

# 藤枝地区交流センターだより

<令和6年度 生涯学習講座のご案内>

藤枝地区交流センター（五十海） 第96号

令和6年3月5日発行

藤枝市五十海3丁目12番1号

TEL631-6451 FAX 646-5225

fujiedacenter@city.fujieda.shizuoka.jp

## 「令和6年度 生涯学習講座・特別講座」受講生募集!!

わくわくする季節に新しいチャレンジをしませんか?仲間作り、学びを応援します。QRコードは4/1~使用可

- ◆お申込み期間 4月1日(月)~9日(火)午前9時~午後9時  
(※4月1日・8日(月)は休館日です)
- ◆お申込み会場 藤枝地区交流センター(五十海)1階ロビー
- ◆持ち物 63円の郵便はがき(※はがきは1講座につき1枚必要です)  
宛先を記入してお持ちください(※裏面に絵柄のないもの)
- ◆お問い合わせ TEL: 631-6451

つなぐ顔色物語 未来へのキックオフ



藤枝市制施行70周年  
サッカーのまち100周年



※市HPや右記のQRコードを読み取って(4/1~)、電子申請でのお申込みもできます。  
後日、Eメールで結果を送付します。(携帯電話では一部対応していない機種があります)

## 募集のご案内

- ☞対象は、藤枝市内に住んでいるか、通勤・通学している人です。
- ☞講座は、5月以降順次開講し、全3回から8回(月1回または月2回)行います。
- ☞受講料 8回分3,200円、4回分1,600円、3回分1,200円が必要です。  
その他、講座により教材費や資料代なども必要な場合があります。開講日に納めてください。  
⑫の託児料は無料です。(生後6ヶ月以上の子)
- ☞初めての方を優先します。  
応募者が定員を超えた場合は抽選となります。  
また、応募人数が少ない場合は開講できないこともあります。  
お申し込みの結果は、4月末までに、はがきにて通知します。※電子申請の方はメールで通知します。
- ☞各講座の内容は、3月26日頃1階ロビーに貼り出します。  
講座日程は、講師の都合により延期または、中止となる場合があります。

### ★ 講座一覧(詳しくは次ページをご覧ください) ★

①	【新】百人一首の歌と人物 ~紫式部(57番)とその前後~	⑨	らくらく体操
②	【新】わくわく!楽しい 脳トレ&ストレッチ	⑩	音楽で愉しむ脳トレ
③	【新】楽しく作ろう!夕食メニュー	⑪	笑顔になるパン作り
④	藤枝の歴史 ~藤枝のあけぼのから軽便と米騒動まで~	⑫	リトルキッズハッピーイングリッシュ (託児あり)
⑤	大人の楽しい折り紙教室	⑬	英語でLET'S PARTY!
⑥	水彩スケッチ ~蓮華寺池の四季~	⑭	親子料理教室
⑦	アンチエイジングヨガ	⑮	【新】おしゃれなレザークラフト
⑧	男性のためのストレッチヨガ	⑯	【新】やさしい やさしい マジックをあなたに! ~マジック初心者講座~

※ No.⑫・⑬・⑭は特別講座(受講料は無料)です。

① 【新】百人一首の歌と人物  
～紫式部（57番）とその前後～

2024年の大河ドラマの主人公は紫式部です。  
今回は紫式部の歌を中心に、その前後の歌も学びます。

受講日：第2水曜日ほか 【全8回】  
時間：13時30分～15時30分  
講師：半田 勝良  
定員：20人  
教材費等：500円  
持ち物：筆記用具



5/8	6/12	7/10	8/21
9/11	10/9	11/13	12/11

② 【新】わくわく！楽しい 脳トレ&ストレッチ

タオルを使ったストレッチや椅子に座ってのストレッチをします。脳トレは、ゲームや遊びで大笑いする楽しい講座です。

受講日：第1・3金曜日ほか 【全8回】  
時間：9時30分～11時  
講師：大沼 華奈子  
定員：30人  
教材費等：100円  
持ち物：フェイスタオル、飲み物



6/7	6/21	7/5	7/19
8/2	8/30	9/6	9/20

③ 【新】楽しく作ろう！夕食メニュー

ひじき炒飯・ガパオ飯・煮込みハンバーグなど、夕食メニューを作ります。出来た料理は、全て持ち帰ります。

受講日：第4土曜日ほか 【全8回】  
時間：13時30分～16時  
講師：高野 麻衣  
定員：16人  
教材費等：6,500円  
持ち物：エプロン、マスク、手拭き・台拭き用タオル  
食器拭き用布巾、持ち帰り用容器（3個以上）



5/25	6/22	7/27	8/24
9/28	10/26	12/21	1/25

④ 藤枝の歴史 ～藤枝のあけぼのから軽便と米騒動まで～

市制 70 周年の藤枝市がどのような歴史を歩んできたか、その「あゆみ」を学びます。

受講日：第1木曜日ほか 【全8回】  
時間：10時～12時  
講師：志村 益司  
定員：30人  
教材費等：150円  
持ち物：筆記用具



6/6	7/4	8/1	9/5
10/3	11/14	12/5	1/9



⑤ 大人の楽しい折り紙教室



季節に合わせたすてきな作品を作ります。

受講日：第2金曜日ほか 【全8回】  
時間：13時30分～15時30分  
講師：渡部 美子  
定員：15人  
教材費等：1,560円  
持ち物：はさみ、カッター、物差し、ボンド



6/14	7/12	9/13	10/11
11/15	12/13	1/10	2/14

⑥ 水彩スケッチ ～蓮華寺池の四季～

構図、下書き、色付けを学びます。外でのスケッチです。

受講日：第1・3水曜日 【全8回】  
時間：10時～11時30分  
講師：山本 宗平  
定員：15人  
教材費等：各自で購入 初回に説明があります  
持ち物：スケッチの道具（お持ちの方）筆記用具、メモ帳



6/5	6/19	7/3	10/2
10/16	11/6	11/20	12/4

⑦ アンチエイジングヨガ

正しい姿勢で疲れにくい身体を目指しましょう。

受講日：第2・4木曜日 【全8回】  
時間：13時30分～14時40分  
講師：フィジカルヨガ普及協会 安本 理津子  
定員：30人  
教材費等：なし  
持ち物：ヨガマット、スポーツタオル（ヨガで使用）、飲み物



5/23	6/13	6/27	7/11
7/25	8/8	8/22	9/12

⑧ 男性のためのストレッチヨガ

体幹を鍛える・お腹や背中の引き締めなど、男性のために考えた内容です。健康維持にチャレンジしませんか。

受講日：第1・3金曜日 【全8回】  
時間：13時15分～14時45分  
講師：磯村 朱音  
定員：20人  
教材費等：なし  
持ち物：ヨガマット、バスタオル、汗拭きタオル、飲み物



5/17	6/7	6/21	7/5
7/19	8/2	9/6	9/20

### ⑨ らくらく体操

手ぬぐいやバランスボールを使った簡単な体操、お手玉を使った脳トレなどを行います。

受講日：第2火曜日 【全8回】

時間：10時～11時30分

講師：小池 幸子

定員：30人

教材費等：なし

持ち物：スポーツタオル又は手ぬぐい、飲み物



5/14	6/11	7/9	9/10
10/8	11/12	12/10	1/14

### ⑩ 音楽で愉しむ脳トレ

リズムに合わせ、身体だけでなく脳のトレーニングもします。ハンドベルも使います。

受講日：第4木曜日ほか 【全8回】

時間：10時～11時30分

講師：森川 恭子

定員：20人

教材費等：なし

持ち物：飲み物、動きやすい服装



5/23	6/27	7/25	8/22
9/26	10/24	11/28	12/19

### ⑪ 笑顔になるパン作り

紅茶のパン・カレーパンなど毎回違うパンを作ります。

受講日：第3火曜日 【全8回】

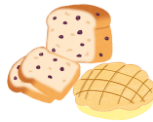
時間：9時30分～12時

講師：原崎 啓子

定員：16人

教材費等：3,600円

持ち物：エプロン、マスク、ふきん、手拭きタオル、焼けたパンを持ち帰る入れ物



5/21	6/18	7/16	8/20
9/17	10/15	11/19	12/17

### ⑫ リトルキッズハッピーイングリッシュ

親子で英語に親しみましょう。ハロウィンやクリスマスは衣装を着てレッツゴーパーティー！

受講日：第1土曜日ほか 【全8回】

時間：9時30分～11時

講師：北川 エレイン

定員：20組

教材費：1,000円

持ち物：上靴（親子とも）、色鉛筆、タオル、飲み物、筆記用具

対象：年少～年長児（平成30年4月2日～令和3年4月1日）と保護者



託児料無料  
生後6ヶ月以上の子  
(人数制限あり)

6/1	7/6	8/3	9/7
10/5	11/2	12/7	1/11

### ⑬ 英語でLET'S PARTY!

外国人の先生と一緒に、季節のイベントを楽しみましょう！

受講日：第3土曜日 【全8回】

時間：10時～11時30分

講師：ABC KIDS CLUB

定員：20人

教材費等：2,000円

持ち物：色鉛筆、はさみ、のり、水筒、動きやすい服装

対象：小学1年生～4年生



6/15	7/20	8/17	9/21
10/19	11/16	12/21	1/18

### ⑭ 親子料理教室

ロコモコ・パエリアなどを作ります。出来た料理は持ち帰ります。

受講日：第4土曜日ほか 【全8回】

時間：9時30分～12時

講師：高野 麻衣

定員：8組（子ども1名・大人1名）

教材費等：6,500円

持ち物：エプロン、手拭きタオル、台拭き用タオル、ふきん3枚、持ち帰り用容器、子ども用スリッパ又は上靴（低学年）

対象：小学1年生～6年生の親子



5/25	6/22	7/27	8/24
9/28	10/26	12/21	1/25

### ⑮【新】おしゃれなレザークラフト

ミニサイフとスマホホルダーを作ります。

受講日：第4土曜日 【全4回】

時間：9時～10時45分

講師：杉原 和子

定員：10人

教材費等：9,400円

持ち物：糸切バサミ（あれば）



5/25	6/22	7/27	8/24
------	------	------	------

### ⑯【新】やさしい やさしい マジックをあなたに！ ～マジック初心者講座～

マジックを学んで、家族や友人に披露しませんか。各種イベントに役立ちます。

受講日：第1・3土曜日 【全3回】

時間：10時～11時30分

講師：ふじみ太郎

定員：10人

教材費等：1,500円

持ち物：筆記用具（ノート、ペン）



5/18	6/1	6/15
------	-----	------



# 予告

## 悠遊大学

五十海キャンパス



藤枝地区（藤枝第1～第10自治会）  
にお住まいの65歳以上の方が対象です。

\*詳細は、藤枝地区交流センターだより  
4月10日号をご覧ください。



## 藤枝子ども広場だより

藤枝地区交流センター内

TEL631-6452

0歳～18歳までの子とその保護者の方（おじいちゃん、おばあちゃんも可）これから出産される妊婦さんも利用できます。皆さんでご利用下さい。

開所日：火曜日～日曜日  
（第3日曜日、祝日休み）  
開所時間：午前9時～午後4時  
ご利用は無料です。



### <4月事業>

- \*あかちゃん講座 4月 2日（火）
- \*みんなでよーい・ドン 4月11日（木）
- \*すみれおはなし会 4月23日（火）
- \*サンサンクラブ 4月25日（木）

\*けろちゃんとおそぼう 毎週水曜日・金曜日  
10時30分から  
毎月、いろいろな事業を実施しています。  
詳細は、藤枝子ども広場にお問い合わせください。

### <子育て相談>

毎週火曜日～日曜日  
（第3日曜日、祝日休み）

来所、電話どちらでも結構です。  
ひとりで考え込まないで気軽に  
声をかけてくださいね。



☎ 631-6452

### 休館日

【生涯学習センター】  
4月8日（月）



【藤枝地区交流センター（五十海）】  
【藤枝地区交流センター西館（茶町）】  
毎週月曜日と第3日曜日・祝日

### 貸室インターネット予約申込

【藤枝地区交流センター（五十海）】	}	令和6年6月分
【藤枝地区交流センター西館（茶町）】		
【生涯学習センター】	_____	令和6年9月分

- ★抽選申込 4月1日（月）0時から4月3日（水）23時59分
- ★抽選結果公開 4月4日（木）8時
- ★先着予約開始 4月4日（木）12時30分から

