

その他

【美浦ゼミ】異能の言語学者 鈴木孝夫氏に学ぶ → 新規

講師：門脇 厚司 開講日：令和7年10月11日(土) 曜日・時間：土曜日 10:30～12:00
部屋：中央公民館 小会議室 回数：3回 募集人数：5名
受講料：無料 対象：15歳以上
受講生が開講までに準備するもの：筆記用具
講座紹介：世界的にも第一級の才能に恵まれた日本の第一級の言語学者 鈴木孝夫氏が残した数々の研究業績を学びます。



【美浦ゼミ】やさしいステンシル → 新規

講師：武田 加代 開講日：令和7年11月29日(土) 曜日・時間：土曜日 9:30～12:00
部屋：中央公民館 創作室 回数：1回 募集人数：8名
受講料：無料 親子での受講：可(8歳以上のお子さん) 材料費：700円
受講生が開講までに準備するもの：汚れてもよいエプロン、古布
講座紹介：切り抜いた型紙をあて、模様を描くステンシル。秋にぴったりの小物を作ります。



初めてのウクレレ講座

講師：赤羽 一夫 開講日：令和7年10月12日(日) 曜日・時間：日曜日 10:00～11:30
部屋：中央公民館 視聴覚室 回数：10回 募集人数：15名
受講料：2,000円 対象：高校生以上 親子での受講：可(高校生以上のお子さん)
受講生が開講までに準備するもの：ウクレレ・チューニングメーター・筆記用具
講座紹介：ウクレレによる引き語りを教えます。8ビート、シャッフル、ルンバ等色々なリズムで引き語りを教えます。曲目は、日本の歌が中心ですが、ハワイアン曲も演奏します。



すくすく親子(体操・知育)講座

講師：辻 千絵・武田 美佐登(NPO法人 ジョイナスみほ)
開講日：令和7年10月1日(水) 曜日・時間：水曜日 10:00～11:00
部屋：安中地区多目的研修集会施設 和室・ホール 回数：8回 募集人数：親子10組
受講料：2,000円 対象：1歳～3歳児までのお子さんとその保護者
材料費：500円(初回に徴収します)
受講生が開講までに準備するもの：飲み物、汗ふきタオル(うわばきは、必要ありません)
講座紹介：幼稚園就園前の1歳～3歳児を対象とした親子教室です。フラッシュカード、指先を使ったおもちゃで遊ぶ知育教室と、マット、鉄棒、サーキット、ボール、フープなどで体を動かす体操教室が月1回ずつ学べます。



簡単に作れる韓国料理講座

講師：李 兒眞 開講日：令和7年10月9日(木) 曜日・時間：木曜日 10:30～12:00
部屋：中央公民館 調理室 回数：5回 募集人数：12名
受講料：1,000円 材料費：8,000円(初回に徴収します)
受講生が開講までに準備するもの：エプロン、三角巾、手拭きタオル、持ち帰るための容器など(袋や箱など)、筆記用具
講座紹介：韓国に興味があって旅行や言葉に興味があるみなさん集まれ！韓国に旅行している気分と一緒に料理を作って味わいます。韓国の文化や料理を身近に感じていただき、美味しい家庭時間を増やしましょう。



【デジタル活用支援推進事業】初心者向けスマートフォン教室

講師：J:COM 茨城
開講日：令和7年10月1・2・3・8・9・10・16・17日から希望する日時を選択(詳細はホームページ掲載のチラシをご覧ください)
部屋：中央公民館 学習室 募集人数：各回8名
受講料：無料 親子での受講：可
受講生が開講までに準備するもの：現在ご利用中のスマートフォン、筆記用具
※スマートフォンをお持ちでない方は申し出てください
講座紹介：基本的な操作内容を少人数で行う教室です。スマートフォンに苦手意識のある方でも安心してご参加いただけます。



- ①マイナポータルを活用しよう
- ②スマートフォン用電子証明書をスマートフォンに搭載しよう
- ③スマートフォンで確定申告(e-Tax)をしよう
- ④全国版救急受診アプリ(Q助)で病気やけがの緊急度を判定しよう
- ⑤ハザードマップポータルサイトで様々な災害のリスクを確認しよう
- ⑥地理院地図を使って身近な土地の情報を知ろう
- ⑦デジタルリテラシーを身につけて安心・安全にインターネットを楽しもう
- ⑧スマートフォンで年金の情報を確認しよう(ねんきんネット)
- ⑨生成AIを使ってみよう
- ⑩文字表示電話サービス(ヨメテル)を使ってみよう
- ⑪地方公共団体が提供するオンラインサービスの利用方法 美浦村防災メール・公式LINEを使ってみよう

チャレンジしてみませんか!

～もうひとりのあなたへ～

令和7年度

10月から始まる
後期講座です!

みほ文化講座受講生募集

★講座一覧は裏面です★

講座開催要項

- 開催場所：美浦村中央公民館・安中地区多目的研修集会施設
申込期間：令和7年9月3日(水)～14日(日)
午前9時～午後5時(月曜日・祝日は休館)
申込方法：申込書(中央公民館にあります)に必要事項を記入のうえ、中央公民館へ提出してください。
*電話による申込はできません。
*未成年の方は保護者の同意が必要です。
(申込書に保護者の方の署名をお願いします。)
受講対象：初心者の方(講座によっては年齢制限有り)
受講料：初回開講日に納入いただきます。納入いただいた受講料の返金はいたしません。
*受講料のほかに別途材料費等がかかる講座があります。
詳しくは中央公民館までお問い合わせください。
開講条件：*新規講座については、村内居住者を優先に先着順とし、定員に達した場合は締め切りとなります。
*新規講座以外の講座については、募集人数に達した場合抽選となり、
①初めてこの講座申込みをした村内居住者、
②①以外の村内居住者、
③村内に勤務する村外居住者、
④村外居住者の順に優先されます。
*受講希望者が5人に満たない講座は開講しません。
※このチラシに記載されている内容は全て予定ですので、予告なく変更する場合があります。
※受講中のお子さんのお預かりについては、申込時にお申し出ください。
※ご不明な点がございましたら美浦村中央公民館 ☎885-4451 までお問い合わせください。

みほ文化講座・美浦ゼミは、講師や受講生のみなさんが「共に教え学びあう場所」です。自分の可能性を見つけてみませんか?



子育て中の方のご参加もお待ちしています(預かりが利用できます。)

令和7年度 みほ文化講座(後期)一覧

※講座により、ご家庭からお持ちいただくものや受講料の他に教材費がかかる場合があります。
※受講料・材料費については、初回開講日に納入いただきます

日本の伝統文化

日本舞踊講座 新規

講師：川村 美智子 開講日：令和7年10月5日(日) 曜日・時間：日曜日 10:30～12:00
部屋：中央公民館 和室 回数：10回 募集人数：10名
受講料：2,000円 親子での受講：可(3歳以上のお子さん)
受講生が開講までに準備するもの：和服(浴衣可)、扇(お貸しできます。)
講座紹介：伝統芸能の一つである日本舞踊をやさしい曲に合わせて踊れるよう指導いたします。身体を動かすことで健康にも良いと思います。



和紙おりがみ講座 新規

講師：齋藤 裕子 開講日：令和7年10月9日(木) 曜日・時間：木曜日 9:30～12:00
部屋：中央公民館 会議室 回数：5回 募集人数：15名
受講料：1,000円 対象：中学生以上 親子での受講：可(中学生以上のお子さん) 材料費：2,000円
受講生が開講までに準備するもの：筆記用具、定規(15～30cm)、ピンセット、カッター、カッター台、木工用ボンド、作った作品を入れる袋
講座紹介：和紙を使い、四季折々の催事や自然を表現した作品をつくります。独特の味わいがあり、日々の生活にうおいを与えるものになると思います。



やさしく楽しく学べる詩吟講座

講師：松林 仁 開講日：令和7年10月1日(水) 曜日・時間：水曜日 13:00～15:00
部屋：中央公民館 視聴覚室 回数：10回 募集人数：8名
受講料：2,000円
受講生が開講までに準備するもの：ノート、鉛筆(ボールペン)
講座紹介：詩吟をやった事のない人でも基礎から学べて歌えるようになります。中国の漢詩や日本で作られた有名な漢詩や和歌、俳句などに節(フシ)をつけて歌います。聴くことから始めて有名な詩を曲に合わせて声を出して歌っていきます。夏目漱石や石川啄木などの作品にも触れていきます。



健康・運動・ダンス

シニアピラティス講座 新規

講師：高木 さやか(NPO法人 ジョイナスみほ)
開講日：令和7年10月16日(木) 曜日・時間：木曜日 9:45～10:30
部屋：中央公民館 和室 回数：8回 募集人数：15名
受講料：2,000円 対象：60歳以上
受講生が開講までに準備するもの：ヨガマット、水分補給のための飲み物
講座紹介：シニア世代の健康運動、ストレッチ、ピラティス、健康情報



美姿勢!! バランスコンディショニングピラティス講座

講師：飯嶋 理恵 開講日：令和7年11月13日(木) 曜日・時間：木曜日 13:00～14:00
部屋：中央公民館 和室 回数：8回 募集人数：15名
受講料：2,000円
受講生が開講までに準備するもの：ヨガマット、水分補給のための飲み物、運動しやすい服装
講座紹介：初心者の方、大歓迎です。運動が苦手な方でも大丈夫です。痛みのないカラダづくり!! 理学療法士が考案した運動療法プログラムですので、安心安全にレッスンを受けることができます。



誰でもできるリラックスヨガ講座

講師：那須 彰子 開講日：令和7年10月8日(水) 曜日・時間：水曜日 10:30～11:30
部屋：中央公民館 和室 回数：10回 募集人数：10名
受講料：2,000円
受講生が開講までに準備するもの：ヨガマット、ブランケット又はバスタオル、フェイスタオル、水分補給のための飲み物、運動しやすい服装
講座紹介：ゆったりとした呼吸を意識して、体をほぐしたり、無理せずに簡単なポーズを重ねて行っていくことで、本来の心や体の健やかさを引き出していくことが目的です。体が硬くても、体力に自信がなくても自分なりの心地よさをヨガを通して感じて欲しいです。慢性的な肩こりや腰痛、冷え性やむくみ、疲労感にも効果的なヨガになります。



健康・運動・ダンス

心と身体をつなぐダンス講座

講師：今関 美奈 開講日：令和7年12月21日(日) 曜日・時間：日曜日 10:00～10:50
部屋：中央公民館 大ホール 回数：10回 募集人数：15名
受講料：2,000円 対象：小学生以上 親子での受講：可(小学生以上のお子さん)
受講生が開講までに準備するもの：運動しやすい服装(スカート・ヒール不可)、室内で履く靴、タオル、水分補給のための飲み物
講座紹介：ダンスの楽しさをとおし、自己肯定感を高め、毎日楽しく生きる活力にしていきます。毎回の講座で、【ストレッチ→様々なジャンルの基本→曲に合わせて踊る】と進めていきます。ジャズダンス・クラシックバレエ・ヒップホップの3種類を受講生のレベルに合わせて楽しく踊ります。10回をとおして、1コーラス程度のフリを覚え、最終回でグループに分かれ、プチ発表会を実施します。



その他

楽しいマイコン講座 新規

講師：野口 繁利 開講日：令和7年11月15日(土) 曜日・時間：土曜日 10:00～11:30
部屋：中央公民館 研修室、学習室 回数：10回 募集人数：15名
受講料：2,000円 対象：小学生以上 親子での受講：可(小学生以上のお子さん)
受講生が開講までに準備するもの：パソコン(小・中・高・大学生には、パソコンを貸与します。学生以外はパソコンをご用意ください。)
講座紹介：①Raspberry Pi Pico基板で、実際にサンプル・ソフトウェアを動作させ基礎知識を得ます。②Raspberry Pi Pico基板で、簡単なハードウェアを製作し基礎知識を得ます。③LED点滅、UART通信、I2C通信、LCDディスプレイ表示、ブザー制御、モーター制御 ④Linuxコマンド入門、C言語入門。



美浦村シニアミュージカル体験講座 新規

講師：野口 輝子 開講日：令和7年10月9日(木) 曜日・時間：木曜日 13:30～15:30
部屋：中央公民館 大ホール 回数：10回 募集人数：15名
受講料：2,000円 対象：50歳以上
受講生が開講までに準備するもの：筆記用具
講座紹介：まず、喉と声のトレーニングから始めます。これは、健康増進を目的としたミュージカル活動の基礎となります。日本昔話「泣いた赤鬼」を題材に、皆が知っている童謡や叙情歌を歌って作っていくミュージカルですのでどなたでも参加できます。講座の最終目標としてミュージカル発表会を開催します。



プレゼントにぴったりお手軽ケーキ・手ごねパン講座 新規

講師：鈴木 綾乃 開講日：令和7年10月3日(金) 曜日・時間：金曜日 10:00～12:00
部屋：中央公民館 調理室 回数：3回 募集人数：6名
受講料：1,000円 材料費：4,500円(初回に徴収します。)
受講生が開講までに準備するもの：エプロン、ハンドタオル、筆記用具、持ち帰り容器、パンにかぶせる布巾、手袋(ニトリル製のものの方がパンをこねやすい)
講座紹介：2時間で手軽に、そしてプレゼントもしやすいケーキ・手ごねパンを作ります。



デンマーククロスステッチ講座 新規

講師：中川 ロネ 開講日：令和7年10月2日(木) 曜日・時間：木曜日 13:00～15:00
部屋：中央公民館 研修室、創作室 回数：6回 募集人数：15名
受講料：2,000円 親子での受講：可(15歳以上のお子さん) 材料費：5,000円(初回に徴収します。)
受講生が開講までに準備するもの：はさみ
講座紹介：クロスステッチの基本から教えます。北欧の独特なパターンや色の選び方も楽しんでいただきます。始めは、簡単な手法を使い小物の作品を制作します。



韓国語入門講座 新規

講師：李 兒眞 開講日：令和7年10月7日(火) 曜日・時間：火曜日 10:30～12:00
部屋：中央公民館 学習室 回数：10回 募集人数：15名
受講料：2,000円
受講生が開講までに準備するもの：筆記用具
講座紹介：韓国旅行や日常会話で「すぐに使える」韓国語表現を中心に学びます。発音のコツや韓国文化も交え、楽しく参加できる内容です。

