

みやこ市民カレッジニュース



発行：宮古市生涯学習推進本部

令和6年2月号

生涯学習のマスコット
「マナビィ」

はじめの一步♪サークル1DAY体験講座！

公民館では、市民の皆さまが様々なサークル活動を行っています。「何かを始めてみたいけど、どこで始めたらいいんだろう？」「サークルって、どんな活動をしているんだろう？」「一人だと参加しづらいな・・・」そんな皆さまへサークル1日体験講座を開催します！！

この機会にぜひ、気になるサークルへ参加してみませんか？

	団体名 (内容)	開催日時	会場	定員	参加料
①	ハピレしみやこ (ウクレレ)	2月27日(火) 19:00~20:30	中央公民館 (市民交流センター) 宮古市宮町1丁目1-30	8	無料
②	朋友会 (太極拳)	2月28日(水) 13:30~14:30		5	
③	童謡を歌う会 (合唱)	3月1日(金) 10:00~11:30		10	
④	将棋を楽しむ会 (将棋)	3月16日(土) 13:00~15:00		8	
⑤	ヨガサークル (ヨガ)	3月18日(月) 10:30~11:30		4	

【対象】市民

【申し込み】2月4日(日)~17日(土)まで電話にて受付します。

※ただし、定員になり次第締め切ります。

【問い合わせ先】宮古市中央公民館(市民交流センター) 電話63-4166

目指せ即戦力！就職パソコン講座

ワード・エクセルを中心に仕事にパソコン操作を学び、デスクワークの即戦力を目指します。

【日時】2月6日(火)~9日(金)、13日(火)~16日(金)

13:30~15:30 全8日間

【場所】うみマチひろば 3F 研修室

【講師】三陸NPO支援センター

【対象】10名(求職者優先)※文字入力できる人

【経費等】2,000円 ※参加費は前日までにお支払い頂きますようお願いいたします。

【申し込み】定員になり次第、締め切りいたしますので、ご了承ください。変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

宮古市電子図書館使い方講座

電子図書館とはなにか、電子書籍の借り方・探し方・返し方など、電子図書館の使い方を学びます。**持ち物：スマートフォンあるいはタブレット**

【日時】2月10日(土) ①10:00~ ②13:30~ (各回30分程度)

【場所】宮古市立図書館 2階学習スペース

【対象】宮古市民、宮古市に通勤・通学している人 5名程度(先着順)

【経費等】無料(申し込み不要)

【問い合わせ先】宮古市立図書館 電話62-2414

黒森神楽新春巡行

国指定重要無形民俗文化財で三陸ジオパークの見どころ
「黒森神楽」をホテルで観賞し、“神楽宿”の雰囲気を楽しむ。

- 【日時】2月10日(土) 11:00~16:00
- 【場所】休暇村陸中宮古
- 【対象】80名程度
- 【経費等】昼食ビュッフェ付 3,300円 ※別途宿泊プランもあり
- 【申し込み】
 - ・問い合わせ先】休暇村陸中宮古 電話62-9911



じっくり縄文体験 勾玉編「勾玉のレプリカを作ろう！」

滑石(かっせき)という柔らかい石を削って、宮古の遺跡から出土した勾玉のレプリカを作ります。

- 【日時】2月11日(日) 13:30~15:30
- 【場所】崎山貝塚縄文の森ミュージアム 体験学習室
- 【対象】小学生以上(定員12人) ※小学生は保護者同伴
- 【経費等】無料
- 【申し込み】申込期間は1月16日(火)~2月10日(土)
電話またはミュージアム受付にてお申込みください。
- 【問い合わせ先】宮古市崎山貝塚縄文の森ミュージアム 電話65-7526

ネイル講座~セルフケアとお手軽アート~

女性ならではの美・個性をアピールできる“指のお洒落”を楽しむ講座です。基本的なネイルケア、手軽にできるネイルアートを体験していただきます。ネイルでストレスや疲れを癒しましょう!

- 【日時】2月12日(月・祝) 9:30~12:30
- 【場所】うみマチひろば 3F コミュニティ室
- 【講師】大澤 美智子 氏 (Dear Nail 日本ネイリスト協会1級技能士)
- 【対象】10名
- 【経費等】1,000円 ※参加費は前日までにお支払い頂きますようお願いいたします。
- 【持ち物】マニキュア、除光液(持っている方)
- 【申し込み】定員になり次第、締め切りいたしますので、ご了承ください。変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。
- 託児希望の方は1週間前までにご相談ください。
- 【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

私の「あたりまえ」は思い込み? アンコンシャス・バイアスに気づこう!

私たちの中には、知らず知らずに身につけてしまった思い込みや偏ったものの見方(アンコンシャス・バイアス)が存在します。無意識のため、自分自身では気づきにくく『当たり前』と置いていたことが相手にとっては違っていたり、何気ない言動が誰かを傷つけているかもしれません。また、自分自身の可能性を狭めていることもあるかもしれません。相手や自身の「個性」や「らしさ」を大切にできるよう、まずは自分の中の思い込みに気づき、意識の持ち方を変えるためのヒントを見つけてみませんか?

- 【日時】2月14日(水) 10:00~11:30
- 【参加方法】①会場参加(会場:宮古市市民交流センター 2階多目的ホール)
②Zoom参加
- 【講師】山屋 理恵 氏(岩手県男女共同参画センター センター長) ※オンライン登壇
- 【対象】テーマに関心のある方(各30名)
- 【経費等】無料
- 【申し込み】電話、ファクス、申込フォーム(右記QRコード)
申込期限:2月7日(水) ※Zoom参加の方のみ
- 【問い合わせ先】宮古市生活課 男女共同参画・協働推進係
電話68-9080 FAX63-9110 E-mail:sekatsu@city.miyako.iwate.jp



「つまみ細工～こいのぼり飾り～」

待ち遠しい春にむけて、五月の節句に飾りたい風にたなびくかわいいこいのぼりを額に作ります（伝統工芸）

【日時】2月16日（金）13：00～16：00

【場所】田老公民館 大会議室

【講師】岩田 真紫輝 氏

【対象】市内在住の方 先着8名

【参加費】2,300円（材料費）

【持ち物】手拭きタオル、飲み物

【申し込み】2月2日受付開始 田老公民館に電話等で申し込みください

【問い合わせ先】宮古市田老公民館 電話87-2976

図書館シネマ～大人のための映画会～

毎月1回、大人向けの映画会を開催します。「雪国」90分

【日時】2月17日（土）15：00

【場所】宮古市立図書館 視聴覚室

【対象】どなたでも

【経費等】無料

【問い合わせ先】宮古市立図書館 電話62-2414

古代三陸シンポジウム「閉伊の塩・馬・鉄」

古代から中世にかけての製塩・馬産・鉄生産について、発表とシンポジウムを行います。

①三陸の製鉄 講師：長谷川 真 氏（宮古市教育委員会）

②三陸の集落分布と「鍛冶場集落」 講師：八木 光則 氏（蝦夷研究会）

③三陸の12世紀 講師：福島 正和 氏（公財）岩手県文化振興事業団埋蔵文化財センター）

④シンポジウム 進行・司会：樋口 知志 氏（岩手大学）

主催：蝦夷研究会 共催：宮古市教育委員会

【日時】2月17日（土）13：30～16：30

【場所】崎山公民館 多目的ホール（宮古市崎山1-16-1）

【対象】どなたでも

【経費等】無料

【申し込み】申し込み不要

【問い合わせ先】崎山貝塚縄文の森ミュージアム 電話65-7526

休館日のお知らせ

全館ワックス作業ならびに消防設備点検のため、臨時休館します。

【日時】2月18日（日）、23日（金・祝）

【問い合わせ先】うみまちひろば 電話65-7133

崎山貝塚縄文の森ミュージアム公開講座

「発見！宮古学」～竪穴住居と崎山貝塚の縄文集落～

講義：「竪穴住居と崎山貝塚の縄文集落」

体験：復元磨製石斧の使用体験

【日時】2月24日（土）13：00～15：00

【場所】崎山公民館 多目的ホール・崎山貝塚縄文の森ミュージアム

【対象】市民 【経費等】無料 【申し込み】不要

【問い合わせ先】宮古市教育委員会文化課 電話65-7526

（崎山貝塚縄文の森ミュージアム）

生涯学習ボランティア大募集！「何かしたい」を生かしませんか？お待ちしております♪
お気軽にお問い合わせください！！お問い合わせは⇒生涯学習課 ☎68-9119

味噌づくり体験

全3回コースで昔ながらの「玉味噌」作り体験

- 【日時】第1回 3月 1日(金) 11:00~15:00
第2回 3月 2日(土) 13:00~15:00
第3回 4月12日(金) 13:00~15:00

【場所】第1回 タイマグラ(バスを運行します。10:55までに民俗資料館集合)
第2・3回 川井生涯学習センター

【講師】山代 陽子 氏(「タイマグラばあちゃん」直伝の味噌作り伝承者)

【対象】どなたでも(全3回参加可能な方 先着6名)

【経費等】材料費1,000円(大豆600g、味噌汁代)

【持ち物】エプロン、三角巾、マスク、おにぎり、飲料水

【申込期間】2月15日(木)~25日(日)までにお申し込みください(月曜休館日)

【問い合わせ先】詳しい内容はお問い合わせください

北上山地民俗資料館 電話76-2167

桜の糸かけアート教室

これからの時季にピッタリ!!桜の糸かけアート制作します。プレゼントやインテリアとしていかがですか。ぜひ、この機会に糸かけアートの世界を楽しみましょう♪

【日時】3月2日(土)9:30~正午

【場所】山口公民館 2階 会議室

【講師】佐藤 久美子 氏

【対象】市民 先着8名

【経費等】1,050円(材料代、保険代)

【持ち物】はさみ、飲み物、持ち帰り用の袋

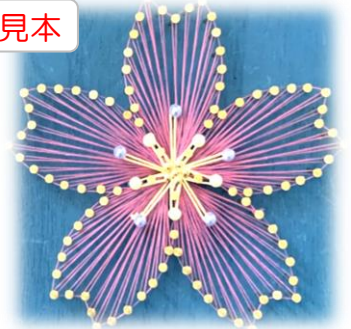
【申込期間】2月1日(木)9:00から電話にて受け付けます。

※定員になり次第締め切ります。

【問い合わせ先】宮古市山口公民館 電話62-3670

※受付時間:火曜日から土曜日の9:00~17:00まで※

見本



リズムステップでリフレッシュ!~ステップ台で行う リズムエアロビクス~

ステップ台を上ったり下りたりしながら、音楽に合わせてエアロビクスを行います!脳トレにもなるエアロビで、楽しく体を動かしてみませんか?

【日時】3月2日(土)、9日(土)、16日(土) 全3回 13:30~15:00

【場所】中央公民館(市民交流センター)2階 運動スタジオ1

【講師】佐々木 佳子 氏(宮古市体育協会指導員)

【対象】市民 先着8名

【経費等】150円(保険料)

【持ち物】上履き、汗拭きタオル、運動のできる服装、飲み物(キャップ付き)

【申込期間】2月18日(日)10:00から電話にて受付します。

※ただし、定員になり次第締め切ります。

【問い合わせ先】宮古市中央公民館(市民交流センター) 電話63-4166

レジンアクセサリー教室~春色、ミモザのネックレス~

春らしい、ミモザなど小さな花を閉じ込めたレジンアクセサリーを作ります♪

初心者さん大歓迎です。

【日時】3月9日(土)9:00~11:30

【場所】中央公民館分館

【講師】佐々木 ひかる 氏(ハンドメイドアクセサリー作家 RANTANA)

【対象】市民 先着6名

【経費等】1,500円(材料代)

【持ち物】マスク、飲料水

【申込期間】2月17日(土)9:00~電話受付開始

※月曜休館日。お申し込みは火曜~土曜日の9:00~17:00にお願いいたします。

【問い合わせ先】宮古市中央公民館分館 電話63-4700

令和6年度【定期教室】生徒募集

●定期教室は、R6年4月からR7年3月までの1年を通して定期的に行う教室です。年度途中には募集しませんので、興味のある方はお早めどうぞ。

■生花教室・・・日時：月1回火曜日 19:00～21:00

- ・講師：小金渕 陽子 氏（草月流）
- ・材料費：1回1,200円程度
- ・持ち物：花切りバサミ
- ・定員：15名

■茶道教室・・・日時：第2・3水曜日 19:00～21:00

- ・講師：細越 静子 氏（表千家）
- ・材料費：1回300円
- ・持ち物：白い靴下
- ・定員：12名

■料理教室・・・日時：月1回 日曜日の午前中

- ・講師：各分野の先生（和・洋・中・お菓子）
- ・材料費：1回1,000円程度
- ・持ち物：エプロン、三角巾、持ち帰り用容器
- ・定員：15名

■ペン字教室・・・場所：山口公民館 調理室

■ペン字教室・・・日時：第2・4木曜日 19:00～21:00

- ・講師：菅野 安子 氏（華翠塾代表）
- ・会費：月600円、初回に年間テキスト代6,000円
- ・持ち物：ボールペン、ノート
- ・定員：25名

■デジタル倶楽部・・・内容：各自がパソコンやスマホを持ち寄り、分からないことを先生に聞いたり、お互いに教え合ったり、楽しく学び合えるサークルのような教室です。

・・・日時：月1回日曜日 13:00～15:00

- ・・・講師：川戸 大洋（たかひろ）氏
- ・・・会費：1回500円
- ・・・持ち物：お持ちのパソコン・スマホ、筆記用具等
- ・・・定員：10名

■シニア世代の書写交流教室

・・・内容：書写を楽しみながら参加者同士が交流できる教室です。

・・・日時：第2・4火曜日 10:00～11:00

- ・・・講師：嶋香 徳子 氏（公文西ヶ丘書写教室 書写講師）
- ・・・会費：月2,000円
- ・・・持ち物：使い慣れた万年筆や毛筆ペンをお持ちの方は持参ください。
- ・・・定員：12名（60歳以上の方）

●募集期間＝茶道教室・シニア書写教室は2月1日～、生花教室・料理教室・ペン字教室・デジタル倶楽部は2月15日～募集となります。

【申し込み】定員になり次第締め切りますので、ご了承ください。変更等ある場合がございますので、詳細につきましてはお問い合わせください。

【問い合わせ先】うみマチひろば 電話65-7133

春を味わう・生わかめ料理講座

旬を迎えた宮古産の生わかめの料理教室です。美味しいけどいつものメニューになりがちな「生わかめ」をよりおいしく、美しく、調理する方法を学びましょう。講師はテレビ番組でも活躍の料理研究家、晴澤雪枝さんです！

【日時】3月17日（日）11:00～13:00

【場所】山口公民館

【講師】晴澤 雪枝 氏（料理研究家・みんなのクッキングレッスン代表）

【対象】市民10名（先着）




【経費等】1,300円（材料等）

【持ち物】エプロン・三角巾・飲料水・マスク着用

【申込期間】2月24日（土）9:00～火曜から金曜までの9:00～17:00 受付

【問い合わせ先】宮古市山口公民館 電話62-3670

2月開催の生涯学習事業

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				(山) 桜の糸かけアート教室 申込開始	つまみ細工 ～こいのぼり飾り～ 受付開始	(田)
				(う) R6年度【定期教室】募集	おはなし会 (図)	
4	5	6	7	8	9	10
(中) はじめの一步♪サークル1DAY体験講座!受付期間 ①～⑤						電子図書館 使い方講座 (図)
				(う) 目指せ即戦力!就職パソコン講座		勾玉のレプリカを作ろう!申込期限 (文)
		私の「あたりまえ」は思い込み?アン コンシャス・バイアスに気づこう! 申込期限※Zoom参加の方のみ (生)				黒森神楽新春巡行 (観)
11	12	13	14	15	16	17
勾玉のレプリカを 作ろう! (文)	ネイル講座 ～セルフケアと お手軽アート～ (う)		私の「あたりまえ」は 思い込み?アンコン シャス・バイアスに 気づこう! (生)		つまみ細工 こいのぼり飾り (田)	図書館シネマ (図)
				(北) 味噌づくり体験申込期間～25日まで		古代三陸 シンポジウム (文)
				(う) 目指せ即戦力!就職パソコン講座		レジン アクセサリー教室 受付開始 (分)
(中) はじめの一步♪サークル1DAY体験講座!受付期間 ①～⑤						(う) R6年度【定期教室】募集
18	19	20	21	22	23	24
(北) 味噌づくり体験申込期間～25日まで(月曜休館日)						崎山貝塚縄文の 森ミュージアム 公開講座 (文)
(中) リズムステップで リフレッシュ! 受付開始						春を味わう・生 わかめ料理講座 受付開始 (山)
(う) 休館日						(う) 休館日
25	26	27	28	29		

印の見かた

- (図):図書館 (中):中央公民館 (分):中央公民館分館 (山):山口公民館 (千):千徳公民館
 (田):田老公民館 (文):文化課 (北):北上山地民俗資料館 (生):生活課 (観):観光課
 (う):うみマチひろば

みやこ市民カレッジニュース

令和6年2月発行 宮古市生涯学習推進本部 宮古市教育委員会事務局生涯学習課 電話68-9119
 《ホームページに最新の情報を掲載しています (https://www.city.miyako.iwate.jp)》