

令和7年度 古川 市民センター 講座開催情報

10月 ～ 3月

応募開始日などの、詳しいことは職員にお問合せください。古川市民センター(017-776-8082)

開催月	講座名	開催日 (初日)	曜日	学習時間	講師	対象と 募集人数	材料費等	準備物	備考
10月	動いて！笑って！活性化！マナフィット①	10/4	土	10:00～12:00	JSP0スポーツプログラマー 兼平 麻菜	中学生以上 20人	無料	ヨガマット(大判バスタオル)・水分補給用飲料	2回シリーズ 10/4,11
10月	秋の花の寄せ植え講座	10/10	金	10:00～12:00	渋谷種苗店 渋谷 芙美子	一般 15人	1,500円	ゴム手袋・移植ベラ	
10月	新そば打ち体験講座	10/21	火	9:30～13:30	MOYAヒルズ 齋藤 久夫	一般 18人	1,500円	エプロン・三角巾	
11月	ソフトエアロビクスとストレッチ②	11/1	土	10:00～11:30	JWI認定インストラクター 山口 京	中学生以上 60人	無料	内ばき・大判バスタオル(ヨガマット)・水分補給用飲料	5回シリーズ 11/1,8,15,22,29
11月	こころを整え写経②	11/7	金	10:00～12:00	正覚寺 住職 楠美 知剛	一般 20人	無料	なし	
11月	”ふまねっと”でマスを歩きながら楽しく脳トレ	11/18	火	10:00～12:00	健康運動指導士 棟方 由美子	60歳以上 20人	無料	運動しやすい服装・水分補給用飲料	
12月	シニア向け初歩スマホ講座②	12/2	火	10:00～12:00	ソフトバンク(株) 佐藤 暁子	65歳以上 10人	無料	なし	2回シリーズ 12/2,16
12月	大人の 一度は着衣泳	12/2	火	10:00～12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般 20人	無料	水着一式、着替え	
12月	着衣泳	12/2	火	13:30～15:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	古川小6年生 17人	無料	水着一式、着替え	
12月	動いて！笑って！活性化！マナフィット②	12/6	土	10:00～12:00	JSP0スポーツプログラマー 兼平 麻菜	中学生以上 20人	無料	ヨガマット(大判バスタオル)・水分補給用飲料	3回シリーズ 12/6,13,20
12月	お正月用生け花講座	12/28	日	10:00～12:00	小原流 専任講師 白鳥 順子	一般 15人	3,200円	花ばさみ・新聞紙	
1月	プールで楽しく健康づくり・水曜日③	1/14	水	10:00～12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般 25人	2,000円	水着一式	10回シリーズ 1/14,21,28,2/4,18,25,3/4,11,18,25
1月	一般水泳教室・木曜日③	1/15	木	10:00～12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子他	一般 50人	4,000円	水着一式	10回シリーズ 1/15,22,29,2/5,12,19,26,3/5,12,19
1月	集中水泳教室・金曜日③	1/16	金	13:30～14:30	日赤水上安全法指導員 齋藤 恵子他	一般 10人	4,500円	水着一式	9回シリーズ 1/16,23,30,2/6,13,20,27,3/6,13
1月	プールで楽しく健康づくり・月曜日③	1/19	月	10:00～12:00	日赤水上安全法指導員 北谷 誉子	一般 25人	2,000円	水着一式	10回シリーズ 1/19,26,2/2,9,16,3/2,9,16,23,30
2月	ピラティスを取り入れたマナフィット	2/21	土	10:00～12:00	JSP0スポーツプログラマー 兼平 麻菜	中学生以上 20人	無料	ヨガマット(大判バスタオル)・水分補給用飲料	5回シリーズ 2/21,28,3/7,14,21
3月	シニア向け初歩スマホ講座③	3/10	火	10:00～12:00	ソフトバンク(株) 佐藤 暁子	65歳以上 10人	無料	なし	2回シリーズ 3/10,24