料/体験時間15分程度
まなぼっとわくわく体験隊・いきいき女性講座・シニア講座・釧路学教養講座の活動展発表。大人も子供も楽しめるゲームがたくさん!あなたは何種類制覇できるかな?景品も用意してお待ちしています。
市民学園講座事務局

趣味の切手展・世界と日本

9日(日)10:00~17:00(7階705号)
小学生以上/無料
世界や日本の切手展示。切手収集の方法や保存方法の相談。切手鑑定(世界や日本)。古切手の使用済のお土産有。
(公財)日本郵趣協会釧路支部

自然治癒力を高める健康法

9日(日)10:00~14:00(6階602号)
小学生以上/先着50名/材料費300円
「M&Aが進めるライフスタイルケア」一輪の花を愛でて楽しみ、生体エネルギーを体験していたく。血圧測定(予定)
くしろ健康生活ネットワーク

スポーツ吹矢 体験会

9日(日)9:00~15:00(6階601号)
小学1年生以上/無料
誰でも、いつでも、どこでも、手軽にでき楽しみながらできるスポーツ吹矢。
NPO法人桜が丘ひぶなクラブ

DVD上映会「世界の母マザーテレサ」他

9日(日)10:30~12:00(5階ハイビジョンシアター)
小学生以上/70名/無料
お腹の赤ちゃんも命であることをもって理解し合うことで、人工中絶を減らすことが出来ます。赤ちゃんの命について学びます。
釧路いのちを大切にする会

私たちの身体と微生物と発酵

9日(日)13:00~15:00(5階ハイビジョンシアター)
中学生以上/70名/無料
木村秋則さんの実践する自然栽培は、土の中の微生物の働きの大切さを伝えるものです。日本古来からある発酵についても学びます。
自然栽培学習サークルリンゴの会

花と遊ぼう

9日(日)10:00~12:00(2階ロビー)
幼児以上/20名/材料費300円/体験時間15分
いけ花体験とミニ花展をします。体験で生けた作品はお持ち帰りができます。是非ご参加ください。
華道家元池坊釧路支部

わび・さび・イップク、いかが!!

9日(日)10:00~15:00(2階ロビー)
一般(子供可)/60名/材料費300円
秋のひとつとき一服のお茶とお菓子で楽しんでいただきます。ご自分で点て頂く体験もします。
宗偏流茶道教室 好日会

事前に申し込みが必要な催し
(まなぼっと受付)

(当日定員に余裕があれば参加可能です)
※電話による受付はいたしません
左のハガキを生涯学習センターに郵送してお申し込み下さい。(持参可)
※申込者多数の場合は抽選有り、その場合は外れた方のみこちらからご連絡させていただきます。

夕日バレトン・ヨガストレッチ

8日(土)15:30~16:10(10階展望室)中学生以上/限定7名/体験時間40分/無料 ※ヨガマット(お持ちの方)・タオル・飲み物各自持参
2人のインストラクターによる特別レッスン。前半30分は全身をしっかりと動かすバレトンを行い、後半10分は夕日を見ながらヨガとストレッチでクールダウンをしましょう。
バレトン ミキ&ユキ

折り紙アート 体験会

8日(土)9:00~12:00(6階学習室601号)
幼児~大人/10名/一人200円
楽しく折り紙を折って遊び、また壁飾りを作る。
NPO法人桜が丘ひぶなクラブ

事前申し込みが必要(まなぼっと受付)

軽ダンベル体操

8日(土)13:00~15:00(6階学習室601号)
40歳以上/20名/無料
軽ダンベルを使って、体操します。
NPO法人桜が丘ひぶなクラブ

やさしい気功

TEL080-2286-9525(岩崎)でも受付可

8日(土)13:45~15:20(4階和室)
小学生以上/25名/無料/体験時間95分(内10分休憩あり)
自分で体を整える方法を実践を通じ学びます。心地良い範囲で簡単な動作を繰り返したり穏やかに動いたり。
釧路気功の広場

パズルで発見!とりのひみつ

8日(土)・9日(日)展示10:00~16:00(8階801号)
体験:①10:00~②14:00~③15:00~(8日のみ)
3歳以上/各回8名/無料/体験時間40分
パズルを通して、鳥の体のヒミツに迫ります!3つの難易度があるのでぜひ挑戦してみてくださいね! ※参加特典あり
(株)猛禽類医学研究所

手打ちそば打ち教室

9日(日)10:00~13:00(6階クッキングスタジオ)
中学生以上(そば打ち教室参加希望者は当日エプロン・頭巾・上靴を準備可能な方)/限定8名(試食は先着80食)
そば打ち教室:1人1,000円(試食付) 試食:1食500円
そば打ちの体験と試食を楽しめます。使用するそば粉は摩周産の新蕎麦石臼挽きです。
釧路そば打ち同好会

焼きたてほかほかパン作り体験

9日(日)(6階クッキングスタジオ)
①14:00~②14:30~③15:00~④15:30~
4歳~中学生(小4以下は大人同伴)/各回9名/
材料費600円/体験時間15分(焼き上がり1時間)
あらかじめ用意したパン生地でパンを4コ作ります。作業時間は15分程度、焼き上がりまで約1時間です。
手作りパン教室 福ふく

ポリテクものづくり教室

9日(日)①10:00~②11:00~③13:00~④14:00~
(2階多目的ホール)/小学生/各回5名/無料/体験時間30分
射的の工作キットを作って、ものづくりの楽しさや射的ゲームを体験してみませんか?ポリテクセンターの紹介展示もしています。
ポリテクセンター釧路

「土と遊ぼう」初心者陶芸

9日(日)10:00~12:00(地下工芸スタジオB)
小学3年生以上/20名/材料費500円
中鉢、カップ、お皿等を作ります。11月30日(日)に釉掛け作業があります。両日ともエプロン、古タオル、筆記用具をご持参ください。
くしろ市民学園友の会

釧路市立美術館《3階》

ペキタ工作広場

●要材料費

8日(土)・9日(日)10:00~12:00 13:00~15:00
美術館キャラクター「ペキタ」と楽しむ工作イベント。
申込方法は後日釧路市立美術館ホームページ(https://k-bijutsukan.net)でお知らせいたします。
※本紙の申込書では申込できませんのでご注意ください。

没後30年 小林数展

11/8(土)~12/14(日)
●一般140円(大学生以下無料)