



ハーパスカレッジ

まじで気になる100の講座



令和3年度後期
受講生募集中

みつけるワクワク
つながるドキドキ



健康

自然

生活

防災

歴史

家庭



「リーパスカレッジ」は、人生を豊かに過ごすためのヒントを見つけるたくさんの「場」という思いを込めて企画しています。皆さんの学びの場、出会いの場、きっかけづくりの場、仲間づくりの場として、どしどしご応募ください。

申込期間 一次募集：9月20日（月）～10月10日（日）

※定員に達していない講座は、随時募集いたします。

対象 市内在住、または市内に通勤通学している人


受講料 1講座300円（材料費が別途必要な講座もあります）
※受講料と材料費は、受講当日にお支払いください。

申込方法 申し込みフォーム（QRコード）、電話、窓口にて受け付けます。なお、応募多数の場合は抽選となります。

受講通知 10月12日（火）以降に受講決定のご連絡をします。
※①の講座のみ、10月5日（火）に決定し、ご連絡します。

①古賀市のまつりを知る
「薬王寺おくんち」




日時：10月10日（日）
17:30～20:30
集合：フォーラム（17:20）
定員：13人
随行者：薬王寺地域の人
内容：白鬚神社の秋季大祭は収穫と健康に感謝する祭です。薬王寺の家並みと幽玄な御神幸の世界を体感します。バス移動あり。

11

②スマホで上手に
写真を撮る方法




日時：10月19日（火）
10:00～12:00
場所：103洋室
定員：15人
講師：金子美聡さん
花田亜紀さん
内容：地域活動やおうち時間で楽しめるように、「初めてのスマホ」の写真機能について学びます。

4

③サトウキビ収穫
黒糖作り



日時：10月22日（金）
9:00～12:00
集合：フォーラム（8:50）
定員：13人
材料費：300円
講師：シルバー人材センター
内容：市内のサトウキビ畑で収穫体験。しぼり汁を煮詰めて手作り黒糖を作ります。バス移動あり。

2

④ウォーキングと
入浴を科学する




日時：10月23日（土）
14:00～16:00
場所：市民体育館
定員：15人
講師：清水利之さん
内容：いい姿勢づくりと正しい歩き方、免疫力がアップする入浴法は日常に役立つ科学的な情報です。

3 4

⑤心を癒す座禅体験




日時：10月28日（木）
9:00～12:00
集合：フォーラム（8:50）
定員：13人
講師：医王寺住職さん
内容：住職のお話と座禅を体験します。日頃の喧騒からしばし解放たれてゆっくり自分を見つめませんか。バス移動あり。

3

⑥藍染めマイ布袋
～手拭いを染めて～




日時：10月30日（土）
9:00～12:00
場所：102工芸室
定員：14人
材料費：1,000円
講師：田辺一美さん
内容：藍染めの染色過程は科学実験みたいで楽しい体験。手拭いをあずま袋に仕立て、染めあげます。

12

⑦お灸 de 美容 ～心・
身体を温める方法～




日時：11月4日（木）
9:00～12:00
場所：302洋室
定員：12人
材料費：1,000円
講師：高嶋慧さん
内容：お灸で心の緊張もほぐし血行改善、美肌効果も。おうちでできるセルフケアを伝授します。

3

⑧筆ペンで書く、
もらって嬉しい年賀状




日時：11月13日（土）
10:00～12:00
場所：103洋室
定員：15人
材料費：1,000円
講師：北崎友喜さん
内容：年賀状、悩む季節です。みんなをあとと驚かせるチャンスです。講師が手本、ペン等用意します。

4

⑨シェフに教わる酒の肴
～リモート飲み会にも～




日時：11月17日（水）
9:00～12:00
場所：101調理室
定員：8人
材料費：1,000円
講師：(株)ピエトロ
小森幸夫シェフ
内容：ピエトロ商品を使って、気分が上がる美味しいおうち時間を。

5

⑩部分月食と惑星観察
～天体望遠鏡を使って～



日時：11月19日（金）
17:30～20:00
集合：フォーラム（17:20）
定員：13人
講師：橋本洋さん
内容：ゆっくり夜空を見上げたのはいつですか？秋の澄んだ空での天体ショーを存分に（雨天メニューあり）。バス移動あり。

13

⑪こが散歩
秋空あおやぎ編




日時：11月20日（土）
14:00～16:00
集合：古賀グリーンパーク
定員：15人
随行者：生涯学習推進課
内容：歴史ある青柳と古賀グリーンパーク遊歩道の秋を見つけながら古賀の良さを見つめながら古賀の良さを再発見。（5km程度）
（雨天中止）

3 15

⑫古賀の味力発見
～食品加工団地巡り～



日時：11月24日（水）
9:00～12:00
集合：フォーラム（8:50）
定員：13人
随行者：生涯学習推進課
内容：(株)カイセイの特長ある食品についての説明も受けられるチャンス。エコバッグ持参で買い物も楽しめます。バス移動あり。

8

⑬キャンプの達人
子どもが憧れる大人に




日時：11月28日（日）
9:00～12:00
集合：千鳥苑
定員：15人
材料費：1,500円
講師：大橋光雄さん
内容：着火剤を使わない簡単火おこしを名人から教わり、達人になろう。

4

⑭メンタルビジョン
トレーニング



日時：12月3日（金）
9:00～12:00
場所：103洋室
定員：15人
講師：端野カナエさん
内容：「林先生の初耳学」でも取り上げられた眼球体操。メンタル強化と頭の回転を良くする、5分間の簡単トレーニング法を学びます。

4



健康



自然



生活



防災



歴史



家庭

15 古賀ハーブ農園のハーブでリース作り



日時：12月14日(火)
9:30～12:00
場所：U 102 工芸室
定員：10人
材料費：1,500円
講師：柴田敬子さん
内容：ハーブの効能を教わりながら作成した、唯一無二のハーブリースを飾ってハッピークリスマス。

4

16 古賀の匠を巡る旅～ロボット技術～



日時：12月16日(木)
9:00～12:00
集合：U フォーラム(8:50)
定員：13人
講師：(株)正興電機製作所
内容：ロボットによる最先端技術を擁する古賀市の老舗企業を見学します。体験もできます。バス移動あり。

9

17 こが散歩ハート巡り編



日時：12月18日(土)
15:00～17:30
場所：U 302 洋室
定員：15人
講師：松岡勝さん・富美子さん
随行：生涯学習推進課
内容：折り紙でハートやクリスマスツリーを作った後、ハート探しのウォーキングを。(3km程度)

3 16

18 子どもにお金の教育を



日時：12月19日(日)
【午前】10:00～12:00
【午後】13:30～15:30
場所：U 中会議室
定員：各10組
対象：小学1～4年生とその保護者(未受講者のみ)
講師：横手光司さん
内容：お金のたいせつさを楽しく学べます。無料講座

4

19 手作りプランター門松で新年を



日時：12月26日(日)
9:00～12:00
場所：U 102 工芸室
定員：14人
材料費：1,000円
講師：中野かよみさん
内容：花屋さんが育てた苗を使った門松づくり体験。お正月を迎える準備をしましょう。

15

20 名将 薦野増時に学ぶ～古賀の歴史を知る～



日時：1月15日(土)
10:00～12:00
場所：U 大会議室
定員：45人
講師：土師武さん
内容：戦国時代から江戸時代前期にかけて活躍した武将「薦野増時」。古賀にゆかりがある薦野増時に焦点をあて歴史を学びます。

11

21 小学生の思春期



日時：1月16日(日)
10:00～12:00
場所：U 多目的ホール
定員：30人
講師：中村隆さん
対象：小学生の保護者
内容：思春期を迎える子どもとの関わり方とは？テクニックを学びましょう。無料講座

4

22 知っているつもり「日本語」再発見



日時：1月18日(火)
10:00～12:00
場所：U 103 洋室
定員：15人
講師：佐々木謙介さん
内容：元NHKアナウンサーから学ぶ日本語の深さ、豊かさ、面白さ。ゲームやクイズ、シャンテという新・言語表現も体験します。

4

23 アンチエイジングのボディメイク



日時：1月22日(土)
10:00～12:00
場所：U 204 ダンス室
定員：12人
講師：柴田伊津子さん
内容：ステップエクササイズで汗をかき、お腹まわりもシェイプアップしましょう。おうち時間の手軽な運動も紹介します。

3

24 ゆいのサポーターと家トレで健康づくり



日時：1月26日(水)
10:00～12:00
場所：U 204 ダンス室
定員：13人
講師：介護予防サポーター
内容：体力・気力保持には家トレが一番。呼吸に合わせて体を動かす太極拳と古賀市早口ことばのかかるたでお口の元気づくり。

3

【無料公開講座】福岡堅樹さんを育んだ福岡家流の子育てに迫る



日時：1月30日(日)
10:00～12:00
場所：U 多目的ホール
定員：90人
講師：福岡綱二郎さん(福岡堅樹さんの父)
坂崎隆一さん(アーティスト)
佐藤ともやすさん(パーソナリティ)
内容：古賀市出身のトップアスリート福岡堅樹さん(ラグビー)が育った環境や親と子の関係、地域との関わりなど、誰もが知りたい「子育てのヒント」を探ります。参加者からの質問などを受け付けながら、会場と一体になった公開対談形式で行います。無料講座

25 簡単！羽織リメイク講座



日時：1月28日(金)
9:00～12:00
集合：U フォーラム(8:50)
定員：8人
講師：シルバー人材センター
内容：着なくなった羽織を、街着になるジャケットに変身させましょう。羽織をお持ちでない方は材料費別途600円。バス移動あり。

12

26 ステンドグラス体験



日時：2月5日(土)
9:30～12:00
場所：U 102 工芸室
定員：10人
材料費：1,500円
講師：ステンドギャラリーツツイ
内容：お部屋にあるとセンスアップするステンドグラスのフットランプ。自分の手で作り上げましょう。

4



福岡綱二郎さん



坂崎隆一さん



佐藤ともやすさん

27 無心で彩る
糸かけアート



日時：2月9日（水）
10:00～12:00
場所：U 102 工芸室
定員：10人
材料費：1,000円
講師：光永ゆかりさん
内容：色とりどりの糸が描き出す、あなただけのアート。奥深く、繊細で美しい作品に仕上がります。

4

28 親子で野球ボール遊び



日時：2月11日（金・祝）
10:00～12:00
場所：市民体育館
定員：親子14組
小学1～2年生
講師：奥村浩正さん、九州産業大学学生
内容：柔らかい野球ボールを使って、オリジナル野球ゲームを行います。

3

29 古賀のソウルフード
「給食の牛めし」



日時：2月12日（土）
9:00～12:00
場所：U 101 調理室
定員：8人
材料費：300円
講師：力丸宏昭さん
内容：大人になっても食べたい思い出の味を、ご家庭で再現してみませんか？調理実習あり。

5

30 苔テラリウム作り
～容器の中の自然～



日時：2月13日（日）
10:00～12:00
場所：U 102 工芸室
定員：14人
材料費：1,500円
講師：(株)あおやぎ
内容：テーブルの上で毎日眺めて楽しめる苔の世界。小さな命を感じることもできます。

15

31 犬と暮らす生活を
夢見るあなたへ



日時：2月18日（金）
13:00～16:00
集合：U フォーラム(12:50)
定員：13人
随時：環境課
内容：福岡県動物愛護センターで、命を飼うことの素晴らしさと現実を学びます。バス移動あり。

3

32 6秒間の怒りの管理
アンガーマネジメント



日時：2月19日（土）
10:00～12:00
場所：U 103 洋室
定員：15人
対象：子どもに関わる保護者
講師：山口菜津美さん
内容：子育て中のイライラとうまく付き合う方法を学びます。無料講座

4

33 初めてのピラティス



日時：2月19日（土）
19:00～21:00
場所：U 306 和室
定員：15人
講師：市スポーツ推進委員
内容：もともとリハビリから始まったピラティスです。呼吸法×エクササイズで身体を整えましょう。

3

34 アルバムカフェ
大切な思い出アルバム



日時：2月22日（火）
10:00～12:00
場所：U 102 工芸室
定員：14人
材料費：1,500円
講師：中井やえさん
内容：写真をかわいく飾り思い出を残します。自己肯定感を高める方法をお伝えします。

4

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



SDGs（持続可能な開発目標）とは、2015年の国連サミットで採択された2030年までの国際目標です。持続可能な世界を実現するため、17の目標（ゴール）が定められています。古賀市においてもSDGsに取り組んでおり、リーパスカレッジでも、各講座を受講することを通じて市民の皆さんにSDGsを意識したくらしを送っていただきたいと思います。各講座の右下にある数字は、SDGsのゴールを示しています。

申し込み方法 その①

QRコードからのお申し込みは、9月20日（月）から受け付けいたします。次のコードを読み込み、必要事項を記入の上、講座名を選択してください。

公開講座専用コード

令和3年度後期講座



お申し込み・問い合わせ先
生涯学習推進課 公民館係 ☎ 092-944-1931

申し込み方法 その②

窓口でのお申し込みは、備え付けの用紙をご利用ください。お電話でのお申し込みの際は、①氏名、②年代、③居住地域、④電話番号、⑤メールアドレス、⑥希望講座番号を、係員にお伝えください。

- ※乳幼児託児をご希望の場合は、申し込み時に係員にご相談ください。（300円/人）
- ※リーパスカレッジは、古賀市高齢者外出促進事業の対象です。
- ※新型コロナウイルス感染症対策などで、講座の中止や変更のご連絡をする場合があります。確実に連絡が取れる電話番号をお知らせください。
- ※希望講座番号は、講座メニューのはじめに記載してある番号をご参照ください。
- ※講座メニューを地域などで実施したい場合は、メニューの出前をご相談ください。ご要望に応じて調整いたします。