



ひろはらカレサ

まじで気になる100の講座

令和6年度前期
受講生募集中

あなたの「楽しい」が
絆を深める





リーパスカレッジ

まじで気になる100の講座



リーパスカレッジは皆さんの
学びの場、
出会いの場、
きっかけづくりの場です。
どしどしご応募ください。

- 対象** 市内在住、または市内に通勤・通学している人
小学5年生以上は1人でも受講可能（学校休業日のみ）
- 申込期間** 4月20日（土）～5月10日（金）
・期間を過ぎても定員に空きがある講座は申し込みできます。
・応募多数の講座は抽選により決定します。
- 受講料** 1講座300円（材料費・資料代が別途必要な講座あり）
・受講料と材料費・資料代は受講当日にお支払いください。
・開催日前7日を過ぎてのキャンセルは、
材料費のみ後日お支払いください。
- 託児** 1人300円
・講座を申し込むときに一緒に申し込んでください。

詳しい内容や持って
来るものはこちら
（市公式ホームペー
ジ）をご覧ください。



電話や窓口でもお伝えします。
ご希望の方はお尋ねください。



※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

リーパスプラザこが

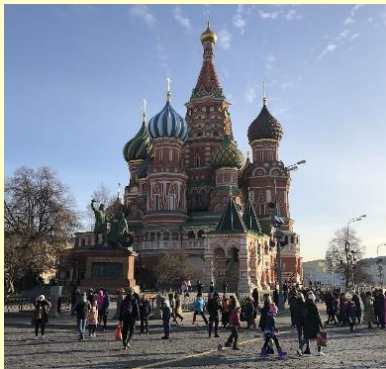
【スペシャル講座】

ロシア語通訳者が語るロシア・ウクライナ紛争の背景

日時：6月23日（日）
10:00～12:00

場所： 大会議室
定員：40人
講師：小松のりひとさん

内容：2022年に始まった紛争は2年以上に
なり、様々な情報を見聞きします。本講座では
14年間のロシア生活を送り、30年近いロシア
語の通訳・翻訳者として活動された講師から、



自身の経験を踏ま
えた両国間の関係
についての話を聞
きます。この紛争
について一緒に考
えましょう。

無料講座



①園芸のプロから学ぶ コンパニオンプランツって何??

日時：5月21日（火）
10:00～12:00
場所： 102工芸室
定員：20人
材料費：2,000円
講師：グッデイ古賀千鳥店
内容：季節の野菜の種類や育て
方などワンポイントアドバイス。
寄せ植えコンテナを作成し、
育てる楽しみを。



②運動を科学する 運動効果を知って、正しく動く

日時：5月24日（金）
10:00～12:00
場所：市民体育館
定員：30人
講師：清水利之さん
内容：健康体力づくりには負
荷をかける筋トレが必要です。
歩数+運動強度について学び
ましょう。



③革細工体験 世界に一つだけのバスケース

日時：5月28日（火）
9:30～12:30
場所： 102工芸室
定員：16人
材料費：1,500円
講師：実松恵子さん
内容：好きな模様の刻印を打
ち、思い思いに色付けをして
自分だけのオリジナル作品を
作ります。



④抹茶・練りきり体験 非日常を味わおう！

日時：5月30日（木）
9:30～12:30
集合： フォーラム9:20
バス移動で甘味処あべへ
定員：10人
材料費：1,500円
講師：みかさん
内容：抹茶の点て方のコツを学
び、和菓子作りにも挑戦。自宅
でも抹茶を楽しめるよう茶筌付。



⑤ ぶとうごぎょうきこう 武当五行氣功

日時：6月1日（土）
10:00～12:00
場所： 203ダンス室
定員：15人
講師：山根曉潔さん
内容：上海出身講師から、武当
山武術の由来と説明を受けて、
入念なストレッチの後、五臓に
も効く五行氣功を実践。

子OK



⑥ レッツ！！モルック 大人と子でチャレンジしましょう

日時：6月2日（日）
10:00～12:00
場所：市民グラウンド
（市民体育館）
定員：小学生と保護者10組
講師：Kスポ
内容：木製の棒（モルック）を
投げて木製のピンを倒すフィン
ランド発祥の楽しく気軽にでき
るスポーツです。

子+大



⑦ 船原古墳ふかぼり講座 ふなこが熱く語る！「国の史跡」♪

日時：6月5日（水）
9:30～12:00
集合： フォーラム9:20
バス移動で現地見学
定員：15人
講師：文化課職員
内容：世紀の発見から10年。
古賀市が誇る前方後円墳。熱く
詳しくちょっと専門的に解説。



⑧ ダンポールコンポスト やってみよう！たい肥作り

日時：6月8日（土）全2回
7月6日（土）
10:00～12:00
場所： 102工芸室
定員：16人
材料費：1,000円
講師：NPO法人循環生活研究所
内容：生ごみがたい肥へ大変身。
できたたい肥でガーデニングも。

子OK



子どもの受講

子	対象は子どものみ	講座によって 対象学年が異なります
子+大	対象は子ども 必ず保護者と一緒に	

子OK

小1~小4は保護者
同伴、小5以上は
1人でも参加可能
中高生にもお勧め

(子どもと一緒に受講したい場合、
保護者、子どもそれぞれの申し
込みが必要です。
(子+大の講座を除く。)

申込方法

- ・複数の講座をまとめて申し込めます。
- ・家族等と一緒に受講したい場合などは、それぞれの人の分を申し込んでください。

①古賀市公式LINE申込

※「友達追加」が表示された方は、「友達追加」をした後一度画面を閉じ、もう一度QRコードを読み込んでください



②電話申込 (092) 944-1931

下記を伝えてください
名前、年代、居住小学校区、電話番号
希望講座 (講座名の前の○で囲んでいる数字)

③生涯学習推進課 (リーパスプラザこが) 窓口 専用紙に記入してください

受講決定連絡

・申し込んだ方全員に5月17日(金)までに、「受講決定」「キャンセル待ち」のいずれかの結果をお伝えします。

〔結果連絡方法〕

- ・LINE申込：LINEで連絡します。
※「古賀市」をブロックしないでください。
通知が受信できなくなります。
- ・電話・窓口申込：電話で連絡します。
※17日(金)までにLINEまたは電話連絡がない場合は、左記の電話申込先にお問合せください。
※LINEでの個別のお問合せはできません。

⑨野球ボールあそび 好きなことをもっと楽しく

日時：6月8日(土)
13:00~15:00
場所：市民体育館
定員：小学1~3年生30人
講師：奥村浩正さん
九州産業大学準硬式野球部
内容：柔らかいボールとバットで誰もが夢中になるあそび。野球大好きな大学生がサポート。

子

⑩出発!“魅力発見”探検隊 古賀のおすすめコースを紹介

日時：6月13日(木)
9:00~12:30
集合：U フォーラム8:50
バス移動で市内巡り
定員：15人
材料費：500円
講師：黒木俊介さん
内容：リニューアル版「古賀おでかけガイド」を片手に、地域おこし協力隊と「良かとこさがし」へ。

⑪地震を探る 耐震工学から学ぶ地震のメカニズム

日時：6月19日(水)
10:00~12:00
場所：U 103洋室
定員：15人
講師：水田洋司さん
(九州産業大学名誉教授)
内容：地震対策は、まず地震の正体を知ることです。過去の被害も振り返り、地震のメカニズムを学びます。

⑫呼吸法トレーニング 本当の呼吸ができていますか

日時：6月22日(土)
10:00~12:00
場所：U 306レク室
定員：15人
講師：松本桂さん
内容：正しい呼吸は年齢問わず健康やスポーツ、勉強など様々な分野で役立ちます。ぜひご体験ください。

⑬パン教室 みんなが笑顔になれるパン作り

日時：6月25日(火)
10:00~13:00
場所：U 101調理室
定員：12人
材料費：500円
講師：結城俊子さん(JHBS師範)
内容：ハムロールとレーズン・チーズパンズを作ります。手捏ねでビザ生地も作ります。

⑭入門「アドラー心理学」 健康で良好な人間関係とは？

日時：6月30日(日)
10:00~12:00
場所：U 103洋室
定員：15人
講師：藤村徳一さん、他2名
(一社)日本アドラー心理学会)
内容：対人関係や子育てに役立つ心理学。お互いを認め合う協力のコミュニケーションについて学びましょう。

⑮布ぞうりを作ってみよう 素足に気持ちの良いルームシューズ

日時：7月2日(火) 全2回
9日(火)
9:30~13:00
場所：U 103洋室
定員：15人
材料費：800円
講師：村川安子さん
内容：着なくなったTシャツなど家中の布をリメイク。偶然の色合わせでおしゃれな1足に。

⑯親は完璧でなくていい 私の子育てにOKを出す! 対話型講座

日時：7月7日(日)
10:00~12:00
場所：U 103洋室
定員：15人
講師：梯裕子さん
グロス梯愛依子さん
(子どもパートナーズHUGっこ)
内容：ちょっと立ち止まると見えてくる景色を一緒に楽しみ、今しかできない子育てを味わいましょう。

⑰みんな笑顔でお片付け 素敵な未来を創る段取りのコツ

日時：7月21日(日)
10:00~12:00
場所：U 103洋室
定員：15人
講師：西岡美香さん
(オンライン片付けアドバイザー)
内容：1日5分!子どもが自分でできる!散らかった部屋にイライラするのはもう終わり!

⑱楽しくフラダンス♡ 陽気な曲に合わせて踊ってみませんか

日時：7月24日(水)
10:00~11:30
場所：U 203ダンス室
定員：12人
講師：塩塚千賀さん
内容：ハワイアンミュージックに合わせて体の力をぬき、体幹を意識しながら笑顔で踊ってみましょう。

リーパスカレッジを“地域”で

「リーパスカレッジ」が「出前講座」として身近な場所で同じように実施できることをご存知ですか?メニューにある講座を“地域”で行いたい場合は生涯学習推進課にご相談ください。講師を紹介します。なお、講師料・材料費・会場代などは自己負担です。

<p>⑱遊びながらふしぎ発見！ ゲームで楽しく学ぼう物理学</p> <p>日時：7月28日（日） 10：00～12：00 場所：U 中会議室 定員：20人 講師：小田垣孝さん (九州大学名誉教授) 内容：力と運動の謎を解き明かす。大人も子どもも博士と一緒にふしぎ現象を利用したゲームに挑戦。</p> <p>子OK </p>	<p>⑳パリ・オリンピック 大人と子でオリンピック気分満喫</p> <p>日時：7月31日（水） 10：00～12：00 場所：市民体育館 定員：小学1～3年生と保護者25組 講師：藤木祐一郎さん 内容：運動の基礎「走る・跳ぶ・投げる」を組み合わせたミニミニオリンピック体験を楽しみましょう。</p> <p>子+大 </p>	<p>㉑ビーズでイヤークフ ピアスでもないイヤリングでもない</p> <p>日時：8月3日（土） 10：00～12：00 場所：U 103洋室 定員：15人 材料費：1,000円 講師：谷口彩さん 内容：子どもから大人まで楽しめるおしゃれ！！簡単に手作りできて自慢のアイテムに。2種類作成。</p> <p>子OK </p>	<p>㉒みんな大好き なりきり！野ねずみの“ぐりとぐら”</p> <p>日時：8月4日（日） 9：30～12：30 場所：U 中会議室 定員：15人 材料費：800円 講師：布の絵本ボランティア つくしんぼ（古賀市立図書館） 内容：トレードマークのぼうしとエプロンを作成。着てみると、絵本から飛び出してきた主人公に！！</p> <p>子OK </p>
<p>㉓1時間で曲が弾ける 初心者も気軽にトライ!!ウクレレ</p> <p>日時：8月7日（水） 10：00～12：00 場所：地域活動サポートセンターゆい (サンコスモ古賀内) 定員：10人 講師：介護予防サポーター 内容：♪静かな湖畔♪など弾けるようになり、ウクレレの魅力にハマるはず。弾き語りを楽しみましょう。楽器は準備します。</p> <p></p>	<p>㉔「ありがとう」を伝えましょ ～筆文字とパステルで～</p> <p>日時：8月9日（金） 10：00～12：00 場所：U 302洋室 定員：15人 材料費：700円 講師：明鳳さん（書家） 内容：メッセージ書（しょ）といういつもとは違う書き方で、ふわふわ言葉で、あなたの思いを伝えませんか。</p> <p>子OK </p>	<p>㉕Let's クッキング 大人と子で夏休みの思い出作りに</p> <p>日時：8月10日（土） 10：00～13：00 場所：U 101調理室 定員：小学生と保護者8組 資料代：500円（1組） 講師：古賀市食生活改善推進会 内容：簡単に楽しいおにぎらず作りと、食欲の秋に向けて旬の食材を使ったデザートを作ります。</p> <p>子+大 </p>	<p>㉖切替スイッチON！ 珈琲が香る「私」の時間</p> <p>日時：8月28日（水） 9：30～12：30 集合：U フォーラム9：20 バス移動で柳丁へ 定員：7人 材料費：700円 講師：人権センター職員 内容：育児、仕事、家事、介護等で忙しく過ぎる毎日。美味しい珈琲とくつろぎの空間でとっておきのご褒美時間を。</p> <p></p>
<p>㉗キャンプを楽しむために 火おこし、野外調理など</p> <p>日時：9月1日（日） 10：30～16：30 集合：U フォーラム10：20 バス移動で薬王寺オートキャンプ場へ 定員：20人 材料費：1,500円 講師：立石利成さん 内容：緑豊かなオートキャンプフィールドで、テント設営やロープワーク。初心者向けデイキャンプを体験。</p> <p></p>	<p>㉘中国語であそぼう！</p> <p>日時：9月3日（火）4日（水） 10日（火）11日（水） 18：00～19：00 全4回 場所：玄界高校フレンドシップ・ハウス 定員：10人 講師：玄界高校国際文化コースのみなさん 内容：海外につながるを持つ高校生から語学を学ぶ！まずは語学に触れて楽しむ、初心者向け講座♪</p> <p>無料講座 子OK </p>	<p>㉙パンチニードルで作ろう おしゃれなブローチとコースター</p> <p>日時：9月13日（金） 9：30～12：30 場所：U 103洋室 定員：15人 材料費：2,000円 講師：田辺一美さん 内容：専用の針でザクザク刺すだけ。好きな模様を自由に、もこもこと可愛く描くことができます。</p> <p></p>	<p>㉚花のアレンジメント 心を込めた盛り花を作りましょう</p> <p>日時：9月18日（水） 10：00～12：00 場所：U 302洋室 定員：20人 材料費：2,000円 講師：（株）あおやぎ 内容：秋分の日を真ん中に1週間の“秋の彼岸”の頃。それぞれの思いで、お花を飾ってみませんか。宗教に関係なく参加できます。</p> <p></p>

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



各講座の右下にあるマークは、SDGsのゴールを示しています。

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。古賀市でもさまざまな取組を実施しています。リーパスカレッジの各講座を受講することを通じて、市民の皆さんにSDGsを意識した暮らしにつなげていただきたいと思います。

講座中、職員が記録や広報に使用するため写真を撮影します。ご了承ください。

[申込・問合せ]

生涯学習推進課 公民館係（窓口：リーパスプラザこが内）
 ☎：944-1931 / mail: kouminkan@city.koga.fukuoka.jp（LINEでのお問合せはできません）
 ※電話・窓口は火～日曜日の8時30分～17時まで（祝日も開館）
 ※原則月曜日は休館。月曜日が祝日の場合は開館し、次の祝日でない日が休館。

※QRコードは㈱デンソーウェーブの登録商標です。