



# リーパスカレッジ

まじで気になる 100 の講座



## 令和2年度後期 受講生募集中



知るって、うれしい  
出会うって、楽しい

健康



自然



生活



防災



歴史



家庭





コスモス市民講座が、新たに「リーパスカレッジ」として生まれ変わりました。市民の皆さんの学びの場、出会いの場、きっかけ作りの場として、どしどしご参加ください。

**申込期間** 一次募集：9月20日（日）～10月15日（木）

※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** 申込フォーム（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21日（水）以降に受講決定のご連絡をします。  
※①・②の講座は、10月2日（金）に決定します。

### ①こが散歩・浜辺ヨガ編

日時：10月3日（土）  
16:00～18:00

場所：📍玄関前（15:50）

定員：15人

講師：池田三代さん

内容：海岸までのウォーク（約2km）後、夕陽を浴びながらゆったり気分でヨガを行います。（雨天の場合はヨガのみ実施）

### ②心を整える座禅体験

日時：10月15日（木）  
9:00～12:00

集合：📍玄関前（8:50）

定員：15人

講師：医王寺住職

内容：自然を感じながら、心静かに風や空気を感じませんか。バス移動あり。

### ③水辺の生きもの探し

日時：11月7日（土）  
9:00～12:00

集合：📍玄関前（8:50）

定員：15人

講師：ほたるの会

内容：古賀の川を訪れ、住む生き物を探して、触れあってみませんか。バス移動あり。

### ④陶芸体験

日時：11月10日（火）  
10:00～12:00

場所：📍102 工芸室

定員：15人

材料費：1,000円

講師：やよい窯

内容：土とふれあいながら、クリスマスにぴったりのサンタとキャンドルホルダーを作成します。

### ⑤水の源流を訪ねる旅

日時：11月13日（金）  
9:00～12:00

場所：📍103 洋室・市内

定員：15人

講師：市上下水道課

内容：大好評の講座。今回もたいせつな水を訪ね、他の水との比較もしてみます。バス移動あり。

### ⑥古賀の匠職人巡り

日時：11月25日（水）  
9:00～12:00

集合：📍玄関前（8:50）

定員：15人

引率：市生涯学習推進課

内容：古賀には凄い企業がたくさん。中でも匠と言われる職人技を実際に見学してみましょ。バス移動あり。

### ⑦地域探検 ~マップを手に、地域資源を再発見~

日時：12月2日（水）  
9:00～12:00

集合：📍玄関前（8:50）

定員：15人

講師：市社会福祉協議会

内容：なかなか見ることができない施設を訪問し、地域を探検します。バス移動あり。

### ⑧自分らしい整理収納

日時：12月4日（金）  
10:00～12:00

場所：📍103 洋室

定員：15人

講師：中園よし恵さん

内容：今回は、年末ということで、キッチンに集中して取り組みます。年末年始をスッキリと。

### ⑨こが散歩 ナイトウォーク&美脚ヨガ編

日時：12月5日（土）  
16:00～18:00

集合：📍玄関前（15:50）

定員：10人

講師：市スポーツ推進委員

内容：イルミネーションウォーク（3km）後の美脚ヨガで忘年スポーツを楽しみましょう！（雨天の場合は美脚ヨガのみ実施）

### ⑩薬王寺温泉 ヘルスツーリズム

日時：12月8日（火）  
9:00～12:00

集合：📍玄関前（8:50）

定員：15人

講師：原田結実子さん

内容：古賀の秘湯で女将さんのお話と近隣散歩。バス移動あり。

### ⑪スマホの便利な機能

日時：12月10日（木）  
10:00～12:00

場所：📍103 洋室

定員：10人

講師：au ショップ古賀

内容：いろいろ便利な機能が出てきました。「どう使うの？」にお答えします。

### ⑫コロナ禍の 気軽なスポーツ

日時：12月16日（水）  
10:00～12:00

場所：📍多目的ホール

定員：10人

講師：市スポーツ推進委員

内容：免疫力アップ体操と三密にならないスポーツで運動不足を解消しましょう。

### ⑬古賀の神社巡り

日時：1月7日（木）  
9:00～12:00

集合：📍玄関前（8:50）

定員：15人

講師：市文化課

内容：古賀には神社がたくさんあります。今回は文化課の職員が案内します。バス移動あり。

### ⑭初心者のヒップホップ

日時：1月14日（木）  
10:00～12:00

集合：📍203 ダンス室

定員：10人

講師：松尾安里沙さん

内容：「YouTube」で人気の孫とおばあちゃんがしているヒップホップダンス！体験してみませんか。



健康



自然



生活



防災



歴史



家庭

### 15 こが散歩・古民家編



日時：1月16日(土)  
9:30～12:00  
集合：**U** 玄関前(9:20)  
定員：15人  
講師：市生涯学習推進課  
内容：筵内区にある築100年以上の家屋が放つ香気と文化をお楽しみください。(距離6km)(雨天中止)

### 16 台湾式セルフ足もみ



日時：1月21日(木)  
10:00～12:00  
場所：**U** 305和室  
定員：15人  
講師：梅谷恵美さん  
内容：健康は足からとも言われています。ツボを知りいつでもセルフでできるように。

### 17 親子でゆるゆるボクシング



日時：1月24日(日)  
14:00～16:00  
場所：**U** 多目的ホール  
定員：親子12組(小学生以上)  
講師：熊添伸哉さん  
内容：親子コミュニケーションにも最適なスポーツです。心地よい汗をかきましょう。

### 18 得する豆知識



日時：1月26日(火)  
10:00～12:00  
場所：**U** 103洋室  
定員：20人  
講師：市介護支援課  
内容：実はよく知らない介護保険や成年後見人制度を学びます。

### 19 お茶で免疫力UP



日時：1月28日(木)  
10:00～12:00  
場所：**U** 101調理室  
定員：13人  
材料費：100円  
講師：花見園  
内容：日本の文化「お茶」の美味しい淹れ方や効能を知って免疫力UP。

### 20 ピラティスで機能回復実践



日時：2月2日(火)  
10:00～12:00  
場所：**U** 203ダンス室  
定員：15人  
講師：池田三代さん  
内容：ドイツの負傷兵のリハビリからはじまったピラティスを体験。

### 21 こが散歩・冬の花編



日時：2月4日(木)  
9:30～12:00  
集合：小野小学校体育館側駐車場(9:20)  
定員：15人  
講師：市生涯学習推進課  
内容：興山園内で「椿」「梅」などを愛で冬界灘の眺望などを楽しみましょう。(距離6km)(雨天中止)

### 22 争続にならないための相続講座



日時：2月9日(火)  
10:00～12:00  
場所：**U** 103洋室  
定員：15人  
講師：司法書士(県司法書士会福岡東支部会員)  
内容：法律などは変わってきています。争いにならないためにも新しくなった法律などを学びましょう。

### 23 古賀の備蓄見学で我家対策



日時：2月17日(水)  
9:00～12:00  
集合：**U** 玄関前(8:50)  
定員：15人  
講師：市総務課危機管理係  
内容：市内各小学校で備蓄されている物を実際に見て、我家の備蓄に生かします。バス移動あり。

### 24 40代・50代の体力づくり



日時：2月20日(土)  
9:30～12:30  
場所：**U** 多目的ホール  
定員：20人  
講師：清水利之さん  
内容：職場や自宅でする「プラス10分」のインターバルウォーキングや自重トレーニングで、シェイプアップしましょう。

### 25 急な時に困らない応急手当



日時：2月27日(土)  
9:00～12:00  
集合：**U** 玄関前(8:50)  
定員：15人  
講師：粕屋北部消防署  
内容：お家の中や、外出先でケガや気分が悪い人を見たときにどうしたら？消防署でお話を聞き、ミニ見学付き。バス移動あり。

### **U** リーパスプラザこが

※リーパスプラザこが集合となっている講座は、交流館正面玄関前のピロティ(大庇の下)にご集合ください。  
※乳幼児託児をご希望の場合は、申込時に係員にご連絡ください。(300円/人)

### 問い合わせ先

生涯学習推進課公民館係  
☎ 092-944-1931

### 【無料公開講座】超成長都市「福岡」の秘密～世界が注目するイノベーションのしくみ～



日時：11月29日(日) 13:30～15:00  
場所：**U** 大会議室  
定員：50人  
内容：全国から注目されている「福岡」。その躍進の秘密とは——。戦略的な取り組みのからくりや、成長を共にする古賀市の役割などをわかりやすく解説します。  
受講したら古賀市を見る目が変わるかも？



講師：石丸修平さん  
FDC(福岡地域戦略推進協議会)事務局長  
九州大学客員准教授

※同時開催の「走り方&縄とび教室」に参加の保護者の方は、公開講座にご参加ください。

### 【同時開催】走り方&縄とび教室



日時：11月29日(日)  
13:30～16:00  
集合：市民グラウンド  
定員：小学生30人  
講師：藤木祐一郎さん  
内容：身のこなしや体の使い方をマスターして運動能力アップ!運動苦手感をなくして運動好きになるチャンスです。

## 家庭教育ひろば

「家庭教育ひろば」は、子育てでお困りの人や支える人、学びたい小・中・高校生を応援する無料講座です。

専用QRコード

からお申し込み

ください。



専用QRコード

### 問い合わせ先

生涯学習推進課社会教育振興係  
☎ 092-942-1347

### ②⑥ 子どもにお金の教育を



日時：11月15日(日)  
【午前】10:00～12:00  
【午後】13:30～15:30  
場所：U 103 洋室  
対象：小学1～4年生と  
その保護者  
定員：各10組  
講師：横手光司さん  
内容：お金のたいせつさや、  
生涯資金を学べます。

### ②⑦ 10歳からの 思春期講座



日時：2月21日(日)  
10:00～12:00  
場所：U 多目的ホール  
定員：30人(保護者のみ)  
講師：中村隆さん  
内容：思春期で変わること、  
変わらないことなど、講師  
の実体験を交えながら思春  
期の子どもの心のかかわり方  
を学べます。

### 【予告】 高校生のための 金銭教育



日時：3月開催予定  
対象：市内の高校生、  
市内の高校に通学  
する高校生  
内容：高校生だからこそ知っ  
てほしい「お金の知識」に  
ついての講座を企画してい  
ます。詳しくは、年明けに  
掲示予定のポスター、チラ  
シをご覧ください。

## 申し込み方法 その①

QRコードからのお申し込みは、講座開催月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

### 10月開催



### 11月開催

### 12月開催



### 1月開催

### 2月開催



## 申し込み方法 その②

窓口でのお申し込みは、下記の表をコピーしてご利用ください。お電話でのお申し込みの際は、下記の表の内容を係員にお伝えください。

フリガナ  
氏名

年代 歳代

地域 小野校区・青柳校区・古賀東校区  
古賀西校区・花鶴校区・千鳥校区  
花見校区・舞の里校区・その他( )

電話番号

メールアドレス

希望講座番号

※講座の中止や変更など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ご記入ください。  
※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記入ください。  
※家庭教育ひろば「②⑥子どもにお金の教育を」は、午前・午後のご希望もご記入ください。(例) ②⑥午前  
※その他、ご不明な点がございましたら下記問い合わせ先までお気軽にご連絡ください。

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