

令和8年度 4月～9月版

鹿沼市 生涯学習総合情報誌

～かぬま生涯学習大学講座一覧・myらいふ～

まちへ広がれ！学びの輪



学びフェスティバル2025



パッチワークしましょ秋！



シニアのゆっくり音楽体操



アロマコラージュ



カントリーラインダンス



地域デビュー講座

「鹿沼ゆかりの児童文学作家 千葉省三の世界」

●もくじ●

☆ myらいふ 1～2 ページ

☆ かぬま生涯学習大学講座一覧

(コース)	(ページ)	(コース)	(ページ)	(コース)	(ページ)
1. 福祉・人権	3～4	4. 生活・芸術・文化	9～14	7. 自然・環境	17
2. ボランティア	4	5. 地域づくり	14～15	8. 社会・家庭教育	18
3. スポーツ・健康	5～8	6. 国際理解・語学	15～16	9. パソコン・情報化	18～19

☆ さくいん 20～22 ページ

☆ その他の生涯学習情報 裏表紙

①地域デビュー講座「鹿沼ゆかりの児童文学作家 千葉省三の世界」(生涯学習課)

鹿沼の偉人・千葉省三

記念館おはなし会は
総公演数100回以上!



千葉省三は、6歳から21歳まで楡木町で過ごした児童文学作家です。少年時代の思い出や体験をもとに、鹿沼を舞台に方言を使って多くの作品を残しました。令和7年で没後50年になります。

今回の講座は、楡木小 KLV・南押原小 KLV・みなみ小 KLV による『鷹の巣とり』『井戸』『どろぼうとラッパ』『めくらと子犬』『チックタック』の5作品の影絵を使ったおはなし会でした。

南押原コミュニティセンター併設の『千葉省三記念館』も見学し、受講生からは「名前だけしか知らなかったののでいい機会でした」「大人が体験しないと子どもには伝わらない」との感想をいただきました。

記念館でのおはなし会は、毎月第3日曜日の午前11時から開催です。みなさんもぜひ、千葉省三の世界に遊びに来てください。



90代スタッフ
手作りの影絵

②アロマコラージュ(かぬまマイ・カレッジ)

自分と向き合う時間

アロマコラージュとは、香りを使った本格的なアートセラピーです。植物から抽出した100%純粋な香り成分(精油)を用いて香水を作り、作った香りをコラージュ(切り貼りの絵)で表現します。講師は、森澤佳代子さんです。

テーブルには精油の入った小さな瓶が並べられ、試香紙をつかってひとつひとつの香りを確かめます。気に入った精油を複数選んでブレンドします。次に、雑誌から切り抜かれた絵が用意されているので、ブレンドした香水からイメージした絵を選んで台紙に貼っていきます。穏やかな笑顔を絶やさずやさしく受講生に言葉掛けをする森澤先生。「自分の求めているものを探し出す作業は、自分と向き合うことであり、自分への理解を深めることにつながる」と話されました。



森澤佳代子先生

時間の経過と共に表情が和らぎ明るくなっていった受講生。「自分の好きな香りを見つけられて嬉しい。今日作った絵を見て日々癒されたい」と笑顔で話してくれました。

講座は、昼と夜のコースがあります。皆さんも心地良い香りに浸りながら自分と向き合ってみませんか。



③シニアのゆっくり音楽体操(かぬまマイ・カレッジ)

心も体も軽やかに

歌いながら楽しく体を動かす「シニアのゆっくり音楽体操」。講師は、リトミック・ヨガ・そろばんなども指導されている星野敦子先生です。この日の受講生は、60代・70代・80代の3名の方々。

まず最初は、ボールを使い、ついたり転がしたり畳にうちつけたりと曲に合わせて夢中で体を動かします。懐かしい歌を口ずさむことで、自分の若い頃の気持ちにアプローチできるのもこの体操の魅力だそうです。お手玉やタオルを使った動きもあり、先生と受講生との会話ははずみ笑い声こぼれる和やかな時間でした。



(つづく)

(ノツヅキ) 先生のお話では、音楽に合わせた動きで全身をほぐし、呼吸法と歌で肺活量アップや体幹強化にもつながり、ストレス軽減にもなるそうです。受講生も「先生との会話が楽しみ」「継続は、力なり」「やらないと動けなくなるから」と意欲的でした。

ご興味のある方は、ぜひ一緒にいかがですか？



④パッチワークしましょ秋！(かぬまマイ・カレッジ)

針と糸で紡ぐ癒しの時間

秋を感じる素敵な布を手し、「パッチワークしましょ秋！」が開講されました。講師は、指導歴20年以上を誇る、日本

手芸普及協会 パッチワークキルト指導員の篠原佳津江先生です。布の組み合わせ方から仕上げまで、先生オリジナルの図面を使い、初心者の方にも基礎から丁寧に教えてくださいます。全4回の講座で、世界に一つだけのオリジナル・トートバッグを完成させます。



おしゃべりを楽しみながら、あるいは黙々と針を進めながら、素敵な布に囲まれて過ごすひとは、心を豊かにし、日常に小さな幸せを運んでくれます。参加者からは、「コツコツ作業するのは大変だけど、完成が見えてきた時のワクワク感がたまらない」「念願のパッチワークをお友達と一緒に始められて、とても嬉しい」といった声が聞かれました。

丁寧な手仕事から生まれる作品には、作り手の温かさが込められており、見ていてだけで癒されるような魅力があります。



⑤カントリーラインダンス(かぬまマイ・カレッジ)

カントリーのリズムにのって、笑顔のステップ

カントリー調の音楽が流れると、会場の空気がふっと明るくなる。マイ・カレッジ講座の講師は初めての大出鶴二さん・真理子さんご夫婦のリードで、4名の参加者も笑顔のステップ。私たちも一緒に体を動かしてみると、思っていたより簡単で、すぐに楽しくなりました。

カントリーラインダンスは、音楽に合わせてステップを踏むのがメインのシンプルなダンス、脳トレにもなるそうです。



大出真理子さん

大出鶴二さん

テレビのCMを見て興味を持ち参加された方は「刺激があり、一人で踊るのは楽しい」と話されていました。

誰でも気軽に楽しめる魅力あるラインダンス。体を動かす心地よさを、ぜひ体験してみませんか？



myらいふ編集員：介川恭子・藤沼清美・井上恵理子・湯澤美子・西村和子・知念知佳

かぬま生涯学習大学講座一覧



ここに掲載されている情報は、**令和8年1月13日現在**のものです。

変更や中止になることもあります。

詳しい日程や内容、申込み日等は、「広報かぬま」及び各機関・団体が発行するチラシやHPなどをご覧ください。各申込・問合せ先でご確認ください。

●講座一覧の見方●

市内で開催される予定の様々な講座や教室、イベントなどが載っています。

学習の内容ごとに任意のコースに分かれています。

興味のあるコース（分野）から、ぜひみなさんの学びに役立ててください！

コース	学 習 の 内 容
1 福祉・人権コース	福祉や人権などの様々な学習に関するもの
2 ボランティアコース	ボランティア養成に関するもの
3 スポーツ・健康コース	健康・体力の増進、生涯スポーツの普及、救命措置などに関するもの
4 生活・芸術・文化コース	生活・食・芸術・文化・趣味などに関するもの
5 地域づくりコース	ふるさとの文化、歴史、自然などの理解のほか、様々な地域活動に関するもの
6 国際理解・語学コース	国際理解、国際交流、語学などに関するもの
7 自然・環境コース	自然、科学、環境などに関するもの
8 社会・家庭教育コース	家庭教育などをはじめとして、幼児から成人までの社会教育に関するもの
9 パソコン・情報化コース	パソコン・携帯端末など、情報化に関するもの

レベル欄	入門 初めての方を対象とした、きっかけ作りを目的とした講座です。
	初級 基本的な内容を行うことを目的とした講座です。
	中級 基本的なことを踏まえ、さらに向上することを目的とした講座です。
	上級 より一層の向上を目的とし、指導者や資格取得等も目指せる講座です。

単 位 欄	学習の目安として、受講1時間につき1単位として単位を蓄積できます。（自己管理） ※希望される方には申請により、所定の学位等が授与されます。 累計100単位で奨励賞、200単位で学士、300単位で修士、400単位で博士単位がたまった方は、生涯学習課（☎63-3498）へご連絡ください。
	推奨 現代社会における課題をとりあげた、ぜひ学んでいただきたい講座です。 通常1時間＝1単位のところ、1時間＝2単位となります。

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

1. 福祉・人権コース

講 座 名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
男女共同参画推進講座 第1回(家事シェア講座)	家事シェアを進めるための 父と子の料理教室	入門	7/25(土)	市民情報 センター	小学生と 保護者 8組	実費	人権・男女 共同参画課 63-8352	2
男女共同参画推進講座 第2回(リコチャレ講座)	女子の理工系分野への進路 選択について理解を深める 体験講座	入門	8月初旬	帝京大学 宇都宮キャンパス	小学生高学年 ～中学生女子 と保護者	実費		2

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
認知症サポーター養成講座	認知症の正しい知識や接し方等を学び、認知症の人や家族を見守る応援者を養成します。	—	4/21(火) 10:00~12:00	北押原コミュニティセンター	一般	無料	高齢福祉課 地域包括支援センター 63-2175	2
認知症サポーター養成講座	認知症の正しい知識や接し方等を学び、認知症の人や家族を見守る応援者を養成します。	—	5/15(金) 10:00~12:00	南摩コミュニティセンター	一般	無料		2
認知症サポーター養成講座	認知症の正しい知識や接し方等を学び、認知症の人や家族を見守る応援者を養成します。	—	①6月 ②8月	未定	一般	無料		2
元気アップ教室(介護予防教室)	運動、栄養、口腔を中心に、介護予防について学びます。	—	5/28~6/18(毎週木曜日・全4回) 13:30~15:30	南押原コミュニティセンター	一般 25人	無料		8
元気アップ教室(介護予防教室)	運動、栄養、口腔を中心に、介護予防について学びます。	—	7/13、7/27、8/3、8/10(毎回月曜日・全4回) 10:00~12:00	板荷コミュニティセンター	一般 25人	無料		8
手話を体験	手話ってどんなもの？手話の基本を学んでみましょう。	入門	7/17(金) 11/13(金) 10:00~11:30(どちらの回も同じ内容です)	市民情報センター	一般 15人	無料	障がい福祉課 63-2127	各1
フレイル予防のための栄養講座	元気な毎日を支える食事を学びます。レンジ活用等の簡単調理の紹介もあります。	—	①8月下旬 ②9月上旬 ③9月下旬	北押原コミュニティセンター	概ね60歳以上の方 20人	無料	保険年金課 保健事業係 63-2246	各1
初めての点訳講座	点字を初めて学びたい方向けの講座です。	入門	7月中旬(全10回) 未定	総合福祉センター(万町)	10人	無料	社会福祉協議会 65-5191	未定
初めての手話講座(午前のコース)	手話を初めて学びたい方向けの講座です。	入門	7月中旬(全10回) 未定	総合福祉センター(万町)	20人	無料		未定
初めての手話講座(夜のコース)	手話を初めて学びたい方向けの講座です。	入門	7月中旬(全10回) 未定	総合福祉センター(万町)	20人	無料		未定
上都賀地区人権教育指導者一般研修(人権ふれあいフェスタ)	身近な人権についての理解を深め、地域社会における指導者の養成と資質の向上を図る。	初級	6月下旬	未定	一般 300人	無料	上都賀教育事務所ふれあい学習課 62-7167	3
朗読劇「cry!cry!!cry!!!犬達の遺言」	命の尊さと人や動物への思いやりの心を育むお話です。上演70分(50分)	—	応相談	応相談	小学生以上一般	子ども700円 大人1,000円 (教職員は無料)	「朗読劇cry!cry!!cry!!!犬達の遺言」公演実行委員会 070-1374-7097 (NPO法人プロジェクト内)	—

2. ボランティアコース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
KANUMA元気アップ応援隊(介護予防運動指導ボランティア)養成講座	介護予防運動の基本を楽しく学び、地域で実践指導するボランティアを養成します。	—	8/27~10/1(毎週木曜日・全6回) 13:30~15:30	市民情報センター	一般 25人	無料	高齢福祉課 地域包括支援センター 63-2175	12
青少年ボランティア・リーダー教室	ボランティア活動の中心的な役割を果たすリーダーを養成する。友だちづくりや団体活動のルール・協力することの大切さ楽しさを学ぶ。	—	6~9月(全7回)	市民情報センター 自然体験交流センター	市内在住・在学の中学1年生~高校3年生 10人程度	未定	生涯学習課 青少年係 63-8323	—
KLV 養成講座(第1回)	・KLVについて ・カルタを楽しむ	—	6月	図書館他	どなたでも	無料	KLV協会 63-8360 (月・水・金 10:00~12:00)	2
KLV 養成講座(第2回)	・本の補修と分類	—	8月	図書館他	どなたでも	無料		2
KLV 養成講座(第3回)	・折紙でペープサート	—	9月	図書館他	どなたでも	無料		2

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

3. スポーツ・健康コース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
趣味発見！ 充実時間を愉しもう♪ 「ピラティス」	「ピラティス」で身体全体のバランスを整えて、体力低下や姿勢の崩れを改善	入門	9/10(木) 10:00～12:00	市民情報センター	一般 20人	無料	生涯学習課生涯学習係 63-3498 ※申込方法は「広報かぬま」でお知らせします。	2
いちごっこ防災クラブ活動体験学習	消防放水体験など消防ならではの活動を体験しよう。	入門	5～6月 10:00～12:00	消防本部	小学3年生～ 中学3年生	無料	消 防 本 部 予 防 課 63-1155	推奨 4
応急手当講習会 (2時間講習コース) ※事前WEB講習必須	応急手当の知識・技術の習得	初級	6月中旬 9:00～11:00	消防本部 大会議室 (上殿町)	25人	無料	消 防 本 部 警 防 救 急 課 救 急 推 進 係 63-1146	推奨 6
応急手当講習会 (3時間講習コース)	応急手当の知識・技術の習得	初級	9月中旬 9:00～12:00	消防本部 大会議室 (上殿町)	25人	無料		推奨 6
エアロビクス初級 (火・昼)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週火曜日 10:30～11:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円	TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
エアロビクス初級 (火・夜)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週火曜日 20:00～21:00	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (水・昼)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週水曜日 10:30～11:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (水・夜)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週水曜日 18:30～19:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
ダンス！ダンス！（エアロビクス）(水・夜)	ダンス色の強いダンススタイルエアロビクスです。	入門	毎週水曜日 19:45～20:45	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (木・昼)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週木曜日 10:30～11:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (木・夜)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週木曜日 20:00～21:00	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (金・昼)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週金曜日 10:30～11:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (金・夜)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週金曜日 19:45～20:45	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
エアロビクス初級 (土・夜)	有酸素運動で基礎体力向上を目指します。	入門	毎週土曜日 19:45～20:45	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
ヨガ (火・昼)	ゆっくりとした動き、呼吸で身体の内側からの美しさを目指します。	入門	毎週火曜日 11:45～12:45	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
マットサイエンス (水・昼)	全身のストレッチと簡単な体幹トレーニングです。	入門	毎週水曜日 12:00～12:45	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
ピラティス (水・昼)	体幹部を中心とした深層筋を鍛え身体の安定性とバランス能力を鍛えます。	入門	毎週水曜日 13:30～14:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
ヨガ&骨盤エクササイズ (木・昼)	ヨガのプログラムをメインに骨盤エクササイズも取り入れたプログラムです。	入門	毎週木曜日 12:00～12:45	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
ヨガ (金・昼)	ゆっくりとした動き、呼吸で身体の内側からの美しさを目指します。	入門	毎週金曜日 11:45～12:30	TKC いちごアリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
コアトレ (土・夜)	体幹を鍛え、身体のバランスを整えます。	入門	毎週土曜日 18:30～19:30	TKC いちご アリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円	TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
早朝太極拳	早朝の芝生の上で、太極拳の基礎を学びます。初心者向けの内容です。	入門	4～6月、9～11月 毎週土曜日 7:00～	文化活動交流 館芝生広場 ※雨天中止	16歳以上 定員なし	1回 100円	当日開催場所で受付 TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
太極拳 (初級)	太極拳の基礎を学びます。初心者向けの内容です。	入門	4～9月 時間調整中	TKC いちご アリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円	TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
太極拳 (簡化24式)	簡化24式マスターを目指し、中級者向けの内容です。	中級	4～9月 時間調整中	TKC いちご アリーナ	16歳以上 定員なし	1回 400円		—
バドミントン	基本的な技術を習得し、ゲームを楽しみます。	入門	4～9月 時間調整中	TKC いちご アリーナ	16歳以上 定員16人	1回 400円	予 約 制 TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
テニス(硬式)	鹿沼総合体育館トレーニング室ガイダンス受講者を対象にしたテニス教室です。	入門	毎週木曜日 13:30～15:00	自然の森 総合公園 テニスコート	16歳以上 定員16人	1回 400円	ポール貸出 希望の方のみ 要 予 約 TKCいちご アリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
ポールでウォーク	姿勢を安定させ、膝や腰に負担がかからず安全に行えるウォーキング	入門	毎月末 日曜日 10:00～11:30	出合いの森 総合公園周辺 ※雨天中止	16歳以上 定員なし	1回200円 (他ポール レンタル料 100円)		—
ポールでウォーク	姿勢を安定させ、膝や腰に負担がかからず安全に行えるウォーキング	入門	毎月 第3金曜日 10:00～11:30	文化活動交 流館周辺 ※雨天中止	16歳以上 定員なし	1回200円 (他ポール レンタル料 100円)	TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
東部台健康ふれあい スポーツクラブ からだメンテナンス運動教室	ストレッチを中心に体のメンテナンスをします。	入門	第1・2火曜日 第3・4水曜日 16:00～17:00	東部台コミュニ ティセンター 講堂	市内及び 地域住民	1回 300円	TKCいちごアリーナ (鹿沼総合体育館) 72-1300	—
東部台健康ふれあい スポーツクラブ ヨガ教室	ゆっくりとした動き、呼吸で身体の内側からの美しさを目指します。	入門	毎週火曜日 19:30～20:30	東部台コミュニ ティセンター 作法室	市内及び 地域住民	1回 300円		—
南摩太極拳教室	太極拳の基礎を学びます。初心者向けの内容です。	入門	第1・3火曜日 13:30～	南摩コミュニ ティセンター 軽スポーツ室	市内及び 地域住民	1回 300円		—
いちごくらぶ (ヨガ)	ゆっくりとした動き、呼吸で身体の内側からの美しさを目指します。	入門	毎週火曜日 19:00～	東大芦コミュニ ティセン ター大会議室	市内及び 地域住民	1回 300円		—
太極拳	呼吸に合わせてゆっくりと柔らかく、バランス能力、持久力などの向上効果	初級	毎月第1・3月曜日 10:00～11:00	北押原コ ミュニティ センター	自由	1回 300円	生子の里スポーツ クラブスマイル 090-5505-1615 高山	—
3B体操	音楽に合わせて楽しく行う体操	入門	毎月第2・4月曜日 10:00～11:00	北押原コ ミュニティ センター	自由	1回 300円		—
ヨガ	呼吸と体を整えます。	入門	毎週月曜日 19:30～20:30	北押原コ ミュニティ センター	自由	1回 300円		—
中高年健康体操	ラジオ体操、ストレッチ体操などみんなで一緒に	入門	毎週水曜日 10:00～11:00	北押原コ ミュニティ センター	自由	1回 200円		—
自力整体	身体をほぐし、慢性的な不調や痛みを解消	入門	毎週水曜日 19:00～20:30	北押原コ ミュニティ センター	自由	1回 600円		—
スポーツ吹矢	体力に自信がない方も障害のある方も呼吸法により健康効果が得られる。	入門	毎週木曜日 9:30～11:30	北押原コ ミュニティ センター	自由	1回 300円	高 齢 者 福 祉 セ ン タ ー 62-7691	—
空手道	礼に始まり、礼に終わる。礼儀正しい習慣が身につく。	入門	毎週金曜日 19:00～21:00	北押原コ ミュニティ センター	年長～ 中学生	1回 300円		—
らくらくヨガ講座	シニア向けです。無理のない動きで心身を整えます。	初級	5～9月 第1・3水曜日 10:00～11:30	高齢者福祉 センター	60歳以上 20人	無料	高 齢 者 福 祉 セ ン タ ー 62-7691	18

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
ピラティス入門講座	体幹を鍛え、筋力を強化します。年齢・経験問わず参加できます。	初級	5～9月 第1・3木曜日 10:00～11:30	高齢者福祉センター	60歳以上 15人	無料	高齢者福祉センター 62-7691	20
いきいき体操講座	体力アップの運動やストレッチを行います。	初級	5～9月 第2・4火曜日 10:00～11:30	高齢者福祉センター	60歳以上 20人	無料		16
1 いきいき自力整体(昼)	足腰やひざの痛み冷え性など不快な症状を自分で正しく快適に過ごす。 講師：鈴木康子	入門	4/20～9/28 (月・全15回) 10:00～11:30	市民情報センター	一般 20人	11,000円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	30
2 いきいき自力整体(夜)	足腰やひざの痛み冷え性など不快な症状を自分で正しく快適に過ごす。 講師：鈴木康子	入門	4/20～9/28 (月・全15回) 19:00～20:30	市民情報センター	一般 20人	11,000円		30
3 社交ダンス ワルツ&ジルバ	ステップを覚えながら、美しい姿勢を身につけよう。	初級	4/21～6/30 (火・全10回) 17:00～18:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円 教材費 80円		10
4 社交ダンス ルンバ&ブルース	ステップを覚えながら、美しい姿勢を身につけよう。	初級	7/7～9/15 (火・全10回) 17:00～18:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円 教材費 80円		10
5 社交ダンス タンゴ&ジルバ	ステップを覚えながら、美しい姿勢を身につけよう。	初級	9/29～12/8 (火・全10回) 17:00～18:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円 教材費 80円		10
6 あなたの健康おどり (初心者)	おどりは楽しい脳トレ まずはためにやってみよう! 講師：吉村 功	入門	4/22～6/3 (水・全5回) 10:00～12:00	市民情報センター	一般・高齢者 10人	2,200円		10
7 らくらく健康体操	体力に不安を感じたら始めてみませんか?無理なく体力づくり 講師：星野敦子	入門	4/22～7/8 (水・全10回) 10:00～11:30	菊沢コミュニティセンター	一般 10人 60～70代	7,500円 教材費 500円		20
8 シニアの音楽体操	童謡や昭和歌謡を歌ったり動いたり椅子体操を中心に楽しく体操 講師：星野敦子	入門	4/22～7/29 (水・全13回) 13:00～14:00	市民情報センター	一般 12人 65～80代	7,725円 教材費 275円		13
9 カントリー ラインダンス	カントリーミュージックに合わせ単独でステップを踏むダンスです。 講師：大出鶴二	入門	4/22～9/9 (水・全10回) 18:30～20:00	市民情報センター	一般 10人	3,000円 教材費 1,000円		20
10 はじめようヨガで ストレッチ①	筋肉を意識しながらヨガの動きを行うことで筋力UPとリラックス 講師：星野敦子	入門	4/23～7/30 (木・全13回) 10:00～11:00	市民情報センター	一般 12人 60～70代	7,725円 教材費 275円		13
11 はじめようヨガで ストレッチ②	筋肉を意識しながらヨガの動きを行うことで筋力UPとリラックス 講師：星野敦子	入門	4/23～7/30 (木・全13回) 11:00～12:00	市民情報センター	一般 12人 60～70代	7,725円 教材費 275円		13
12 3B体操(健康体操)	音楽に合わせて3つの用具を使い無理なく体力作りが出来る体操 講師：渡辺洋子	初級	4/23～9/24 (木・全10回) 10:00～11:30	東部台コミュニティセンター	一般 6人	7,900円 教材費 2,500円		20
13 はじめてのフラメンコ	フラメンコの音楽やリズムに触れコーヒールンバを踊りましょう。 講師：吉澤じゅりあん	入門	4/23～8/20 (木・全10回) 13:00～14:00	市民情報センター	一般 7人	10,000円		10
14 やさしいフラメンコ	フラメンコの基礎を学び、セビジャーナスを踊りましょう。 講師：吉澤じゅりあん	初級	4/23～8/20 (木・全10回) 14:00～15:00	市民情報センター	一般 7人	10,000円		10
15 楽しく踊ろうフラメンコ	小物、コルドベス(帽子)アパニョ(扇)を使って踊りましょう。 講師：吉澤じゅりあん	中級	4/23～8/20 (木・全10回) 15:00～16:00	市民情報センター	一般 7人	10,000円		10
16 美腹トレーニング	カラダが喜ぶ!姿勢改善効果抜群の美トレでお腹周りをスッキリ〜! 講師：なかむらしほみ	入門	4/24～9/18 (金・全15回) 10:00～11:30	市民情報センター	一般 17人	7,605円		30
17 笑顔で脳活リズム体操	膝が痛くても大丈夫!頭を使ってゆるりと動かだけで筋力、血流UP 講師：佐藤弘子	入門	4/24～9/18 (金・全10回) 10:00～11:00	市民情報センター	高齢者 8人 60歳以上	6,400円 教材費 200円		10
18 週末のストレッチヨガ	ゆったりとしたヨガをベースに無理なく動き心身ともにリラックス 講師：星野敦子	入門	4/24～7/31 (金・全12回) 19:30～21:00	市民情報センター	一般 13人	8,830円 教材費 170円		24

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
19 社交ダンスで認知症 リスク76%減少Ⅰ	認知症予防に役立つ社交ダンス理論に基づいた身体の動かし方 講師：世古宗弘一	入門	4/25～7/4 (土・全8回) 16:00～17:30	市民情報センター	一般 4人	14,100円 教材費 80円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	16
20 社交ダンスで認知症 リスク76%減少Ⅱ	認知症予防に役立つ社交ダンス理論に基づいた身体の動かし方 講師：世古宗弘一	入門	7/11～9/19 (土・全8回) 16:00～17:30	市民情報センター	一般 4人	14,100円 教材費 80円		16
21 社交ダンスで認知症 リスク76%減少Ⅲ	認知症予防に役立つ社交ダンス理論に基づいた身体の動かし方 講師：世古宗弘一	入門	4/26～7/12 (日・全8回) 14:00～15:30	市民情報センター	一般 4人	14,100円 教材費 80円		16
22 社交ダンスで認知症 リスク76%減少Ⅳ	認知症予防に役立つ社交ダンス理論に基づいた身体の動かし方 講師：世古宗弘一	入門	7/19～9/20 (日・全8回) 14:00～15:30	市民情報センター	一般 4人	14,100円 教材費 80円		16
23 3B体操でリフレッシュ!!	運動が苦手でも大丈夫 笑顔で体をほぐしましょう。 講師：岩崎順子	入門	4/28～9/29 (火・全16回) 10:00～11:30	市民情報センター	一般 12人	9,700円 教材費 3,900円		32
24 ボーカルヨガ	懐かしの歌を歌って動けば ストレスも吹き飛ば 笑顔で元気チャージ 講師：星野敦子	入門	4/28～8/25 (火・全10回) 13:00～14:00	まちなか 交流プラザ	一般 11人 50～60代	6,620円 教材費 380円		10
25 ピラティス	骨格を整えて代謝UP！健康的に痩せやすい身体をつくれます。 講師：真下清美	初級	5/11～7/13 (月・全10回) 18:00～19:00	市民情報センター	一般 11人	6,600円		10
26 楽しく♪大人のバレエ	初心者も安心 体をほぐしながら楽しく学ぶ 大人のバレエ教室 講師：渡辺麻美	入門	5/12～7/14 (火・全10回) 10:00～11:00	市民情報センター	一般 10人	4,700円		10
27 ゆったり健やか太極拳	太極拳 24 式型の全順序を通して体のバランスを整えていく。 講師：平井善子	初級	5/13～9/30 (水・全12回) 10:00～11:00	市民情報センター	一般 10人	5,460円		12
28 バレトン	筋トレ、バレエ、ヨガを組み合わせて楽しくシェイプUP 講師：真下清美	初級	5/13～7/15 (水・全10回) 18:00～19:00	市民情報センター	一般 11人	6,600円		10
29 Tomoyoga * 若返りナイト	一日の疲れをほぐしてリセット 快適な明日を手に入れよう！ 講師：川田知子	入門	5/13～9/16 (水・全10回) 19:15～20:45	市民情報センター	一般 10人	7,500円		20
30 スポーツウェルネス 吹矢体験教室	腹式呼吸で精神力、集中力、気力向上！自律神経改善、健康力上昇 講師：黒川幸昭	入門	5/22～9/4 (金・全8回) 9:30～11:30	北押原コミュニティセンター	一般 5人	4,000円		16
31 Tomoyoga * 若返りヨガ	股関節から整えて年齢を超えて輝ける体づくりをお手伝いします。 講師：川田知子	入門	5/18～9/28 (月・全10回) 13:00～14:30	市民情報センター	一般 10人	7,500円		20
32 NO介護！健康体操	椅子を使用し安全に筋トレやストレッチ、脳トレで楽しく健康に！ 講師：真下清美	初級	5/20～10/14 (水・全10回) 10:00～11:30	市民情報センター	一般・高齢者 15人	6,600円		20
33 新常識！認知症の 本当の原因	認知症になる様々な原因についてお伝えします。 講師：相羽直美	初級	4/22～9/30 (水・全6回) 10:00～12:00	市民情報センター	一般 20人	3,480円		12
34 初めての健康マージャン	「煙草・酒・賭金」なしの健康マージャンをゼロから覚えます。 講師：佐藤憲一	入門	4/25～6/27 (土・全10回) 13:00～15:00	講師宅 (貝島町)	一般 4人 マージャン 初心者	18,900円		20
35 眠れる栄養習慣	睡眠×栄養で健康寿命を伸ばす。 講師：石川友里子	初級	4/28～6/23 (火・全5回) 10:00～11:30	市民情報センター	一般 9人	4,560円		10
スポーツおにごっこ 出前講座	鬼ごっこがベースなので子どもから大人まで楽しめる「スポーツ鬼ごっこ」の出前講座。実戦を体験しよう！	—	ご希望の日時	ご希望の場所	10～20人	無料 (傷害保険は別途)	鹿沼おにごっこ実行委員会 090-5418-4632	1

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

4. 生活・芸術・文化コース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
ウィークエンド体験 (第1回)「楽しいおやつ の食べ方」	カルビーの食育講座 おやつの必要性や適正量など 体験を通して学びます。	入門	5/16(土) 10:00~11:30	市民情報 センター	小学生 30人	無料	生涯学習課 生涯学習係 63-3498 ※申込方法は「広報かぬ ま」でお知らせ します。	2
ウィークエンド体験 (第2回) 「楽しく学べる交通安全教室」	「あいおいニッセイ同和損 害保険出前講座」交通ル ールについて様々な体験を通 して学びます。	入門	6/13(土) 10:00~12:00	市民情報 センター	小学生 30人	無料		2
親子体験学習 「石窯で本格ピザを 作ろう！」	楽しみながら「本格石窯ピ ザ」を焼いてみましょう。 (2部制)	入門	4/19(日) ①9:30~10:30 ②11:00~12:00	菊沢コミュ ニティセン ター	小学生と 保護者 各10組	実費		2
親子体験学習 「防災安全マップ作り」	あいおいニッセイ同和損害保 険出前講座 防災について学び、安全マッ プを作ろう!!	入門	7/26(日) 10:00~12:00	市民情報 センター	小学生と 保護者 15組	実費		2
親子体験学習 「かぬまシウマイ作り」	夏休みの宿題におすすめ!! 崎陽軒初代社長 野並茂吉氏の 出身地鹿沼市で「かぬまシウ マイ作り」を体験しましょう。	入門	8/2(日) 10:00~12:00	市民情報 センター	小学生と 保護者 8組	実費		2
親子体験学習 「茶道教室」	親子で抹茶を立てて、美味 しい和菓子をいただきます しょう。	入門	9/13(日) 10:00~12:00	菊沢コミュ ニティセン ター	小学生と 保護者 8組	実費		2
趣味発見! 充実時間を愉しもう♪ 「草木染め体験」	「草木染め体験」 自然の素材で優しい色と模 様が楽しめます。	入門	5/31(日) 10:00~12:00	市民情報 センター	一般 8人	実費		2
趣味発見! 充実時間を愉しもう♪ 「手ごねパン」	初心者でも簡単♪美味しい 「手ごねパン」を作ってみ よう!	入門	6/17(水) 10:00~12:00	市民情報 センター	一般 12人	実費		2
趣味発見! 充実時間を愉しもう♪ 「アロマスプレー体験」	天然の香りで作る 「アロマスプレー体験」	入門	8/7(金) 18:30~20:00	市民情報 センター	一般 20人	実費		2
千葉県三記念館 おはなし会	児童文学作家千葉県省三の作 品を、影絵、紙芝居などで 紹介します。	入門	毎月第3日曜日 (変更の場合あり)	千葉県三 記念館	どなたでも	無料	文 化 課 文化振興係 65-6741	1
鹿沼の歴史につ いて学ぼう	時代やテーマに応じ、鹿沼 の歴史について分かりやす く紹介いたします。	入門	随時(応相談)	応相談	5人程度~ 応相談	無料	文 化 課 文化財係 62-1172	1
オカリナ教室	オカリナの優しい音色を奏 でてみませんか? 講師:大島芳美	初級	5/11(月)~ 7/13(月) 全8回 14:00~15:30	かぬまケーブルテ レビホール(市民 文化センター)多 目的ギャラリー	一般 15人	1コース 3,000円 別途教材費 550円	4/5(日)10時から受付開始 かぬまケーブルテレビホー ル(市民文化センター) 65-5581	—
大人のはじめて の絵画教室	大人を対象とした絵画初心 者のための教室です。 講師:鹿沼市美術協会	入門	5/1(金)~ 5/29(金) 全4回 9:30~11:30	かぬまケーブルテ レビホール(市民 文化センター) 中会議室	一般 10人	1コース 2,000円	4/4(土)10時から受付開始 かぬまケーブルテレビホー ル(市民文化センター) 65-5581	—
たのしい 折り紙講座	みんなで楽しみながら作品 づくり!	初級	5~9月 第2・4木曜日 10:00~11:30	高齢者福祉 センター	60歳以上 15人	無料	高齢者福祉 センタ 62-7691	18
春を楽しむ ガーデニング教室	可愛いお花を寄せて植え込 みます!春を感じる1鉢を 作ってみませんか?	入門	4/5(日) 10:00~	花木 センター	24人	2,000円	花木センター 総 務 課 76-2310	1
初級さつき教室	手軽に楽しむさつき教室 小品のさつきを題材にした 入門的な教室です。	入門	4/11(土) 10:00~	花木 センター	10人	2,000円		1
村上敏氏による バラの講習会	NHK 趣味の園芸人気講 師! NHK あさイチ講師に よるバラの講習会です!	入門	4/18(土) ①10:30~ ②13:30~	花木 センター	各50人	無料		2
山野草教室	寒河江(サガエ)ギボウシ とヒナソウの育て方	入門	4/19(日) 10:00~	花木 センター	10人	1,500円		1
お部屋を彩る苔テ ラリウムづくり	ガラスの中に苔や石を使い ながら、自分だけの小さな 世界を作ります	初級	4/25(土) ①10:00~ ②13:00~	花木 センター	各15人	2,500円		1

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
手のり盆栽教室	場所を選ばない手のひらサイズの盆栽を作ってみませんか？初めてのの方にオススメです！	入門	①4/26(日) ②5/24(日) ③6/28(日) 各10:00～ 随時	花木センター	20人	2,000円	花木センター 総 務 課 76-2310	各2
ハンギング教室	ハンギング教室。初心者大歓迎です！ 講師 大鹿 千鶴子氏日本ハンギングバスケット協会栃木支部マスター (容器サイズ直径25cm)	初級	4/29(水・祝) 10:00～	花木センター	20人	3,500円 容器代別途		2
多肉植物の寄せ植え教室	初心者でも楽しめる、多肉植物の寄せ植え教室です。初夏の花車を作っていきます。	初級	5/2(土) 10:00～13:00～	花木センター	各10人	3,000円		2
山野草教室	ヒツシグサとエーデルワイスの育て方	入門	5/3(日・祝) 10:00～	花木センター	10人	1,500円		1
モダン盆栽体験	型にとらわれない、自由な盆栽を作ってください。	入門	5/9(土) 10:00～	花木センター	10人	2,000円		1
お手入れいらずのテラリウムづくり	本物の花や苔にブリザーブド加工を施した材料を使ったテラリウム作り。お世話も楽ちんなテラリウムです。	初級	5/23(土) ①10:00～ ②11:00～ ③13:00～ ④14:00～	花木センター	各10人	500円		1
カラー粘土を使った陶器のお皿作り	カラー粘土を使って、カラフルなお皿を作ってみよう。	初級	5/24(日) ①10:00～ ②14:00～	花木センター	各10人	1,000円		1
鹿沼南高生による、さつきの苔玉ワークショップ	鹿沼南高生が育てた、さつきの苗木をころころかわいい苔玉にしてみませんか。講師は鹿沼南高生の皆さんです！	入門	5/30(土) ①10:00～12:00 ②13:00～14:00	花木センター	約20人	1,500円		2
手のり盆栽教室	場所を選ばない手のひらサイズの盆栽を作ってみませんか？初めてのの方にオススメです！	入門	5/31(日) 各10:00～随時	花木センター	20人	2,000円		1
涼を楽しむ寄せ植え教室	涼を感じてもらおう寄せ植え教室です。	入門	6/7(日) 10:00～	花木センター	24人	2,000円		1
山野草教室	セッコク鉢植えとアポイギキョウの育て方	入門	6/20(土) 10:00～	花木センター	10人	1,500円		1
手のり盆栽教室	場所を選ばない手のひらサイズの盆栽を作ってみませんか？初めてのの方にオススメです！	入門	①7/26(日) ②8/23(日) ③9/27(日) 各10:00～	花木センター	各24人	2,000円	シルバー人材センター 65-3200	各2
苔玉教室	身近な植物を可愛らしい苔玉に・・・	入門	①8/1(土) ②9/5(土) 各10:00～	花木センター	各12人	2,000円		各1
山野草教室	タイワンホトトギスとセツブンソウ球根植付けの育て方	入門	9/19(土) 10:00～	花木センター	10人	1,500円		1
一閑張りのつくり方	一閑張りのバッグをつくってみませんか。	入門	7月予定(全4回)	シルバー人材センター (日吉町)	一般 5人	10,000円 (材料費含む)		未定
36 前楽結びで楽しいきものライフ	前でお太鼓を作ってから後ろに回すだけなので簡単に帯結びができます。 講師：高田キク	初級	5/9～6/6 (土・全5回) 13:30～15:30	講師宅 (楡木町)	女性 5人	6,600円		10
37 この夏のあなたがゆかたクイーン	ゆかたの着方と半巾帯の結び方 講師：高田キク	入門	6/20～7/11 (土・全4回) 13:30～15:00	講師宅 (楡木町)	女性 4人	6,050円		8
38 しあわせのリボン刺しゅう(火)	数種のステッチを勉強し花に囲まれたくまのボーチを作ります。 講師：平山久子	初級	4/21～6/16 (火・全3回) 19:00～21:00	市民情報センター	女性 5人 中学生以上	6,060円 教材費 3,500円		6
39 しあわせのリボン刺しゅう(日)	リボン刺しゅうでピンクッションとハサミケースを作ります。 講師：平山久子	初級	4/26～6/21 (日・全3回) 14:00～16:00	市民情報センター	女性 5人 中学生以上	6,060円 教材費 3,000円		6
40 パッチワークしましょ R8 春	パッチワークのミニバッグとおそろいのボーチを作ってみましょう。 講師：篠原佳津江	入門	5/28～7/2 (木・全4回) 10:00～12:00	市民情報センター	一般 10人	3,840円 教材費 5,000円		8

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
41 ニャンドゥティレース	1本の針でつくる虹色の夢の世界 パラクアイの伝統手工芸 講師：中山友里子	入門	5/30～6/13 (土・全3回) 10:00～11:30	講師宅 (上野町)	一般 3人	4,500円 教材費 500円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	6
42 昔ながらの手織	藍染のストールかテーブル センターを織る。 講師：中條美代子	入門	9/26～10/24 (土/日・全7回) 10:00～12:00	講師宅 (天神町)	女性 2人	7,800円 教材費 3,500円		14
43 折り紙	折り紙の基本を習得して暮らし の中折り紙作品を作り楽しむ。 講師：寺崎恵美子	初級	4/23～7/16 (木・全6回) 10:00～12:30	文化活動 交流館	一般 8人	3,450円 教材費 600円		18
44 籐(ラタン)編み教室	オリジナルベースを使った かごバッグ、アクセサリー を作ります。 講師：大塚もとみ	入門	4/24～7/24 (金・全4回) 19:00～21:00	市民情報 センター	一般 5人	7,780円 教材費 15,000円		8
45 アロマコラージュ(木)	天然の香りで香水を創り、 切り貼りアートで非日常の ひとときを。 講師：森澤佳代子	入門	4/30～5/28 (木・全2回) 13:00～15:00	市民情報 センター	一般 6人	2,900円 教材費 2,600円		4
46 アロマコラージュ(水)	天然の香りで香水を創り、 切り貼りアートで非日常の ひとときを。 講師：森澤佳代子	入門	5/27～6/24 (水・全2回) 19:00～21:00	市民情報 センター	一般 6人	2,900円 教材費 2,600円		4
47 香りのアトリエ	香りとアートを楽しむ私時 間。コラージュミニ体験と サシェ作り 講師：森澤佳代子	入門	6/3～7/8 (水・全2回) 10:00～11:30	東部台コ ミュニティ センター	一般 6人	2,450円 教材費 1,500円		4
48 推しの香りをまとう 時間	「推し」「好き」を形に。私 だけの推し香水と推し色ク ラフト作り 講師：森澤佳代子	入門	6/3～7/1 (水・全2回) 19:00～21:00	文化活動 交流館	一般 6人	2,900円 教材費 2,100円		4
49 アロマクラフト	アロマ香水、サシェ、ワッ クスカップなどお好みの香 りで小物作り 講師：森澤佳代子	初級	6/4～7/2 (木・全2回) 13:30～15:30	文化活動 交流館	一般 6人	2,900円 教材費 2,500円		4
50 アロマ&ミネラル 料理講座	簡単レシピを紹介し、参加 者自身で調理、試食を行いま す。 講師：秋元紋華	入門	4/20～6/15 (月・全3回) 10:00～13:00	市民情報 センター	一般 6人	2,100円 教材費 4,500円		9
51 やさしい和菓子づくり	市販のあんや材料で和菓子 屋さんにも負けない和菓子がつ くれるよ。 講師：秋澤佳津子	入門	4/21～9/29 (火・全6回) 9:30～12:30	菊沢コミュ ニティセン ター	一般 5人	16,380円 教材費 9,000円		18
52 美と健康!簡単腸活 料理教室	基本の腸活伝授!簡単オー ブン料理と手作り塩麹で食 を整える料理 講師：鈴木なぎ音	入門	4/26～5/24 (日・全2回) 10:30～13:30	講師宅 (坂田山)	女性 4人	6,150円 教材費 2,450円		6
53 おいしいパンを焼 いてみませんか	だれでも、おいしいパンを 焼くことが出来る体験をし てもらう。 講師：秋澤佳津子	入門	4/30～9/24 (木・全6回) 9:30～12:30	栗野コミュ ニティセン ター	一般 5人	16,380円 教材費 9,000円		18
54 安全・安心!!無添加 の手作りパン・ケーキ	美味しいパン・ケーキを作 ろう!手こねの生地作りは ストレス解消! 講師：細川香絵	入門	5/14～9/17 (木・全5回) 10:00～13:00	市民情報 センター	一般 6人	9,150円 教材費 6,000円		15
55 ようこそ奥深きスパ イスの世界へⅠ	スパイスを使った、インド 家庭料理 レベル1 講師：岩崎有紀	初級	5/17～6/14 (日・全2回) 11:00～14:00	市民情報 センター	一般 6人	5,200円 教材費 3,000円		6
56 ようこそ奥深きスパ イスの世界へⅡ	スパイスを使った、インド 家庭料理 レベル2 講師：岩崎有紀	初級	7/26～8/23 (日・全2回) 11:00～14:00	市民情報 センター	一般 6人	5,200円 教材費 3,000円		6
57 素敵にガーデニン グライフ	いつも見かける身近な草花を 素敵な寄せ植えに変身!! 講師：渡辺順子	初級	4/21～6/16 (火・全3回) 14:00～15:30	講師宅 (上石川)	女性 6人	3,500円 教材費 8,400円		6
58 ヨーロッパ フラワーデザイン	フラワーアレンジを楽しく 学びましょう。 講師：城野隆子	入門	5/17～7/5 (日・全3回) 13:00～15:00	市民情報 センター	一般 5人	6,060円 教材費 6,900円		6
59 ウエディングブーケ を作ろう!	6月の花嫁は幸せになれま す。ブーケとブートニアを 作りましょう。 講師：城野隆子	入門	6/5～6/19 (金・全2回) 14:00～16:30	講師宅 (松原)	一般 4人	5,900円 教材費 6,600円		4
60 プリザーブドフラ ワーアレンジ	プリザーブドフラワーや造 花でアレンジメントを作り ましょう。 講師：松本浩美	初級	6/20～8/8 (土・全3回) 14:00～16:00	市民情報 センター	一般 6人	4,700円 教材費 6,000円		6

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
61 楽しく学ぼう「遊び文字」	筆ペンやサインペン等を用いて遊び心で書くアート文字です。 講師：大橋好美	初級	4/25～9/19 (土・全6回) 14:00～16:00	市民情報センター	一般 10人	5,820円 教材費 500円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	12
62 筆ペンで 楽しもう	まず自分宛に手紙を書きましょう。 講師：青木栄子	入門	4/28～6/23 (火・全8回) 10:00～11:30	講師宅 (中田町)	一般 5人	8,000円 教材費 500円		16
63 茶の湯裏千家へのおさそい 1	初歩からしっかり勉強して、薄茶点前の稽古をします。 講師：秋澤佳津子	入門	4/22～9/16 (水・全11回) 19:00～21:00	講師宅 (加園)	一般 5人	18,500円 教材費 7,700円		22
64 茶事のおけいこへのおさそい	茶道の本来の姿を一汁三菜を通して理解してもらう。 講師：秋澤佳津子	入門	4/24～6/26 (金・全3回) 10:00～13:00	掬翠園	一般 5人	9,060円 教材費 16,500円		9
65 たのしい茶道	椅子とテーブルで抹茶を楽しむ。 講師：青木宗栄	入門	4/24～6/5 (金・全7回) 18:00～20:00	講師宅 (中田町)	一般 5人	8,360円 教材費 3,500円		14
66 裏千家花月の会	花月の勉強会です。 講師：秋澤佳津子	入門	4/30～9/17 (木・全6回) 10:00～12:00	講師宅 (加園)	一般 5人	12,900円 教材費 5,000円		12
67 茶の湯裏千家へのおさそい 2	初歩からしっかり勉強して、薄茶点前の稽古をします。 講師：秋澤佳津子	入門	5/2～9/19 (土・全11回) 19:00～21:00	講師宅 (加園)	一般 5人	18,500円 教材費 7,700円		22
68 心を通わす一服のお茶	一手間かけてお客様の心をほぐし日本の伝統文化にふれてみませんか。 講師：秋澤弘子	初級	5/9～5/30 (土・全3回) 13:30～15:30	講師宅 (東町)	一般 3人	4,900円 教材費 1,500円		6
69 表千家・子供茶道教室	基本動作を学びながら、お菓子を食べ抹茶をいただきます。 講師：秋澤宗孝	入門	8/3～8/31 (任意・全3回) 1回2時間	講師宅 (仁神堂町)	子供3人 (小学～中学生)	5,900円 教材費 1,500円		6
70 絵を楽しみましょう	絵の基礎を学び、水彩絵の具で作品を制作する。 講師：青木典子	入門	4/20～6/1 (月・全5回) 13:30～15:30	講師宅 (上日向)	女性 3人	900円 教材費 1,500円		10
71 描画を楽しむ	デッサン、水彩、油彩等。好きな描法で好きなものを描く。 講師：大塚正美	入門	4/25～9/12 (土・全10回) 13:30～15:30	講師宅 (旭が丘)	一般 3人	14,200円		20
72 絵画入門	基本のデッサンで形の基礎を学び作品制作が楽しめる様に。 講師：宮坂 健	入門	5/11～8/3 (月・全10回) 13:00～15:30	講師宅 (府中町)	一般 3人	9,800円		20
73 ころなごむパステルアート	初めてでも楽しめる指で描くやさしいアートです。 講師：大門三奈子	入門	5/12～9/8 (火・全5回) 10:00～12:00	市民情報センター	一般 5人	3,800円 教材費 2,000円		10
74 陶芸を楽しむ	粘土をこね、形と色等考え、できた器を使う楽しみは素敵です。 講師：大貫久子	入門	4/25～5/16 (土/日・全4回) 9:30～11:30	講師宅 (上久我)	一般 6人	4,233円 教材費 2,767円		8
75 レースドール入門	レースドールを飾りましょう！磁器焼成人形を作ります。 講師：大貫陽子	入門	5/9～5/16 (土・全2回) 13:30～15:30	講師宅 (戸張町)	女性 5人	3,800円 教材費 3,000円		4
76 切り絵を楽しむ 1	切り絵は誰にでも出来ます。作って飾ってみませんか。 講師：福田 源	入門	5/13～6/3 (水・全4回) 10:00～12:00	市民情報センター	一般 10人	2,000円 教材費 2,500円		8
77 切り絵を楽しむ 2	はがきサイズの切り絵をつくりませんか。楽しいですよ。 講師：福田 源	入門	7/1～7/22 (水・全4回) 10:00～12:00	市民情報センター	一般 10人	2,000円 教材費 2,500円		8
78 切り絵を楽しむ 3	切り絵ははじめてでも大丈夫です。小さな作品作りましょう。 講師：福田 源	入門	9/4～9/25 (金・全4回) 19:00～21:00	市民情報センター	一般 10人	2,000円 教材費 2,500円		8
79 古伊万里の魅力紹介	江戸前期に作られた古伊万里（藍九谷様式）の魅力を紹介 講師：落合 浩	初級	5/16～6/13 (土・全2回) 13:30～15:00	市民情報センター	一般 5人	1,200円 教材費 300円		4
80 郷土の人物を学ぼう	鈴木要三、半田良平など鹿沼の産業や文化を創った先人を学ぼう。 講師：福田純一	初級	5/30～9/19 (土・全5回) 13:30～15:30	市民情報センター	一般 10人	5,350円 教材費 100円		10

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
81 すてきに健康とうた	昭和歌謡や童謡を歌って、動いて笑って健康促進とストレス解消！ 講師：星野敦子	入門	5/15～8/28 (金・全8回) 10:00～12:00	まちなか交流プラザ	一般 14人	6,950円 教材費 1,050円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	16
82 始めてみようボイス トレーニング	声の悩みを解消しませんか？気持ちよく歌うコツが学べます。 講師：星野敦子	入門	5/10～9/30 (任意・全4回) 1回1時間	講師宅 (東町)	一般 8人 3歳～シニア	9,100円 教材費 400円		4
83 みんなで歌うボイス トレーニング	ディズニーやミュージカル、80年代歌謡曲などを歌います。 講師：渡辺麻美	入門	5/13～7/15 (水・全10回) 10:00～11:00	市民情報センター	一般 10人	5,200円		10
84 わらべうたで思いきり音楽あそび	友達と手を繋いだり沢山身体を使って歌って脳みそも使っちゃおう。 講師：佐藤弘子	入門	5/16～6/27 (土・全2回) 10:00～11:30	市民情報センター	子供 12人 (年少～小学生)	2,100円		4
85 はじめてのミュージカル♪①	ダンスや歌をおけいこ。10月の学びフェスティバルに出してみない？ 講師：佐藤たかこ	入門	7/19～8/23 (日・全5回) 9:30～10:30	北押原コミュニティセンター	子供 5人 (年長～小1)	5,500円		5
86 はじめてのミュージカル♪②	ダンスや歌をレッスン。①から続けて、学びフェスに2曲出る？ 講師：佐藤たかこ	入門	8/30～10/4 (日・全5回) 9:30～10:30	北押原コミュニティセンター	子供 5人 (年長～小1)	5,500円		5
87 らくらくピアノで楽しく脳活	中高年から始めるらくらくピアノ。気軽に楽しく脳活レッスン 講師：伊藤小百合	入門	4/20～6/22 (月・全5回) 13:00～14:30	菊沢コミュニティセンター	一般 10人	3,825円 教材費 1,650円		10
88 らくらくピアノで脳活レッスン	中高年から始めるらくらくピアノ。気軽に楽しく脳活レッスン 講師：伊藤小百合	入門	4/20～6/30 (任意・全5回) 1回30分	講師宅 (見野)	一般 5人	6,400円 教材費 1,650円		5
89 指1本から始める脳トレピアノR	「できた！」が嬉しい初めてでも安心。脳が生き生き若返るピアノ術 講師：佐藤弘子	入門	4/24～5/29 (金・全3回) 11:00～12:00	市民情報センター	一般 5人	3,600円 教材費 50円		3
90 たのしいピアノ♪	ひとりひとりに合わせたレッスンで楽しくピアノをひきましょう。 講師：金田初江	初級	5/10～9/30 (任意・全5回) 1回30分	講師宅 (上殿町)	女性・高齢者 子供3歳～ 5人	6,800円		5
91 リカレント(学び直し)ピアノ♪	保育などの教育現場で、ピアノの不安を一緒に解消しましょう。 講師：金田初江	初級	5/10～9/30 (任意・全5回) 1回30分	講師宅 (上殿町)	女性 5人	6,800円		5
92 ひよこさんのピアノ教室♪	チャレンジ！子供のための個別指導。メソッドで楽しくやる気もUP！ 講師：黒川千重子	入門	5/11～9/10 (任意・全5回) 1回30分	講師宅 (西茂呂)	子供 7人 (3歳～小学生)	5,700円 教材費 500円		5
93 超ひよこさんのプレピアノ教室♪	好きとできるを実感！ここから始める笑顔のわくわくピアノ体験 講師：黒川千重子	入門	5/11～9/10 (任意・全3回) 1回30分	講師宅 (西茂呂)	子供 5人 (2歳半～4歳)	3,500円 教材費 300円		3
94 楽しく脳活らくらくピアノ	中高年から始めるらくらくピアノ。集いながら気軽に脳活レッスン 講師：伊藤小百合	入門	5/15～7/17 (金・全5回) 13:00～14:30	菊沢コミュニティセンター	一般 10人	3,825円 教材費 1,650円		10
95 はじめてのピアノチャレンジ(春)	楽譜の読めない初心者からのマイペースレッスン 講師：星野敦子	入門	5/20～9/20 (任意・全4回) 1回30分	講師宅 (東町)	一般・子供 7人 (3歳～70代)	5,900円 教材費 600円		4
96 明暗尺八入門	尺八の源流である明暗尺八を吹いてみませんか。 講師：石網龍山	入門	5/10～7/20 (任意・全4回) 1回1時間	講師宅 (貝島町)	一般 5人	4,900円 教材費 100円		4
97 楽しくオカリナ	やさしい音を出してみよう。簡単な春の曲が吹けるまで。 講師：神長紀子	入門	5/13～7/8 (水・全5回) 13:30～14:30	市民情報センター	一般 5人	5,500円 教材費 800円		5
98 ギター教室入門(土)	楽器経験ゼロからスタート。かんたんな曲からあこがれの曲まで。 講師：野口 理	入門	4/25～9/5 (土・全10回) 19:00～20:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円 教材費 500円		10
99 ギター教室(土)	大好きな曲をギターと歌で楽しむ。音楽好きあつまれ！ 講師：野口 理	初級	4/25～9/5 (土・全10回) 20:00～21:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円		10
100 ギター教室入門(月)	楽器経験ゼロからスタート。かんたんな曲からあこがれの曲まで。 講師：野口 理	入門	4/27～9/7 (月・全10回) 19:00～20:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円 教材費 500円		10

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
101 ギター教室（月）	大好きな曲をギターと歌で楽しむ。音楽好きあつまれ！ 講師：野口 理	初級	4/27～9/7 （月・全10回） 20:00～21:00	市民情報センター	一般 5人	9,500円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	10
102 エンジョイウクレレ	ウクレレの基礎を学び弾き語りができるまでを学習します。 講師：橋田利夫	初級	4/28～9/8 （火・全10回） 13:00～14:00	市民情報センター	一般 10人 （50歳以上）	4,200円 教材費 800円		10
103 ハーブをひいてみよう	癒しの音色で、毎日のストレスを解消する時間に。 講師：中山友里子	入門	4/25～5/9 （土・全3回） 任意・1回1時間	講師宅 （上野町）	一般 3人	8,100円		3
104 やさしいミニハーブ	膝の上に乗るハーブを弾いてみましょう。 講師：鈴木薫利	入門	5/12～6/9 （火・全3回） 13:30～14:30	市民情報センター	一般 3人	4,900円 教材費50円 レンタル 1回500円		3
105 お琴を弾いてみましょう	初心者も経験者も大歓迎 自分のお爪を作ります。一式です。 講師：吉澤佳世	入門	5/1～5/31 （任意・全3回） 1回1時間	講師宅 （上野町）	一般 2人	3,800円 教材費 3,800円		3
106 生田流 箏曲	手ほどきを学んで「さくら」を弾いてみましょう。 講師：宮坂文机余	入門	5/9～6/13 （土・全5回） 任意・1回1時間	講師宅 （府中町）	女性・子供 3人	5,800円 教材費 3,500円		5
107 箏・体験講座	生田流箏曲 初心者も経験者も個別レッスン 楽器がなくてもOK 講師：殿岡雅楽巴蓉	入門	6/8～7/31 （任意・全2回） 1回1時間	講師宅 （西沢町）	女性・子供 2人 10歳以上	2,800円		2
108 三味線・体験講座	中棹三味線（三弦）の音を出してみましょう。楽器がなくてもOK 講師：殿岡雅楽巴蓉	入門	6/8～7/31 （任意・全2回） 1回1時間	講師宅 （西沢町）	女性 2人	2,800円		2
109 宮沢賢治の童謡と詩の会	作品、おもに童謡と詩を読んで、賢治の生き方を探しましょう。 講師：石島崇男	初級	4/20～9/14 （月・全6回） 10:00～12:00	市民情報センター	一般 20人	6,200円 教材費 300円		12
110 良いところ取り「源氏物語」	源氏物語の主な部分を読みます。「若紫」～「葵」巻まで。 講師：石島崇男	初級	5/12～9/8 （火・全5回） 10:00～12:00	市民情報センター	一般 15人	5,300円 教材費 200円		10
111 「伊勢物語」の会	伊勢物語の主な章段を読みます。最初から二、三段ずつ。 講師：石島崇男	初級	5/29～9/4 （金・全5回） 10:00～12:00	市民情報センター	一般 15人	5,300円 教材費 200円		10
112 エンジョイ川柳	川柳と親しみその醍醐味を満喫し初級から中級・上級へ一歩ずつ。 講師：横山弘達	初級	4/28～9/29 （火・全5回） 13:30～15:30	市民情報センター	一般 10人	5,300円 教材費 200円		10
113 やさしい短歌	あなたの想いを詠みませんか！五・七・五・七・七 講師：津吹節子	初級	5/8～9/11 （金・全5回） 13:30～15:30	市民情報センター	一般 10人	5,300円 教材費 200円		10
114 らくらく俳句講座	身近な風物をやさしい言葉で俳句に詠みましょう！ 講師：中村國司	初級	5/28～9/24 （木・全5回） 13:30～15:30	市民情報センター	一般 10人	5,300円 教材費 200円		10

5. 地域づくりコース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
ふるさと鹿沼 体験講座 （3回シリーズ）	手びねりで花器作りとフラワーアレンジメントを学び花器に美しい花を飾ろう。	入門	6～8月 （全3回）	市民情報センター	一般 20人	実費	生涯学習課生涯学習係 63-3498 ※申込方法は「広報かぬま」でお知らせします。	2
お茶会	お茶会	—	さつき祭りにちなみ開催 5/24（日） 10:00～15:00	屋台のまち 中央公園	どなたでも	各席 500円	市観光協会 （屋台のまち 中央公園内） 60-6070	—
民話お話し会	語り部による民話	—	さつき祭りにちなみ開催 5/24（日） 14:00～15:00	屋台のまち 中央公園	どなたでも	無料		—
彫刻屋台展示館 無料入館	県民の日として入館料が無料になります。	—	6月栃木県民の日 にちなみ開催 6/14（日） 9:00～17:00	屋台のまち 中央公園・ 彫刻屋台展 示館	どなたでも	無料		—

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
お茶会	お茶会	—	6月栃木県民の日にちなみ開催 6/14(日) 10:00~15:00	屋台のまち 中央公園	どなたでも	各席 500円	市観光協会 (屋台のまち 中央公園内) 60-6070	—
民話お話し会	語り部による民話	—	6月栃木県民の日にちなみ開催 6/14(日) 14:00~15:00	屋台のまち 中央公園	どなたでも	無料	—	—
千手山公園 さくら祭り	約300本のサクラの開花に 合わせ、4月上旬から中旬 にかけて開催します。	—	4月上旬~中旬頃 (約10日間)	千手山公園 (千手町)	どなたでも	無料	市観光協会 (千手山公園) 65-0778	—
千手山公園 つつじ祭り	約1,000本のツツジが、4 月下旬から5月上旬にかけ て見頃を迎えます。	—	4月下旬~5月上 旬頃	千手山公園 (千手町)	どなたでも	無料	—	—
磯山神社 あじさい祭り	あじさいの見頃に合わせ、提 灯が灯されます。期間中は「茅 の輪」も設置されています。	—	6月中旬~ 7月上旬	磯山神社	どなたでも	—	市観光協会 60-2507	—
生子神社 泣き相撲	子どもの健やかな成長を祈 願して泣き相撲が行われま す。	—	9/20(日)予定	生子神社	生後6か月くら いの首の据わつ たお子様~3歳 くらいまで 先着1,000人	5,000円	—	—
城山つつじまつり	2万株のツツジが咲き誇る 中、様々なイベントが行わ れます。	—	4月中旬~ 5月上旬	あわの 城山公園	どなたでも	—	ふるさとあわの づくり協議会 85-2281	—
鹿沼さつき祭り	全国一のさつきの祭典。約 1千種類、1万本以上のさ つきの花を楽しめます。	—	5/23(土)~ 6/1(月) (10日間)	花木 センター	どなたでも	—	鹿沼さつき祭 り実行委員会 76-2310	—
鹿沼さつき祭り協賛 グルメフェア&花火 2026	市内のグルメを味わいなが ら、夜には初夏の風物詩、 鹿沼の花火を楽しめます。	—	5/23(土)	黒川河畔	どなたでも	—	鹿沼さつき祭 り協賛花火大 会実行委員会 63-2188	—
ヤマメつかみ取り 大会	素手でヤマメを捕まえてい ただきます。	—	8月中旬	永野コミュ ニティ公園 前河川	どなたでも 100人	1,500円~ 2,500円	下都賀漁業 協同組合 0285-22-0402	—
アユ釣り大会	3匹の全長合計を競い、1 位~3位の方には賞品がプ レゼントされます。	—	8月中旬	清洲橋上 流河川敷	どなたでも 100人	2,500円	小倉川漁業 協 同 組 合 78-5498	—
マス釣り大会	エサを使い1日自由にマス 釣りをお楽しみいただけま す。	—	10月中旬	上粕尾 地内	どなたでも 200人	1,000円~ 2,000円	粕 尾 漁 業 協 同 組 合 83-0543	—
花と緑のフェスタ	春の花や鉢物、観葉植物、 園芸用品などが販売されま す。	—	4/18(土)~ 5/6(水)	花木 センター	どなたでも	—	花木センター 76-2310	—
鹿沼史談会 記念講演会	郷土史に関する講演会 「鹿沼の飢饉碑」 講師：竹末広美	中級	4/19(日) 14:00~	図書館 本館	どなたでも	無料	史談会 080-6575-5628 福田	2

6. 国際理解・語学コース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
そばちょこ日本語教室 (あなたのそばにちょこ っと日本語)	在住外国人市民のための日 本語教室です。 お子さんを連れてきても大 丈夫です!	入門 ~ 中級	毎週水曜日 10:00~11:30	市民情報 センター	在住外国人、 定員なし	無料	市 国 際 交 流 協 会 60-5931	各2
zoomまるごと 日本語教室	在住外国人のためのオンラ イン日本語教室です。日本 語ボランティアと楽しく学 びましょう!	入門 ~ 中級	毎週木曜日 21:00~22:30	オンライン (zoom)	在住外国人、 定員なし	無料		各2
ドイツ語教室 (入門)	初めてドイツ語を学ぶ方大 歓迎。基礎から進めます。 一時保育有。(無料・要予約)	入門	4/8~5/20 (水・全5回) 10:00~11:30	まちなか 交流プラザ	15人	協会会員 5,000円 (別途年会費 1,000円) 非会員 7,000円		10
スペイン語講座	ペルー出身のベティ先生と 楽しく話そう!	初級	4/14~6/23 (火・全10回) 19:00~20:30	市民情報 センター	15人	協会会員 10,000円 (別途年会費 1,000円) 非会員 12,000円		15

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
国際理解講座 (インド)	インドってどんな国？インドの暮らしをのぞいてみよう！	—	4/25(土) 15:00～17:00	市民情報 センター	15人	1,000円 (別途年会費 1,000円)	市 国 際 交 流 協 会 60-5931	未定
英会話 4月～ フェルナンド先生	ALTのフェルナンド先生と 楽しく話そう！	初級	4/14～5/19 (火・全5回) 19:00～20:30	市民情報 センター	15人	協会会員 5,000円 (別途年会費 1,000円) 非会員 7,000円		10
英会話 6月～ フェルナンド先生	ALTのフェルナンド先生と 楽しく話そう！	初級	6/2～6/30 (火・全5回) 19:00～20:30	市民情報 センター	15人	協会会員 5,000円 (別途年会費 1,000円) 非会員 7,000円		10
英会話 6月～ ビビロ先生	ALTのビビロ先生と楽しく 話そう！	初級	6/24～7/22 (水・全5回) 19:00～20:30	市民情報 センター	15人	協会会員 5,000円 (別途年会費 1,000円) 非会員 7,000円		10
地球まるかじり セミナー	小学生対象の国際理解講座 です。	—	7～8月予定	市内	小学生	材料費 程度		2
日本語ボランティア 養成講座	外国籍の人と交流するヒント を知って、日本語を教えるボ ランティアになりませんか？	入門	7月～予定 (全10回)	市内	15人	5,000円 (別途年会費 1,000円)	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	20
115 トラベル英会話	海外旅行や来日観光客と話 せる英会話をネイティブ講 師と学ぶ。 講師：荒川シーシー	初級	4/23～7/2 (木・全10回) 11:00～12:00	市民情報 センター	一般 10人	5,200円 教材費 1,800円		10
116 やってみっかな 韓国語	あの○や□で出来た記号？ 自分で読み書きしてみっ！	入門	4/25～6/6 (土・全6回) 11:00～12:00	市民情報 センター	一般 10人	3,380円 教材費 620円		6
117 続けてみっかな 韓国語	日本語と韓国語は文法が殆 んど同じだから簡単にホント け？	入門	6/13～7/18 (土・全6回) 11:00～12:00	市民情報 センター	一般 10人	3,380円 教材費 620円		6
118 ウルトラ初心者の 英会話	英会話が全く初めてのの方 のための超基礎英会話教室 です。 講師：佐藤憲一	入門	4/25～6/27 (土・全10回) 9:00～10:00	講師宅 (貝島町)	一般 4人	9,550円 教材費 450円		10
119 ウルトラ初心者の 英会話プラス	「ウルトラ初心者」4期以上 の受講者を対象とした英会 話教室です。 講師：佐藤憲一	入門	4/25～6/27 (土・全10回) 10:10～11:10	講師宅 (貝島町)	一般 4人	9,550円 教材費 450円		10
120 キッズイングリッシュ ジュニア	歌・ダンス・ゲーム・会話 練習を通して英語を楽しみ ながら学ぶ。 講師：佐藤憲一	入門	4/28～7/7 (火・全10回) 17:00～17:50	講師宅 (貝島町)	子供 4人 (小3～5)	9,100円 教材費 900円		10
121 みんなで楽しむ 英会話	「ウルトラ初心者」5年以上 の受講生のための、中級英会 話です。 講師：佐藤憲一	中級	5/13～7/15 (水・全10回) 14:00～15:00	講師宅 (貝島町)	一般 4人	9,550円 教材費 450円		10
122 AI時代の英語講座 (初級ⅠA)	1分間(約90語)の自己 紹介と20のQ&Aをマス ターします。 講師：津吹文男	初級	5/12～6/9 (火・全5回) 14:00～15:40	市民情報 センター	一般 8人	3,800円		10
123 親子でわいわい 英語で遊ぼうA	歌・音楽・工作で遊び体を 動かしながらネイティブ講 師と一緒に学ぶ。 講師：荒川シーシー	入門	4/21～6/30 (火・全10回) 11:00～12:00	市民情報 センター	親子8組 (10ヶ月～ 3歳)	6,750円 教材費 1,250円		10
124 親子でわいわい 英語で遊ぼうB	歌・音楽・工作で遊び体を 動かしながらネイティブ講 師と一緒に学ぶ。 講師：荒川シーシー	入門	4/23～7/2 (木・全10回) 10:00～11:00	市民情報 センター	親子8組 (10ヶ月～ 3歳)	6,750円 教材費 1,250円		10
125 親子で英語の絵本 を楽しもう	ネイティブ講師と一緒に英 語絵本の読み聞かせ・工作・ ゲームを楽しむ。 講師：荒川シーシー	入門	5/13～7/1 (水・全8回) 14:30～15:30	講師宅 (麻苧町)	親子4組 (1歳～ 年長)	9,500円 教材費 500円		8
126 フォニックスで英語 耳を育てよう	アルファベットの音と発音 をネイティブ講師と楽しく 身に付ける。 講師：荒川シーシー	入門	5/13～7/1 (水・全8回) 15:30～16:30	講師宅 (麻苧町)	子供 4人 (小1～3)	9,300円 教材費 700円		8
127 親子でわいわい 英語で遊ぼうC	歌・音楽・工作で遊び体を 動かしながらネイティブ講 師と一緒に学ぶ。 講師：荒川シーシー	入門	9/1～11/17 (火・全10回) 11:00～12:00	市民情報 センター	親子8組 (10ヶ月～ 3歳)	6,750円 教材費 1,250円		10
128 親子で楽しく 英語で遊ぼう	歌・音楽・工作で遊び体を 動かしながらネイティブ講 師と楽しく学ぶ。 講師：荒川シーシー	入門	9/3～11/5 (木・全10回) 10:00～11:00	講師宅 (麻苧町)	親子8組 (10ヶ月～ 3歳)	6,750円 教材費 1,250円		10

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

7. 自然・環境コース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
栃木県立博物館移動講座 「アンモナイト化石のレプリカを作ろう」	実物のアンモナイト化石を用いて、レプリカを作る講座です。	—	8/6(木) 13:30~15:30	菊沢コミュニティセンター	小学生 (3年生以上) 15人 ※要保護者同伴	無料	菊沢コミュニティセンター 62-7619	2
横根高原 自然観察会(初夏)	横根高原・井戸湿原一帯に生育する動植物を散策しながら一緒に観察しましょう。	—	5月中旬	横根高原・井戸湿原	小学生以上	300円	観光交流課 63-2303	4
ウィークエンド体験 (第3回) 「ソーラカーづくり」	鹿沼自然エネルギー推進会による自然エネルギーで電気を作りソーラカーを走らせよう。	入門	7/11(土) 9:30~11:30	市民情報センター	小学生 15人	実費	生涯学習課 生涯学習係 63-3498 ※申込方法は「広報かぬま」でお知らせします。	2
ウィークエンド体験 (第4回) 「おもしろ科学実験」	実験を通して楽しみながら科学について学びます。	入門	7/25(土) 9:30~11:30	市民情報センター	小学生 24人	実費		2
ウィークエンド体験 (第5回) 「博物館へ行こう」	県立博物館のバックヤードツアーや化石発掘体験をします。	入門	8月上旬	栃木県立博物館	小学生 20人	無料		2
親子体験学習 「おもしろ科学実験教室」	親子で楽しく科学について学びましょう。	入門	5/17(日) 10:00~12:00	文化活動交流館	小学生と保護者 10組	実費		
親子体験学習 「プラネタリウム鑑賞」	「プラネタリウムの鑑賞」季節によって変化する夜空の楽しみ方を学びます。	入門	6/21(日) 10:50~12:00	かぬまケーブルテレビホール (市民文化センター)	小学生と保護者 30組	実費		
第31回 自然はともだち展	昆虫の標本や写真・生体の展示を通じ、自然の大切さを伝える企画展です。	入門	7月下旬~ 8月上旬	文化活動交流館 ギャラリー	どなたでも	無料	文 化 課 文 化 財 係 62-1172	1
第31回 自然はともだち展 関連講座	自然はともだち展に関連する講座 (内容未定)	入門	7月下旬~ 8月上旬	未定	どなたでも	無料		1
デイ・キャンプ	野外炊飯、ハイキング、キャンプファイア等	—	4/18(土)	自然体験交流センター	24組 程度	大人 2,000円 小・中学生 1,500円	自 然 体 験 交流センター 64-8760	—
第1回 窯焼きピッツァに挑戦!	ピザ作り講習、窯焼きピザの昼食、林間ウォーキング	—	5/9(土)	自然体験交流センター	14家族 70人程度 (子どもだけ(は不可))	1,200円		—
かぬまっ子わくわく キャンプ2026	野外炊飯、魚つかみ、キャンプファイア、川下り、創作活動、宿泊等	—	8/6(木)~9(日)	自然体験交流センター	市内小学 4年生~ 中学2年生	15,000円		—
第1回 森の教室 ~ファミリーキャンプ~	バーベキュー、テント泊、夜の活動、川遊び等	入門	9/26(土) ~27(日)	自然体験交流センター	15組 程度	大人3,000円 小・中学生2,500円 幼児2,000円		—
シニア 天文教室	シニア世代を対象に、宇宙空間という新たな世界の一端に触れ、基本的な知識を学びます。	入門	5~2月 (全10回)	かぬまケーブルテレビホール (市民文化センター) 中会議室・プラネタリウム	60歳以上 20人	無料	かぬまケーブルテレビホール (市民文化センター) 65-5581	—
プラネタリウム 一般投映 『星空のライオン』	星空の森に住む一人ぼっちのライオンが、ある日、大切な落とし物を追いかけて地上に降りるとそこでスピカという少女に出会います。二人は一緒に落とし物を探し始めますが・・・。	入門	~6月中旬 土曜日 ①13:30~ 日曜・祝日 ①11:00~、②13:30~	かぬまケーブルテレビホール (市民文化センター) プラネタリウム	137人	大人300円 高校生200円 小・中学生100円 幼児無料 ※土曜日は小・中学生無料 ※家庭の日対象施設		—
プラネタリウム 一般投映 『HAYABUSA2』	小惑星リュウグウでの探査を成功させ、地球にカプセルを届けたはやぶさ2。壮大な旅の軌跡を描き、小惑星探査の過程を緻密に再現。はやぶさ2の果敢な挑戦をお楽しみください。	入門	6月下旬~9月中旬 土曜日 ①13:30~ 日曜・祝日 ①11:00~、②13:30~	かぬまケーブルテレビホール (市民文化センター) プラネタリウム	137人			—
エコ教室 藍染め	藍染め (藍の生葉を使って)	入門	7月下旬 10:00~12:00	鹿沼市リサイクルセンター研修室	どなたでも 10人	1人 1,500円	NPO法人 ぶうめらん 65-6677	2
夏休み! 「鉱物標本セット」をつくろう!	色々な鉱物を見てさわって感じてください。標本セットは持ち帰れます。	入門	7/25(土) 13:30~15:00	まちなか交流プラザ	小学生 10人	3,000円	NPO法人かぬま市民 活動サポーターズ (かぬま市民活動センター内) 60-2212	2

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

8. 社会・家庭教育コース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
子育て交流のつどい (家庭教育講演会)	子育てについてちょっとしたヒントや学びがあります。	—	7/5(日) 14:00～15:40	かぬまケーブルテレビホール	一般800人	無料	生涯学習課 生涯学習係 63-3498	2
家庭教育支援プログラム 指導者フォローアップ 研修	家庭教育支援プログラム指導者・家庭教育支援者及び地域コーディネーター・学校支援ボランティアとしての資質の向上を図る。	初級	9月下旬	市内	家庭教育支援者等 50人程度	無料	上都賀教育 事務所ふれ あい学習課 62-7167	3
129 ベビー&ママヨガ	ヨガでたくさん動いて育児の疲れを癒しリラックスとママ友作り 講師：星野敦子	入門	4/28～8/4 (火・全8回) 10:00～11:00	講師宅 (東町)	親子 5組 (4ヶ月～2歳)	7,500円 教材費 500円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	8
130 音でつながる ベビー脳育レッスン	音やリズムに合わせて親子でふれあいながら赤ちゃんの脳と心を育む。 講師：佐藤弘子	入門	5/11～7/31 (任意・全4回) 1回40分	講師宅 (松原)	親子 3組 (4ヶ月～12ヶ月)	5,900円 教材費 600円		4
131 はじめまして！ ベビーマッサージ	ベビーマッサージを通して親子の絆を深めます。 講師：小池ゆかり	入門	5/15～6/26 (金・全3回) 11:00～12:00	市民情報 センター	親子 5組 (10ヶ月まで)	3,640円 教材費 700円		3
132 ちびっこリトミック	体を動かしながら音感やリズム感・情緒を養い音楽の基礎を育む。 講師：星野敦子	入門	5/16～6/20 (土・全4回) 14:00～15:00	講師宅 (東町)	子供 4人 (1歳～2歳)	4,900円 教材費 600円		4
133 Let'sリトミック	体を動かしながら音感やリズム感・情緒を養い音楽の基礎を育む。 講師：星野敦子	入門	5/16～6/20 (土・全4回) 15:00～16:00	講師宅 (東町)	子供 4人 (3歳～6歳)	4,900円 教材費 600円		4
134 はじめての ベビーヨガ	ベビーヨガで親子で楽しく運動しましょう。 講師：元野里沙	入門	5/19～7/14 (火・全5回) 10:00～11:00	講師宅 (東町)	親子 4組 (4ヶ月～10ヶ月)	4,000円		5
135 ママの体ケア withベビー	赤ちゃんと一緒にできる簡単な運動で産後の体を整えましょう。 講師：元野里沙	入門	5/19～7/14 (火・全5回) 14:00～15:00	講師宅 (東町)	親子 4組 (4ヶ月～10ヶ月)	4,000円		5
136 不登校はお母さんが助ける①	お母さんのエネルギーを上げて、家庭で出来る対応を学ぶ。 講師：藤平紗栄	入門	5/19～6/30 (火・全3回) 18:00～19:30	市民情報 センター	女性 5人	4,000円 教材費 600円		6
137 不登校はお母さんが助ける②	お母さんのエネルギーを上げて、家庭で出来る対応を学ぶ。 講師：藤平紗栄	入門	8/4～9/15 (火・全3回) 18:00～19:30	市民情報 センター	女性 5人	4,000円 教材費 600円		6
138 はじめてのそろばん	習い事で人気！楽しく学んで計算力と集中力、思考力が身につく。 講師：星野敦子	入門	6/2～6/25 (任意・全4回) 17:00～18:00	講師宅 (東町)	子供 5人 (5歳～小学生)	4,900円 教材費 500円		4

9. パソコン・情報化コース

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
中高年のための パソコン入門	パソコンを始めたい方。パソコンの起動から文字の入力、文書の保存など。基礎から、ゆっくりと、しっかりと学びます。	入門	4/7(火)・8(水)・ 9(木) (全3回) 9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 20人	3,300円 (教材費 含む)	シルバー 人材センター 65-3200	6
中高年のための ワード入門	丁寧な指導で、ワードによる文書の作成、イラストの挿入・文字の均等割り付け・箇条書き等を学びます。	入門	5/12(火)・13(水)・ 14(木) (全3回) 9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 20人	3,300円 (教材費 含む)		6
中高年のための ワード初級	ワードの基本である文字変換から、図形やイラスト、ワードアートなどを使った魅力ある文書作成を学びます。	初級	6/2(火)・3(水)・ 4(木) (全3回) 9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 20人	3,300円 (教材費 含む)		6
中高年のための ワード初級	表・罫線などを使ってメリハリのある書類の作成、レイアウトの作成などワードを使いこなす基本を学びます。	初級	7/7(火)・8(水)・ 9(木) (全3回) 9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 20人	3,300円 (教材費 含む)		6
中高年のための ワード初級～中級	ワードの基本をしっかり身に付け、イラスト・箇条書き等を使って魅力ある案内文を作成します。	初級	8/4(火)・5(水)・ 6(木) (全3回) 9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 20人	3,300円 (教材費 含む)		6

●申込日や詳細は「申込み・問合せ先」でご確認ください。

講座名	内 容	レベル	開催日時	開催場所	対象・定員	参加費等	申込み・問合せ	単位
中高年のための エクセル入門	エクセルの仕組みや基礎をやさしく分かり易く説明。簡単な四則計算、表計算、住所録の作成などを学びます。	入門	9/1(火)・2(水)・3(木) (全3回) 9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 20人	3,300円 (教材費含む)	シルバー人材センター 65-3200	6
4月 あなたの聞きたい ポイント講座	ちょっと聞きたいパソコンのこと、個別指導いたします。シルバーで教わった講習内容も復習できます。	初級	①4/21(火) ②4/22(水) ③4/23(木) 各9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 10人	①②③ 各1,200円		各2
5月 あなたの聞きたい ポイント講座	ちょっと聞きたいパソコンのこと、個別指導いたします。シルバーで教わった講習内容も復習できます。	初級	①5/26(火) ②5/27(水) ③5/28(木) 各9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 10人	①②③ 各1,200円		各2
6月 あなたの聞きたい ポイント講座	ちょっと聞きたいパソコンのこと、個別指導いたします。シルバーで教わった講習内容も復習できます。	初級	①6/23(火) ②6/24(水) ③6/25(木) 各9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 10人	①②③ 各1,200円		各2
7月 あなたの聞きたい ポイント講座	ちょっと聞きたいパソコンのこと、個別指導いたします。シルバーで教わった講習内容も復習できます。	初級	①7/21(火) ②7/22(水) ③7/23(木) 各9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 10人	①②③ 各1,200円		各2
8月 あなたの聞きたい ポイント講座	ちょっと聞きたいパソコンのこと、個別指導いたします。シルバーで教わった講習内容も復習できます。	初級	①8/18(火) ②8/19(水) ③8/20(木) 各9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 10人	①②③ 各1,200円		各2
9月 あなたの聞きたい ポイント講座	ちょっと聞きたいパソコンのこと、個別指導いたします。シルバーで教わった講習内容も復習できます。	初級	①9/29(火) ②9/30(水) 各9:30～11:30	シルバー人材センター (日吉町)	50歳以上 10人	①② 各1,200円		各2
Scratch	ゲームづくりを通じてプログラミング思考を身に付けよう。	初級	【1日講座】 8/23(日) (13:00～17:00)	まちなか 交流プラザ	最大6人 (小3～6)	2,000円	NPO 法 人 か ぬ ま 市 民 活 動 サ ポーターズ (かぬま市民活動 広場ふらっと内) 60-2212	4
パソコン入門	基本操作を中心に用語、構造、ネット検索などを学びパソコンを使えるように習得します。	入門	【2日間講座】 4/19、4/26 (日・9:00～12:00)	まちなか 交流プラザ	最大6人	3,000円		6
スマホ入門	用語、LINE、写真、地域情報検索などスマホをできるように習得します。	入門	【2日間講座】 5/31、6/7 (日・9:00～12:00)	まちなか 交流プラザ	最大6人	3,000円		6
エクセル 入門/基本～実践	初めにデータ入力/計算/グラフなどを学び、仕上げとして各種伝票の作成など実践を行います。	入門 ～ 初級	【2日間講座】 6/21、6/28 (日・9:00～12:00)	まちなか 交流プラザ	最大6人	4,000円		6
パワーポイント 入門/基本～実践	文字入力、チラシ、アニメーションや動画の作成などを習得します。	入門 ～ 初級	【2日間講座】 7/5、7/12 (日・9:00～12:00)	まちなか 交流プラザ	最大6人	4,000円		6
エクセル互換の 無料アプリ入門～ 実践	エクセル互換の無料ツールのスプレッドシートやLibreOfficeを活かそう。	入門	【2日間講座】 8/23、8/30 (日・9:00～12:00)	まちなか 交流プラザ	最大6人	3,000円		6
Python入門	習得人気一位のPython言語でプログラム作成を学ぼう。	初級	【2日間講座】 9/6、9/13 (日・9:00～12:00)	まちなか 交流プラザ	最大4人 (中1～高3)	3,000円		6
139 CAD講座 (AutoCAD)1	機械製図を学びながら、AutoCADで図面を描いてみよう！ 講師：長谷川貴志	入門	6/6～6/20 (土・全3回) 9:00～12:00	市民情報 センター	一般 10人 (13歳～)	4,500円 教材費 500円	かぬま マイ・カレッジ 63-8360	9
140 CAD講座 (AutoCAD)2	機械製図を学びながら、AutoCADで図面を描いてみよう！ 講師：長谷川貴志	入門	9/5～9/19 (土・全3回) 9:00～12:00	市民情報 センター	一般 10人 (13歳～)	4,500円 教材費 500円		9

☆お問い合わせ先別さくいん☆

菊沢コミュニティセンター ☎62-7619

栃木県立博物館移動講座「アンモナイト化石のレプリカを作ろう」… 17

人権・男女共同参画課 ☎63-8352

男女共同参画推進講座 第1回(家事シェア講座)… 3

男女共同参画推進講座 第2回(リコチャレ講座)… 3

高齢福祉課地域包括支援センター ☎63-2175

認知症サポーター養成講座…………… 4

元気アップ教室(介護予防教室)…………… 4

KANUMA 元気アップ応援隊(介護予防運動指導ボランティア)養成講座 … 4

障がい福祉課 ☎63-2127

手話を体験…………… 4

保険年金課保健事業係 ☎63-2246

フレイル予防のための栄養講座…………… 4

観光交流課観光施設係 ☎63-2303

横根高原自然観察会(初夏)…………… 17

生涯学習課生涯学習係 ☎63-3498

趣味発見! 充実時間を愉しもう♪「ピラティス」… 5

ウィークエンド体験(第1回)「楽しいおやつのおべた」… 9

ウィークエンド体験(第2回)「楽しく学べる交通安全教室」… 9

親子体験学習「石窯で本格ピザを作ろう!」… 9

親子体験学習「防災安全マップ作り」…………… 9

親子体験学習「かぬまシウマイ作り」…………… 9

親子体験学習「茶道教室」…………… 9

趣味発見! 充実時間を愉しもう♪「草木染め」… 9

趣味発見! 充実時間を愉しもう♪「手ごねパン」… 9

趣味発見! 充実時間を愉しもう♪「アロマスプレー」… 9

ふるさと鹿沼体験講座(3回シリーズ)… 14

ウィークエンド体験(第3回)「ソーラカーづくり」… 17

ウィークエンド体験(第4回)「おもしろ科学実験」… 17

ウィークエンド体験(第5回)「博物館へ行こう」… 17

親子体験学習「おもしろ科学実験教室」…………… 17

親子体験学習「プラネタリウム鑑賞」…………… 17

子育て交流のつどい(家庭教育講演会)… 18

生涯学習課青少年係 ☎63-8323

青少年ボランティア・リーダー教室 …… 4

文化課文化振興係 ☎65-6741

千葉県三記念館おはなし会…………… 9

文化課文化財係 ☎62-1172

鹿沼の歴史について学ぼう…………… 9

第31回自然はともだち展 …………… 17

第31回自然はともだち展開連講座 …… 17

自然体験交流センター ☎64-8760

デイ・キャンプ …………… 17

第1回 窯焼きピッツァに挑戦! …………… 17

かぬまっ子わくわくキャンプ2026 …… 17

第1回 森の教室〜ファミリーキャンプ〜… 17

消防本部予防課 ☎63-1155

いちごっこ防災クラブ活動体験学習…………… 5

消防本部警防救急課救急推進係 ☎63-1146

応急手当講習会(2時間講習コース) …… 5

応急手当講習会(3時間講習コース) …… 5

市国際交流協会 ☎60-5931

そばちょこ日本語教室(あなたのそばにちょこっと日本語)… 15

zoomまるごと日本語教室 …………… 15

ドイツ語教室(入門)…………… 15

スペイン語講座…………… 15

国際理解講座(インド)…………… 16

英会話4月〜フェルナンド先生 …………… 16

英会話6月〜フェルナンド先生 …………… 16

英会話6月〜ビビロ先生 …………… 16

地球まるかじりセミナー…………… 16

日本語ボランティア養成講座…………… 16

かぬまケーブルテレビホール(市民文化センター) ☎65-5581

オカリナ教室…………… 9

大人のはじめての絵画教室…………… 9

シニア天文教室…………… 17

プラネタリウム一般投映『星空のライオン』… 17

プラネタリウム一般投映『HAYABUSA2』… 17

TKCいちごアリーナ(鹿沼総合体育館) ☎72-1300

エアロビクス初級(火・昼)…………… 5

エアロビクス初級(火・夜)…………… 5

エアロビクス初級(水・昼)…………… 5

エアロビクス初級(水・夜)…………… 5

エアロビクス初級(木・昼)…………… 5

エアロビクス初級(木・夜)…………… 5

エアロビクス初級(金・昼)…………… 5

エアロビクス初級(金・夜)…………… 5

エアロビクス初級(土・夜)…………… 5

ダンス!ダンス!(エアロビクス)(水・夜) … 5

ヨガ(火・昼)…………… 5

ヨガ(金・昼)…………… 5

ヨガ&骨盤エクササイズ(木・昼)…………… 5

マットサイエンス(水・昼)…………… 5

ピラティス(水・昼)…………… 5

コアトレ(土・夜)…………… 6

早朝太極拳…………… 6

太極拳(初級)…………… 6

太極拳(簡化24式)…………… 6

バドミントン…………… 6

テニス(硬式)…………… 6

ポールでウォーク…………… 6

東部台健康ふれあいスポーツクラブからだメンテナンス運動教室 … 6

東部台健康ふれあいスポーツクラブヨガ教室 … 6

南摩太極拳教室…………… 6

いちごくらぶ(ヨガ)…………… 6

生子の里スポーツクラブスマイル ☎090-5505-1615

太極拳…………… 6

3B体操 …………… 6

ヨガ…………… 6

中高年健康体操…………… 6

自力整体…………… 6

スポーツ吹矢…………… 6

空手道…………… 6

鹿沼市社会福祉協議会 ☎65-5191

初めての点訳講座…………… 4

初めての手話講座(午前のコース)…………… 4

初めての手話講座(夜のコース)…………… 4

高齢者福祉センター ☎62-7691

らくらくヨガ講座…………… 6

ピラティス入門講座…………… 7

いきいき体操講座…………… 7

たのしい折り紙講座……………	9
観光協会(屋台のまち中央公園内) ☎60-6070	
お茶会(さつき祭り)……………	14
民話お話し会(さつき祭り)……………	14
彫刻屋台展示館 無料入館……………	14
お茶会(県民の日)……………	15
民話お話し会(県民の日)……………	15
観光協会(千手山公園) ☎65-0778	
千手山公園さくら祭り……………	15
千手山公園つつじ祭り……………	15
観光協会 ☎60-2507	
磯山神社あじさい祭り……………	15
生子神社泣き相撲……………	15
ふるさとあわのづくり協議会 ☎85-2281	
城山つつじまつり……………	15
鹿沼さつき祭り実行委員会 ☎76-2310	
鹿沼さつき祭り……………	15
鹿沼さつき祭り協賛花火大会実行委員会 ☎63-2188	
鹿沼さつき祭り協賛グルメフェア&花火 2026 ……	15
下都賀漁業協同組合 ☎0285-22-0402	
ヤマメつかみ取り大会……………	15
小倉川漁業協同組合 ☎78-5498	
アユ釣り大会……………	15
粕尾漁業協同組合 ☎83-0543	
マス釣り大会……………	15
上都賀教育事務所ふれあい学習課 ☎62-7167	
上都賀地区人権教育指導者一般研修(人権ふれあいフェスタ) ……	4
家庭教育支援プログラム指導者フォローアップ研修 ……	18
花木センター総務課 ☎76-2310	
春を楽しむガーデニング教室……………	9
初級さつき教室……………	9
村上敏氏によるバラの講習会……………	9

山野草教室……………	9
お部屋を彩る苔テラリウムづくり……………	9
手のり盆栽教室……………	10
ハンギング教室……………	10
多肉植物の寄せ植え教室……………	10
山野草教室……………	10
モダン盆栽体験……………	10
お手入れいらずのテラリウムづくり……………	10
カラー粘土を使った陶器のお皿作り……………	10
鹿沼南高生による、さつきの苔玉ワークショップ ……	10
手のり盆栽教室……………	10
涼を楽しむ寄せ植え教室……………	10
山野草教室……………	10
手のり盆栽教室……………	10
苔玉教室……………	10
山野草教室……………	10
花と緑のフェスタ……………	15
シルバー人材センター ☎65-3200	
一閑張りのつくり方……………	10
中高年のためのパソコン入門……………	18
中高年のためのワード入門……………	18
中高年のためのワード初級……………	18
中高年のためのワード初級～中級……………	18
中高年のためのエクセル入門……………	19
4月あなたの聞きたいポイント講座 ……	19
5月あなたの聞きたいポイント講座 ……	19
6月あなたの聞きたいポイント講座 ……	19
7月あなたの聞きたいポイント講座 ……	19
8月あなたの聞きたいポイント講座 ……	19
9月あなたの聞きたいポイント講座 ……	19
NPO法人ぶうめらん ☎65-6677	
工口教室 藍染め……………	17
KLV協会 ☎63-8360	
KLV養成講座(第1回)……………	4
KLV養成講座(第2回)……………	4
KLV養成講座(第3回)……………	4
NPO法人かぬま市民活動サポートス(かぬま市民活動広場ふらっと内) ☎60-2212	
夏休み!「鉢物標本セット」をつくろう! ……	17
Scratch……………	19

パソコン入門……………	19
スマホ入門……………	19
エクセル入門/基本～実践 ……	19
パワーポイント入門/基本～実践 ……	19
エクセル互換の無料アプリ入門～実践 ……	19
Python入門 ……	19
史談会 ☎080-6575-5628	
鹿沼史談会記念講演会……………	15
かぬまマイ・カレッジ ☎63-8360	
1 いきいき自力整体(昼)……………	7
2 いきいき自力整体(夜)……………	7
3 社交ダンス ワルツ&ジルバ ……	7
4 社交ダンス ルンバ&ブルース ……	7
5 社交ダンス タンゴ&ジルバ ……	7
6 あなたの健康おどり(初心者)……………	7
7 らくらく健康体操……………	7
8 シニアの音楽体操……………	7
9 カントリーラインダンス……………	7
10 はじめようヨガでストレッチ① ……	7
11 はじめようヨガでストレッチ② ……	7
12 3B体操(健康体操)……………	7
13 はじめてのフラメンコ ……	7
14 やさしいフラメンコ……………	7
15 楽しく踊ろうフラメンコ……………	7
16 美腹トレーニング……………	7
17 笑顔で脳活リズム体操……………	7
18 週末のストレッチヨガ……………	7
19 社交ダンスで認知症リスク76%減少Ⅰ ……	8
20 社交ダンスで認知症リスク76%減少Ⅱ ……	8
21 社交ダンスで認知症リスク76%減少Ⅲ ……	8
22 社交ダンスで認知症リスク76%減少Ⅳ ……	8
23 3B体操でリフレッシュ!!……………	8
24 ポーカルヨガ……………	8
25 ピラティス……………	8
26 楽しく♪大人のバレエ……………	8
27 ゆったり健やか太極拳……………	8
28 バレトン……………	8
29 Tomoyoga*若返りナイト……………	8
30 スポーツウェルネス吹矢体験教室 ……	8
31 Tomoyoga*若返りヨガ……………	8
32 NO介護!健康体操……………	8

33	新常識！認知症の本当の原因 ……	8	76	切り絵を楽しむ 1 ……	12	119	ウルトラ初心者の英会話プラス ……	16
34	初めての健康マージャン ……	8	77	切り絵を楽しむ 2 ……	12	120	キッズイングリッシュ・ジュニア ……	16
35	眠れる栄養習慣 ……	8	78	切り絵を楽しむ 3 ……	12	121	みんなで楽しむ英会話 ……	16
36	前菜結びで楽しいきものライフ ……	10	79	古伊万里の魅力紹介 ……	12	122	A I時代の英語講座(初級 I A) ……	16
37	この夏のあなたがゆかたクイーン ……	10	80	郷土の人物を学ぼう ……	12	123	親子でわいわい英語で遊ぼう A ……	16
38	しあわせのリボン刺しゅう(火) ……	10	81	すてきに健康とうた ……	13	124	親子でわいわい英語で遊ぼう B ……	16
39	しあわせのリボン刺しゅう(日) ……	10	82	始めてみようボイストレーニング ……	13	125	親子で英語の絵本を楽しもう ……	16
40	パッチワークしましょ R8春 ……	10	83	みんなで歌うボイストレーニング ……	13	126	フォニックスで英語耳を育てよう ……	16
41	ニャンドゥティレース ……	11	84	わらべうたで思いきり音楽あそび ……	13	127	親子でわいわい英語で遊ぼう C ……	16
42	昔ながらの手織 ……	11	85	はじめてのミュージカル♪ ① ……	13	128	親子で楽しく英語で遊ぼう ……	16
43	折り紙 ……	11	86	はじめてのミュージカル♪ ② ……	13	129	ベビー&ママヨガ ……	18
44	籐(ラタン)編み教室 ……	11	87	らくらくピアノで楽しく脳活 ……	13	130	音でつながるベビー脳育レッスン ……	18
45	アロマコラージュ(木) ……	11	88	らくらくピアノで脳活レッスン ……	13	131	はじめまして！ベビーマッサージ ……	18
46	アロマコラージュ(水) ……	11	89	指1本から始める脳トレピアノ R ……	13	132	ちびっこリトミック ……	18
47	香りのアトリエ ……	11	90	たのしいピアノ♪ ……	13	133	Let'sリトミック ……	18
48	推しの香りをまとう時間 ……	11	91	リカレント(学び直し)ピアノ♪ ……	13	134	はじめてのベビーヨガ ……	18
49	アロマクラフト ……	11	92	ひよこさんのピアノ教室♪ ……	13	135	ママの体ケアwithベビー ……	18
50	アロマ&ミネラル料理講座 ……	11	93	超ひよこさんのプレピアノ教室♪ ……	13	136	不登校はお母さんが助ける① ……	18
51	やさしい和菓子づくり ……	11	94	楽しく脳活らくらくピアノ ……	13	137	不登校はお母さんが助ける② ……	18
52	美と健康！簡単腸活料理教室 ……	11	95	はじめてのピアノチャレンジ(春) ……	13	138	はじめてのそろばん ……	18
53	おいしいソンを焼いてみませんか ……	11	96	明暗尺八入門 ……	13	139	CAD講座(AutoCAD) 1 ……	19
54	安全・安心!!無添加の手作りパン・ケーキ ……	11	97	楽しくオカリナ ……	13	140	CAD講座(AutoCAD) 2 ……	19
55	ようこそ奥深きスパイスの世界へ I ……	11	98	ギター教室入門(土) ……	13			
56	ようこそ奥深きスパイスの世界へ II ……	11	99	ギター教室(土) ……	13			
57	素敵にガーデニングライフ ……	11	100	ギター教室入門(月) ……	13			
58	ヨーロッパアン フラワーデザイン ……	11	101	ギター教室(月) ……	14			
59	ウエディングブーケを作ろう！ ……	11	102	エンジョイウクレレ ……	14			
60	プリザーブドフラワーアレンジ ……	11	103	ハーブをひいてみよう ……	14			
61	楽しく学ぼう「遊び文字」 ……	12	104	やさしいミニハーブ ……	14			
62	筆ペンで 楽しもう ……	12	105	お琴を弾いてみましょう ……	14			
63	茶の湯裏千家へのおさそい 1 ……	12	106	生田流 箏曲 ……	14			
64	茶事のおけいこへのおさそい ……	12	107	箏・体験講座 ……	14			
65	たのしい茶道 ……	12	108	三味線・体験講座 ……	14			
66	裏千家花月の会 ……	12	109	宮沢賢治の童謡と詩の会 ……	14			
67	茶の湯裏千家へのおさそい 2 ……	12	110	良いとこ取り「源氏物語」 ……	14			
68	心を通わす一服のお茶 ……	12	111	「伊勢物語」の会 ……	14			
69	表千家・子供茶道教室 ……	12	112	エンジョイ川柳 ……	14			
70	絵を楽しみましょう ……	12	113	やさしい短歌 ……	14			
71	描画を楽しむ ……	12	114	らくらく俳句講座 ……	14			
72	絵画入門 ……	12	115	トラベル英会話 ……	16			
73	こころなごむパステルアート ……	12	116	やってみっかな韓国語 ……	16			
74	陶芸を楽しむ ……	12	117	続けてみっかな韓国語 ……	16			
75	レースドール入門 ……	12	118	ウルトラ初心者の英会話 ……	16			

鹿沼でおにごっこ実行委員会 ☎090-5418-4632

スポーツおにごっこ出前講座 …… 8

「朗読劇cry!cry!!cry!!!犬達の遺言」
公演実行委員会

☎070-1374-7097

朗読劇「cry!cry!!cry!!!犬達の遺言」 …… 4



まちづくり出前講座

市職員等が出向き、業務の説明や講演を行います。
一部、現地施設で実施するものもあります。【受講無料】



まちかど先生出前講座

市民講師が、知識や技能を活かした学びの提供をしてくれます。【受講無料、材料費等かかる場合あり】



講師（指導者）情報

市内で指導可能な講師等の情報です。はじめの講師への連絡は、生涯学習課が仲介します。
依頼内容の詳細は、直接講師と相談していただきます。【講師料・材料費等かかる場合あり】



放課後子ども教室（主な対象は小学生です）

放課後や週末などに子どもが安心安全に過ごせる居場所です。地域のボランティアの方々の見守り・サポートのもと、さまざまな活動ができます。【保険料・材料費等がかかります】

かぬまマイ・カレッジ受講生募集!!

《かぬまマイ・カレッジは、市民が創り☆市民が学ぶ☆市民の大学です》
講座一覧の中で、「申込み・問合せ」先が「かぬまマイ・カレッジ」と記載されている講座の受講を希望される方は、次の要領でお申し込みください。

■ 申込方法 ■ ※受付は先着順で、定員になり次第締め切らせていただきます。

● 3月5日(木)から **郵便はがき** で受け付けます。 **来館での受付はしません**

(受付時間：平日の午前10時～午後3時)

郵便番号、住所・氏名(ふりがな)・電話番号・講座番号(講座名の先頭にある番号)・講座名を明記し、下記申込先までお送りください。

※親子対象講座は、お子さんの氏名(ふりがな)、年齢、性別も必ずご記入ください。

● 3月11日(水)午前10時から **電話・FAX・オンライン** で受け付けます。

電話・FAX 受付時間：平日の午前10時～午後3時

オンライン 受付期間：令和8年5月29日(金) 午後12時まで(期間内は24時間受付)
右の二次元コードから申込フォームにアクセスし、
必要事項を入力してください。

※オンラインでの申込に関するお問合せは生涯学習課(☎63-3498)へ

◆応募者が少ない場合、講座を中止することもあります。

また、会場・日程が変更になる場合もありますので予めご了承ください。

◆参加費の中には保険料も含まれています。

◆講座の開催や中止については、開講日の7日前までにお知らせします。

◆受講申込後にキャンセルする場合は、開講日7日前までに必ずご連絡ください。

また、開講3日前以降のキャンセルは、違約金が発生しますのでご了承ください。

申込フォーム



申込問合せ先

かぬまマイ・カレッジ事務局 (平日午前10時～午後3時)

〒322-0064 鹿沼市文化橋町1982-18 市民情報センター5階 団体情報室

電話番号：(63) 8360 FAX：(63) 8361

発行 鹿沼市教育委員会事務局 生涯学習課内

かぬま生涯学習大学事務局

発行年月日 令和8年2月25日

※本誌掲載の講座に関する問合せは、誌中に記載の各問合せ先へ。

次回は
8/25
発行です。