

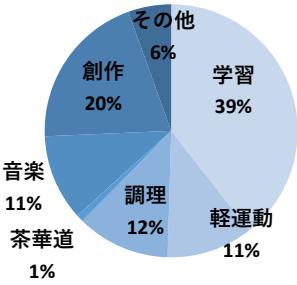
事業概要

自主的なグループ活動の育成や学習課題の啓発・学習機会の提供を目的とし、1回～数回で完結する単発型の講座を実施している。

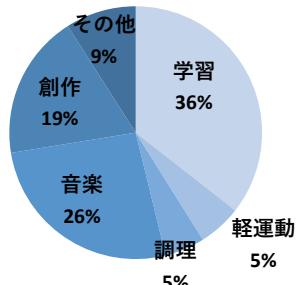
短期講座実施数及び受講者人数表

	学習		軽運動		調理		茶華道		音楽		創作		その他		合計	
	実施数	人数	実施数	人数	実施数	人数	実施数	人数	実施数	人数	実施数	人数	実施数	人数	実施数	人数
市立	21	580	4	48	7	68	1	14	3	279	4	110	2	107	42	1206
分館	2	23							4	301					6	324
春木																
葛城											1	16			1	16
光陽	1	30									3	52			4	82
山滝																
城北																
大芝	2	16									1	16			3	32
旭			1	12											1	12
天神山	1	17													1	17
葛城上																
山直	3	41							1	63	2	29	1	15	7	148
久米田																
光明																
新条											1	21			1	21
八木	8	242	2	50	1	16			2	102	3	236	1	40	17	686
常盤	1	57	3	38	1	30			2	86	5	69			12	280
箕土路	3	98									1	30	2	124	6	252
大宮	1	22	2	27	4	48					1	8			8	105
合計	43	1,126	12	175	13	162	1	14	12	831	22	587	6	286	109	3,181

分類別講座割合



分類別講座受講人数割合



開設数

学習	軽運動	調理	茶華道	音楽	創作	その他
43	12	13	1	12	22	6

受講者数

学習	軽運動	調理	茶華道	音楽	創作	その他
1126	175	162	14	831	587	286

●市立公民館・中央地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数 保育	開催日時	講師 (敬称略)
				応募			
1	大人	学習	ハナシが通じない、分かってもらえない人に 悩むあなたに 職場や周りでいる説明しても分かってもらえない人たち。相手に分かりやすく伝えるコツや互いに衝突を減らすアプローチ法を学ぶ。	40	32	4月16日(日)	梅花女子大学心理子ども学部 教授 伊丹 昌一
				32	1	10:00～12:00	
2	大人	学習	新1年・新学期そろそろ学校慣れてきた？ 連休明けた頃の、学校に慣れてはきたが疲れも出る時期に、現役の校長先生で子育て現役の講師から、学校の様子や普段気になることについて学ぶ。	20	7	6月24日(土)	泉南市東小学校校長 河野 敬重
				7		10:30～12:30	
3	大人	学習	ネガティブって悪くない	30	28	7月8日(土)	神戸学院大学心理学部講師 岡村 心平
			～くよくよぐづぐづする力～	25	3	13:30～15:30	
4	大人	学習	大人の怖い話 受講者が体験した怖い話、不思議な話を語り合った。	15	6	8月27日(日)	受講者相互
				6		19:30～20:30	
5	大人	学習	自分らしい推し活のススメ 好きなものや人物を応援する「推し活」の中で、自分らしさを見失わず楽しく応援を継続するコツを学ぶ。	16	5	10月19日(金)	おおさかメンタルヘルスケア 研修所付属カウンセリングルーム カウンセリングルーム室長 関根 友実
				6		18:30～20:30	
6	大人	学習	子どもの睡眠障害 起きれないのは夜更かしや 怠けゴコロじゃないかも。 睡眠の役割、特に成長期における睡眠の大切さについて動画を交えて学ぶ。また、自宅できる生活の整え方や アプリの活用法などサポート方法についての知識を得る。	30	15	12月7日(土)	南大阪睡眠医療センター 睡眠専門医 渥美 正彦
			15	2	13:30～15:30		
7	大人	学習	市立公民館シニア大学準備講座 おためし3講座 ① 80年代の歌謡曲・ポップスを ハイグレードなオーディオで楽しもう 懐かしい80年代のお話とその当時流行っていた音楽を聞く。	30	39	1月24日(水)	音レコサロンINまちかど 公民館スタッフ 森川 利夫・岡本 正之 上田 総一郎
			52		13:30～15:30		
8	大人	学習	市立公民館シニア大学準備講座 おためし3講座 ② 鏡なんかこわくない 血色よく疲れないワタシは食から始める 食事の大切さ、食べる時の咀嚼や歯の大切さを学ぶ。	30	40	2月14日(水)	はなみずきYuu 代表 中塚 由子
			52		13:30～15:30		

9	大人	学習	市立公民館シニア大学準備講座 おためし3講座 ③	30	47	3月27日(水)	魔法の香り 代表 延与 とも子	
			朝までぐっすりは「香り」で メディカルアロマの力	52		13:30~15:30		
			眠りとアロマについて学び、アロマ安眠スプレーと芳香剤を作る。					
10	大人	学習	あなたの投稿はここが惜しい！ 伝わるSNS講座	15	14	1月27日(土)	マルチクリエイター 栗瀬 誠	
			デザイン、プレゼンテーションのプロから、人目に留まりやすい投稿画像のポイントなど、SNSを通して自身の伝えたいことをより効果的に届けるコツを学ぶ。					
			頑張って仕事してるのになぜなんだ	15	14	3月17日(日)	泉州中障害者就業・ 生活支援センター 所長 斎喜 祐輔	
11	大人	学習	頑張って仕事をしているのにうまくいかず怒られ、悩んで自信をなくしている方に向けた講座。					
			発達障害講座	15	8	3月17日(日)	①マルチクリエイター 栗瀬 誠 ②神楽鍼灸マッサージ整骨院 元林 観	
			①ADHDの僕が仕事で工夫していることお話しします ②毎日頑張っている発達障害の子のママ・パパへ ①ADHDの特性ゆえに失敗してしまうことを講師はどう工夫しているか、できないと周囲に言うだけでなく、どうすればいいのかを学ぶ。 ②東洋医学の観点からパニックになった子どもの対応の方法、親のリラックス方法などを学ぶ。	8		14:00~16:00		
12	大人	学習	カラダトノウハル	20	18	4月27日(木)	健康運動指導士 とうち かずみ	
			～しなやかな身体づくり～	20		10:30~12:00		
			タオルを使ったり手でさすったりして身体をほぐし、無理せず習慣として身体を整える方法を学ぶ。					
13	大人	軽運動	カラダトノウハル	12	9	6月6日(火)	バレトンインストラクター MITSUYO	
			～初めてのバレトン体験講座～	12		19:15~20:15		
			フィットネス・バレエ・ヨガパートから構成され、音楽に合わせて行うエクササイズ。ポイント、レッグ、パッセ、二ーベントなどのバレエ要素の入った動きによりインナーマッスルを鍛える。					
14	大人	軽運動	夏休み直前！お昼ご飯案件。	20	12	7月6日(木)	岸和田グランドホール 顧問 高木 哲男	
			夏休み中のお昼ご飯の悩みを解決するため、時短で洗い物少なくてできるレシピを学ぶ。					
			お悩みカフェ	16	6	12月9日(土)	アーユルヴェーダフード& ハーバリコーディネーター 本田 典子	
15	大人	調理	疲労回復スパイスカレー編	6		10:30~14:00		
			小中学生の子どもの保護者の疲れと悩みを共有し、交流できる場として企画。疲れに効く自分の体質にあったスパイスを各自調合し、カレーにかけて食べる。					
			大人のおやつ時間	10	9	3月19日(火)	モンパン パン講師 遠山 智美	
16	大人	調理	スconeの作り方手順や材料の知識などを学ぶ。					

2. 講座運営事業

短期講座

18	大人	茶華道	ティースターが教える おいしいお茶の淹れ方講座	16	14	7月12日(水)	(株)伊藤園 ティーティスター
				13		10:00~11:30	
19	子ども	学習	新月のこわいお話会	12	13	8月16日(水)	公民館講師 鳥羽 敦子
				14			
20	子ども	調理	子どもアイシングクッキー	16	16	3月26日(火)	JSAアイシングクッキー認定講師 多田 美香
				16	16	10:00~12:00	
21	子ども	創作	匠が教えるものづくり教室	各回 12	①12 ②9 ③12	8月4日(金)	大阪府職業能力開発協会 (一社)日本建築大工技能士会
			宮大工「木組み」	①12 ②9 ③12	①12:30~13:30 ②14:00~15:00 ③15:30~16:30		
22	子ども	創作	匠が教えるものづくり教室	各回 12	①12 ②11 ③11	8月4日(金)	大阪府職業能力開発協会 大阪府印章技能士会
			石のはんこづくり	①18 ②22 ③13	①12:30~13:30 ②14:00~15:00 ③15:30~16:30		
23	子ども	創作	匠が教えるものづくり教室	各回 12	①10 ②12 ③12	8月4日(金)	大阪府職業能力開発協会 大阪府洋裁技能士会
			スクールバッグづくり	①23 ②31 ③21	①12:30~13:30 ②14:00~15:00 ③15:30~16:30		
24	子ども	創作	チャレンジ!演劇ワークショップ	12	9	1月21日(日)	俳優 高田 晴奈
				9		10:00~12:00	
25	子ども	創作	アート体験会	12	10	1月21日(日)	アーティスト 高橋 達也
				10			

2. 講座運営事業

短期講座

2. 講座運営事業

短期講座

2.講座運営事業

短期講座

41	その他	調理	乳幼児の保護者応援講座 たのしく子育てするためのおためし連続講座	12	8	3月14日(木)	パン講師 遠山 智美
			子ども薬膳ごはん	11	6	10:00~12:00	
			薬膳は難しいものではなく、食材の効能を知り、目的をもって作ることで取り入れられることを知り、さらに子どもの体と心の成長に合わせたより効果的な薬膳の調理法を実習を通じて学ぶ。				
42	その他	調理	乳幼児の保護者応援講座 たのしく子育てするためのおためし連続講座	12	10	3月27日(水)	パン講師 遠山 智美
			お菓子づくりとおいしい紅茶で アフタヌンティーしませんか	11	10	10:00~12:00	
			簡単に作れるスコーンと電子レンジで作る抹茶ケーキの作り方を実習を通じて学ぶ。焼き立てのスコーンとそれに合う紅茶を飲みながら子育ての合間のアフタヌンティーを楽しむ。				

●市立公民館分館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員 応募	参加人数 保育	開催日時	講師 (敬称略)
							講師 (敬称略)
1	大人	学習	鳥さんぽ	15	13	10月22日(日)	きしわだ自然資料館 風間 美穂
			あの鳥の名前…わかるかな？	17		13:00~16:00	
			鳥だけでなく色々な生き物を探しながら、春木川周辺を散策する。				
2	大人	音楽	発声ステップアップ講座	40	37	5月30日(火)	声楽家・指揮者 角野 芳子 ピアニスト 安枝 まなみ
			第1回	40		10:00~12:00	
			声楽家から歌う姿勢や正しい腹式呼吸法を学ぶ。				
3	大人	音楽	発声ステップアップ講座	40	32	6月6日(火)	声楽家・指揮者 角野 芳子 ピアニスト 安枝 まなみ
			第2回	40		10:00~12:00	
			声楽家から歌う姿勢や正しい腹式呼吸法を学ぶ。				
4	大人	音楽	発声ステップアップ講座	40	32	6月15日(木)	声楽家・指揮者 角野 芳子 ピアニスト 安枝 まなみ
			第3回	40		10:00~12:00	
			声楽家から歌う姿勢や正しい腹式呼吸法を学び、楽しく一緒に歌いましょう				
5	親子	学習	夏休み企画 子どもといっしょ	10組	10	8月8日(火)	岸和田市子ども文庫連絡会 田中 洋子
				8組		10:00~11:30	
			絵本の読み聞かせや手遊び、折り紙で子どもとゆったり触れ合う時間を過ごす。				
6	全世代	音楽	サザキヒロシリクエストライブ		200	2月10日(土)	シンガーソングライター サザキ ヒロシ
			～昭和歌謡からポップスまで～			14:00~15:30	
			リクエストを中心にギターの弾き語りを楽しむ。				

2.講座運営事業

短期講座

●葛城地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師（敬称略）
				応募	保育		
1	大人	創作	クリスマスのテーブルコーディ	20	16	12月3日(日)	プロフローリスト エリ子花前カレン
				16		13:30～15:30	
			例年12月第1日曜恒例のクリスマスをテーマとした講座。今年はクリスマスのテーブルコーディネイトとキャンドルアレンジを学んだ。				

●光陽地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師（敬称略）
				応募	保育		
1	大人	学習	シニアの経済講座	20	30	3月1日(金)	大和証券（株） 岸和田支店 鈴木 剛史
			～人生100年時代の活用法～	30		10:00～11:00	
			物価上昇や為替変動の経済情勢の中、新NISAの解説と活用の仕方、経済の仕組みと資産運用など暮らしのヒントを学ぶ。講師として地元証券会社のご協力で実現した。テーマとしては、タイムリーであった。				
2	大人	創作	ポーセラーツ講座	15	18	6月25日(日)	公民館講師 藤田 由美
				18		10:00～12:00	
			陶磁器に自分の好きなシールを選んで、シールを組み合わせて貼り付け、世界に一つだけの作品を作る。 参加者が作品を鑑賞しあうなど、お互いに交流を深める。				
3	大人	創作	プリザーブドフラワーと木の実のリースづくり	15	18	11月25日(土)	公民館講師 森 裕子
				18		13:30～15:30	
			プリザーブドフラワーと木の実を使い、アレンジすることによりオリジナルのリースを作る。参加者どうし交 流しあい、長く鑑賞でき、思い出に残る作品になる。				
4	子ども	創作	子どもの木工教室	15	16	8月18日(金)	公民館講師 中村 信彦
				18		10:00～12:00	
			リサイクル加工材を活用してキッズチェアを作る。リサイクル加工に当たった、工務店から環境の学習も行 う。終了したら、後片付けもきちんと行うまで指導する。公民館を大切に使うことも学ぶ。				

●山滝地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師（敬称略）
				応募	保育		
1	大人	学習	アンガーマネジメントを身につけよう ～怒りの感情に振り回されないためのトレーニング～	30	中止	8月24日(木)	アンガーマネジメント ファシリテーター 福成 二三代
				2		13:30～15:30	
			日々の生活の中で感じる怒りを、アンガーマネジメント(怒りのコントロール法)を使い、上手にコントロール する方法を学ぶ。グループワークを通じて、アンガーマネジメントを身につける。				

2. 講座運営事業

短期講座

●大芝地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師（敬称略）
				応募	保育		
1	大人	学習	子育てセミナー	15	中止	11月19日(日)	アドラー心理学勇気づけ講師 天野 英子
			「子供が伸びる関わりのヒント」と 「クリスマスのアロマワックスサシェ」を作る	3		10:00～12:00	
			子どもが持っている自ら育てようとする力を伸ばして自立を促す「勇気づけ」の声掛けを学ぶ。後半は花を使って作品を作る。※応募が少ないため中止。				
2	大人	創作	苔玉づくり体験講座	15	16	7月26日(水)	公民館講師 阪上 博子
			かわいらしく涼やかな苔玉を つくって育ててみませんか	16		10:00～12:00	
			室内で楽しめる苔玉づくりの体験を行った。ミズゴケをソフトボール大にまるめ、講師が準備した観葉植物の中から、3種類を2組選び、苔玉を2個作った。準備してきたお皿などに飾り付け完成させた。				
3	子ども	学習	夏休み書道教室（低学年向け）	12	6	8月3日(木)	公民館講師 村上 瑞泉
			筆でのびのびと文字を書きましょう	11		10:00～12:00	
			夏休みの小学生対象の講座。毛筆に触れる機会を提供する目的で企画した。				
4	子ども	学習	夏休み書道教室（高学年向け）	12	10	8月4日(金)	公民館講師 村上 瑞泉
			筆でのびのびと文字を書きましょう	10		10:00～12:00	
			夏休みの小学生対象の講座として行った。毛筆に触れる機会を提供する目的で企画した。				

●天神山地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師 (敬称略)
				応募	保育		
1	大人	学習	終活に向けて	20	17	11月29日(火)	整理収納アドバイザー 木村 恵美子
			今から始めるお片付け	18		13:30～15:00	
			終活に向けて整理・片付けのポイントを学ぶ。				

●旭地区公民館

2. 講座運営事業

短期講座

●山直地区公民館

●新条地区公民館

2. 講座運営事業

短期講座

●八木地区公民館

2. 講座運営事業

短期講座

●常盤地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師（敬称略）
				応募	保育		
1	大人	学習	「地球を守ろう」代表 環境活動家谷口たかひささんから 気候変動と自己肯定感のお話を聞こう！	50	57	9月28日(木)	「地球を守ろう」代表 環境活動家 谷口 たかひさ
			世界から見た日本はどんな国? 知ることで未来が変わる！	52		13:00～15:00	
			世界60か国以上を訪問し目の当たりしたことや日本のことだが皆が知らない話など、自立した人間になるための考え方を学ぶ。また、講師の国連でのスピーチや海外で撮影した動画を鑑賞する。				
2	大人	軽運動	Zumba de ダンス	15	14	5月16日(火)	ZUMBA®インストラクター 一筆 順子
			冬の間に固まった体を そろそろ動かしてみませんか？	18		10:00～11:00	
			リズミカルな音楽に合わせて楽しくダンスをする。				
3	大人	軽運動	はじめての手話ダンス	20	14	10月26日(木)	Cheer Up 代表 中林 ゆみ
			歌にあわせて 楽しく手話ダンスをしてみませんか？	14		10:00～11:00	
			座ったまま手話の意味を聞いたり、指のストレッチ運動や足の運動を行ったのち、立ち上がって「手のひらを太陽に」の曲に合わせてステップを踏みながら手話を実践する。				
4	大人	調理	お正月のための白みそづくり	30	30	12月13日(水)	発酵Laboつなぐ 今口 早織
				30		10:00～12:00 13:00～15:00	
			例年申込多数のため2回講座を企画。大豆を潰すところから始め、みそ作りを体験する。また、講師持参のみそにお湯を注ぐだけのおみそ汁を試食。手づくりみその味わい深さを体験する。				
5	大人	音楽	常盤地区公民館サマーコンサート□	70	50	7月29日(土)	天地音 奈良を愛する音楽家 山中 紗子
			～心の故郷を感じるmusic world～	50		13:30～15:00	
			初の試みである映像とコンサートのコラボ。沢山の古都奈良の風景や歴史の映像を順番にスクリーンに映し、奏者オリジナル曲のピアノ演奏を楽しむ。				
6	大人	音楽	岸和田ウインドアンサンブルコンサート	50	36	12月22日(金)	岸和田ウインドアンサンブル 代表 石田 諭司
				42		13:30～15:00	
			1984年結成の歴史ある楽団の演奏を鑑賞する。				
7	大人	創作	楽しいArt教室	27	25	4月18日(火)	ゼンタングル認定講師 山田 秀美 「色彩学校」認定アート療法士 杉山 雅美
			(午前) ゼンタングルアート (午後) ぬりえセラピー	25		10:00～12:00 13:30～15:00	
			(午前) 4つのパターンのデザインを黒のペンで描く。鉛筆で陰影をつけるので個性溢れる作品になる。 (午後) 色鉛筆、サインペン、パステルなどを使って気持ちの赴くままに色をつける。				
8	大人	創作	チョークアートレッスン	15	12	7月6日(木)	コーラーティスト 川口 貴子
			はじめてでも大丈夫！ 新しい世界にトライしてみよう！	12		10:00～12:00	
			うさぎの下絵に色塗りをする。目を描いたり、模様を付けたりして、個性的なうさぎに仕上がる。				

2. 講座運営事業

短期講座

9	大人	好きな香りでつくるボタニカルワックスサシェ	15	11	3月22日(金)	50village candle studio 五十里 慶子
			12		10:00～12:00	
		沢山の香りの中から自分の好きな香りを1つ選び、ドライフラワー入りのサシェを作る。				
10	子ども	ときわジュニアサマースクール	20	10	8月17日(木)	RE:ORIGIN 鍼灸 Conditioning Studio 代表 赤石 昇矢
		模型を作って運動しよう！	11		10:00～11:00	
		紙コップを2つ合わせて中にビー玉を入れ模型を作り、さらに絵を描いた紙を貼り付けオリジナル作品にする。作品を使ってパーソナルトレーナーとバランス運動をする。				
11	子ども	ときわジュニアサマースクール	10	10	8月2日(水)	夢の森つくり隊
		四海波花力ゴ作り	13			
		蜻蛉池公園で活動する「夢の森つくり隊」のメンバーから、四海波（しかいなみ）花かごの作り方を学ぶ。				
12	子ども	ときわジュニアサマースクール	13	11	8月8日(火)	食品サンプルアート協会認定 インストラクター 吉元 梨紗
		食品サンプル作り	30		10:00～11:00	
		かき氷の食品サンプルを作る。シロップはいちご、レモン、ブルーハワイなどから好きな色を選んでかけ、最後にパラソルの飾り付けをし夏らしさを演出する。				

● 箕土路青少年会館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師（敬称略）
				応募	保育		
1	大人	学習	時を知る	各15	30	11月15日(水) 11月22日(水) 11月29日(水)	菅原神社
			室町期 公家の日記から	10		13:30～15:30	彌宣 原 英嗣
			実隆公記を読む。				
2	子ども	学習	自習室	-	10	7月26日(水) 7月27日(木) 8月1日(火) 8月4日(金)	箕土路青少年会館
				-		9:30～11:30	館長 奥西 功二
3	子ども	学習	子ども英語～楽しくHello～	各15	58	8月3日(木) 8月10日(木) 8月17日(木)	高石市ALT
				各11		9:15～10:00 10:15～11:00	ダグラス・グリーンフィールド
			英語の楽しさを学ぶ。				

2. 講座運営事業

短期講座

●大宮地区公民館

NO	対象	分類	講座名（概要）	定員	参加人数	開催日時	講師 (敬称略)
				応募	保育		
1	子ども	調理	わくわくドキドキ 子どもパン道場！	12	12	6月3日(土)	パン講師
			第1回 チョコレートパン	12		10:00～13:30	遠山 智美
			子どもでもできるおいしいパン作りを学ぶ。生地をこねる・発酵させる・成形・焼くという基本の工程を体験する。				
2	子ども	調理	わくわくドキドキ 子どもパン道場！	12	12	7月1日(土)	パン講師
			第2回 チーズパン	12		10:00～13:30	遠山 智美
			前回の復習をしながら、こねる時の力加減や要領よく作るコツを身に着ける。				
3	子ども	調理	わくわくドキドキ 子どもパン道場！	12	12	8月5日(土)	パン講師
			第3回 ウィンナーパン	12		10:00～13:30	遠山 智美
			パン作りを通じて想像力や表現力を育む。				
4	親子	軽運動	男のボディメンテナンス	15組	12	3月31日(日)	ジャイロキネシスインストラクター Yuu-
				14		10:30～11:45	
			体幹を鍛えバランス感覚を養う。健康でケガをしない身体を目指す。				
5	親子	調理	パパと子どものランチ道場	16組	12	3月23日(土)	パン講師
			ピタパンサンドつくります	12		10:00～13:00	遠山 智美
			パパと子どもが協力しピタパンを作る。挟む具の調理から片付けまでを分担し親子時間を楽しむ。				

2. 講座運営事業

短期講座

6	全世代 学習	わが家の名義どうなってる？	20	22	11月11日(土)	司法書士 志野 千佳子
		家族をつなぐ相続登記のこと、義務化になる前にいっしょに考えてみましょう。	33		10:00～12:00	
		令和6年4月より相続登記が義務化になる。義務化に至る経緯や、相続・遺言に関して今からできることを学ぶ。				
7	全世代 軽運動	カラダトトノウハル	20	15	5月13日(土)	全国ラジオ体操連盟指導委員 指導委員 当山 優子
		目からウロコのラジオ体操	20		10:30～12:00	
		ラジオ体操には13の動作があり、一つ一つの動きが身体のどの部分の体操になるかを学ぶ。実際に正しいラジオ体操をすることで姿勢や骨密度、身体の内面にも効果があることを体験する。				
8	その他 創作	裁縫男子ミシンデビュー	10	8	3月9日(土)	もめんや・由季 小木曾 由季
		ミシンを使ってエコバッグを作りませんか？	9		10:00～12:00	
		男性の家事への参加のきっかけ作りを目的として、ミシンを使ったエコバック作りを企画。				