



9-①

顔のたるみは舌からはじまる

～マイナス10歳を叶える舌筋チェック講座～



理学療法士
ヨガインストラクター
鍋田 育美 氏

日時 9月2日(水) 10:00～12:00

場所 1階 交流サロン

受講料 510円

定員 15名

※鏡持参(貸出あり)、水分持参



託児あり

顔の印象は舌で変わるのをご存じですか？
舌を鍛えることで、ほうれい線改善や口元のたるみ、二重アゴにも深く関係しています。
楽しく動かしながらマイナス10才を目指しましょう！



9-②

災害発生！自分のいのちは自分でまもる

「災害についての説明と避難リュックづくり」

日時 9月4日(金) 10:00～12:00

場所 2階 工作工芸室

受講料 無料



防災女子会「まもらんば」

9月1日は防災の日。災害がどのようなものか、災害が起きた時、私たちはどのように考え動くのか？講話や模擬体験をとおして考えてみませんか？

9-③

リボンで作るかんたんステキな

ロゼットブローチ

日時 9月16日(水) 10:00～12:00

場所 1階 交流サロン

受講料 510円

材料費 1,000円

定員 15名

※糸切りバサミをご持参ください



託児あり



CHIKAMICHI
北川 千草 氏
渡邊 香奈 氏

リボンを折りたたんで勲章のような形にしたブローチです。
リボンや小物の組み合わせで自分だけのオリジナルロゼットブローチが作れます。

9-④

大人の美文字講座

名前と住所が見違える！～3ステップで習得～

日時 9月25日(金) 10:00～12:00

場所 2階 工作工芸室

受講料 510円

材料費 500円



山崎 美翠 氏

いざという時に「もっと綺麗に書けたら...」と思ったことはありませんか？本講座では、最も書く機会が多い「自分の名前と住所」に絞り、3つのステップで劇的な変化を目指します。基本のコツからバランスの整え方まで、自信が持てる文字を身につけましょう！

9-⑤

コーヒー講座



コーヒー屋ひろっち代表
平岩 宏保 氏

日時 9月29日(火) 10:00～12:00

場所 2階 調理室

受講料 510円

材料費 500円

定員 12名

大人気のコーヒー講座です。
コーヒーについて学ぶ講話と美味しいコーヒーの淹れ方の実技があります。

ゆったりとした時間を過ごす講座です。

9-⑥

人生100年時代の生き方

聴き上手になりませんか？(傾聴)

～楽しいお話と実践～

日時 9月30日(水) 10:00～12:00

場所 1階 交流サロン

受講料 510円



FFAフォロワーシップ協会
理事長
福嶋 健司 氏

人生100年時代を生き生きと暮らすには、家族との会話はもちろんのこと、気軽に外に出かけて人と触れ合うこと、自分の居場所作りが大切です。

そのためにはコミュニケーション力、特に人の話を聞く、聴き上手になることが大切です。

※受講料、材料費は講座当日お支払いください。おつりがないうご協力ください。

9-①

9-③

←こちらの講座は託児が利用できます。お申込みはHPにてお願いします。

託児料は1回1人500円です。



注目!

託児利用の対象年齢は6ヶ月から未就学児です。HPにて「託児について」を必ずお読みください。

小学3年生までのお子さんをご参加の場合、保護者の同伴をお願いします。
講座によっては未就学児の同伴をご遠慮いただく場合があります。

講座を欠席される場合は早めに必ずご連絡ください。

講師の都合や天候不順など諸般の事情により、講座を中止させていただく場合があります。
中止の場合は電話やSNSなどでお知らせいたします。



デジタル学びの場



パソコン、スマホはご持参ください。(パソコンは貸し出しもあります)

9-⑦

PowerPoint入門

日時 9月8日(火) 10:00~12:00
 場所 2階 工作工芸室
 受講料 1,030円

プレゼンテーション(発表)をしたいけど、何から手を付ければいいのか？
 はじめてでも大丈夫、PowerPointを使ったスライド作りを身につけましょう。

スマホとパソコン教室まなびの森
 松田 政博 氏

9-⑧

PowerPoint活用

日時 9月10日(木) 10:00~12:00
 場所 1階 交流サロン
 受講料 1,030円

とりあえずスライドは作れるけど、もっと魅力的なプレゼンが出来るようになりたい、、、より見栄えが良く、訴求力が高いスライド作りなど、もっと活用出来る方法を身につけましょう。

スマホとパソコン教室まなびの森
 松田 政博 氏

9-⑨

ChatGPT入門 ~日常で使える質問のコツ~

日時 9月12日(土) 10:00~12:00
 場所 1階 交流サロン
 受講料 1,030円

進化したChatGPTの基本操作とうまく答えを引き出す質問の作り方を体験。調べもの・文章作成・要約などを試しながら、個人情報を守る使い方や注意点も分かりやすく解説します。

スマホ・パソコンの便利屋さん
 西井 尚人 氏

9-⑩

はじめてのスマホ講座 スマホで健康管理【フレイル予防】

日時 9月18日(金) 10:00~11:30
 場所 1階 交流サロン
 受講料 無料※

みなさん「フレイル予防」されていますか？そもそもフレイルって何かご存じですか？スマホで予防が出来るんです！この機会に、一緒にはじめてみませんか？

ソフトバンク株式会社



9-⑪

今さら聞けない！ アカウントとパスワードの基本

日時 9月19日(土) 10:00~12:00
 場所 1階 交流サロン
 受講料 1,030円

アカウントとは何かを整理しGoogle/AppleのID(メールアドレス)の確認方法を一緒にチェック。安全なパスワードの作り方、使い回しの危険、多要素認証の考え方で安心して使うための基本を学びます。

スマホ・パソコンの便利屋さん
 西井 尚人 氏

9-⑫

はじめてのスマホ講座 「スマホ画面の見方を知ろう」

日時 9月29日(火) 10:00~11:30
 場所 1階 交流サロン
 受講料 無料※

基本画面の見方や電話、メール、文字入力等スマホの基本を学びます。後半は、個別相談も受け付けますのでこの機会にわからないことを解決しましょう。

ソフトバンク株式会社



※はじめてのスマホ講座は、ソフトバンク株式会社が地域への奉仕活動として、受講料無料で教室を開催しています。

申込要件

小学生以上で市内に在住、通勤、通学しているかたならどなたでも申込みできます。

※小中高生の申込みは保護者が必ずご確認ください。

※デジタル講座は中学生以上が対象となります。

※講座に参加される前に必ず受講のきまり(HPに記載)をお読みください。

申込締切

9月講座の締切日 8月14日(金)

応募者多数の場合は抽選になります。

締切日後に受講可否決定通知を郵送しますので

ご確認ください。

申込方法

市公式ホームページの申込みフォームに

必要事項を入力し申込みください。

電話、はがきでも受付できます。はがきには

講座名・氏名・住所・連絡先(携帯など)を

ご記入ください。※申込みの際にいただいた個人情報

は本講座に関する連絡、確認でのみ使用します。

お申し込みは...

筑紫野市生涯学習課 ちくしるキャンパス担当

筑紫野市二日市南1丁目9番3号 生涯学習センター

TEL 092-918-3535 FAX 092-923-0416

平日(月~金)9時~17時※休館日を除く

E-mail k-gakushuu@city.chikushino.fukuoka.jp

