

<p><b>①キッズマネー講座</b> 子どもにお金の教育を</p> <p>日時：1月15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 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。 <b>無料講座</b></p>	<p><b>②地域探検隊—大人編—</b> もっと知りたい看護のこと</p> <p>日時：1月25日(水) 10：00～12：00 集合：U フォーラム 9：50 バス移動あり 定員：15人 講師：福岡女学院看護大学教員(社会連携推進センター) 内容：最先端施設・設備の見学を通して、現在の看護学生の学びを疑似体験。</p>	<p><b>③楽しく脳トレ!</b> ドイツ発祥エクササイズ!</p> <p>日時：1月31日(火) 10：00～12：00 場所：U 204洋室 定員：15人 講師：児島 愛さん 内容：運動と脳トレを組み合わせたエクササイズ。簡単に楽しい脳トレを体験してください。</p>	<p><b>④アルバムボード作り</b> 楽しくかわいくデコレーション</p> <p>日時：2月4日(土) 10：00～12：00 場所：U 103洋室 定員：15人 材料費：1,500円 講師：中井 八重さん 内容：写真を個性的なインテリアの一部に。見るだけで自己肯定感がアップする技をお伝えします。</p>
<p><b>⑤これって思春期あるある?</b> ～うちだけじゃないのかも～</p> <p>日時：2月5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 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。 <b>無料講座</b></p>	<p><b>⑥楽しい野球あそび</b> みんなで面白さを体験しよう</p> <p>日時：2月5日(日) 13：00～15：00 場所：市民体育館 定員：30人 対象：小学1～3年生 講師：奥村 浩正さん、九州産業大学学生 内容：全国大会出場の準硬式野球部のお兄(姉)さん達と遊ぶチャンス! 野球の魅力伝えます。</p>	<p><b>⑦古賀のソウルフード</b> 給食の「牛めし」</p> <p>日時：2月8日(水) 9：30～12：30 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家庭で再現してみませんか? (調理実習あり)</p>	<p><b>⑧フラワーアレンジ</b> バレンタインのプレゼントに</p> <p>日時：2月14日(火) 10：00～12：00 場所：U 102工芸室 定員：20人 材料費：1,100円 講師：(株)あおやぎ社員 内容：たまには自分へのご褒美を!! ラウンド型のかわいい花かごを一緒に作りませんか?</p>
<p><b>⑨憧れの和服生活</b> 日常の中で気軽に楽しむ着物</p> <p>日時：2月15日(水) 10：00～12：00 場所：U 303和室 定員：10人 講師：杉山 淑子さん 内容：老若男女、着物熱再燃の兆し。初心者大歓迎!! 着付け後は古賀神社へ一緒に。</p>	<p><b>⑩鍵盤ハーモニカ体験</b> 音楽で楽しく健康づくり</p> <p>日時：2月17日(金) 9：00～12：00 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：15人 講師：健康介護課職員 内容：鍵ハモは気軽に取り組め、身体のだるさをアンチエイジングに期待がもてます。</p>	<p><b>リーパスカレッジ、出前できます</b></p> <p>毎回大好評の「リーパスカレッジ」。この人気講座が「出前」できることをご存じですか。メニューにある講座を地域や友人同士などで実施したい場合はご相談ください。講師を紹介します。なお、講師料・材料費などは自己負担です。</p>  <p>【問い合わせ】生涯学習推進課 公民館係 ☎944-1931</p>	



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践しています。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。

※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。

【申込・問い合わせ】生涯学習推進課 公民館係(リーパスプラザこが内) ☎944-1931  
電話は火～日曜の8時30分～17時まで(祝日も開館)

# リーパスカレッジ

## まじて気になる100の講座

### 令和4年度後期 受講生募集中

# たのしさ、無限大 つながり、無限大





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。

後期募集

申込期間 9月20日(火)～10月10日(月・祝)

※定員に達していない講座は、随時募集します。



※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。

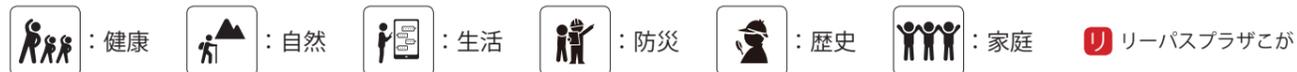
対象 市内在住、または市内に通勤・通学している人

※小学生の参加は左記のQRコードもしくは市ホームページをご覧ください。

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。

※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。

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



申込方法 その① (QRコード)

QRコードからの申し込みは、9月20日(火)から受け付けます。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。



令和4年度  
後期講座

申込方法 その② (電話・窓口)

窓口：生涯学習推進課(リーパスプラザこが内)にある申込用紙に記入  
電話：①名前 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(講座名の前の○で囲んでいる数字)を係員に伝えてください。

※複数の講座を一度に申し込むことができます。

※電話番号はなるべく携帯電話番号をお知らせください。受講決定のお知らせは10月14日(金)までに電話で行います。14日までに電話がない場合は、公民館係☎944-1931に連絡してください。

■託児 乳幼児の託児を1人300円で行っています。必要な方は講座申込時にあわせて申し込んでください。

※新型コロナウイルス感染状況などで講座の中止や変更の連絡を行う場合があります。

①楽しいミニシール作り  
心を込めてハガキに貼ろう!!  
日時: 10月20日(木) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
材料費: 100円  
講師: 井上 文子さん  
内容: 年賀状に一工夫。オリジナルシールの作り方を学びます。いろいろなモノにも貼れるよ!

②睡眠と健康の知恵袋  
よい睡眠とれていますか?  
日時: 10月21日(金) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
講師: 山口 恒次郎さん  
内容: よりよい睡眠の正しい知識を「知り」、「実践し」、「実感」しましょう。

【スペシャル講座】  
身の回りのものを使った「おもしろ科学実験」  
日時: 令和5年1月28日(土) 10:00~12:00  
場所: 市民体育館  
定員: 40人  
講師: 伊藤 克治さん  
内容: 私たちの回りを科学の視点で見よう。不思議がいっぱい。身近にある電気・空気を使っての実験。実際に見て、ふれて、大人も子どももワクワクする体験。「えっ、どういうこと?」「あっ、そういうことなんだ!!」と、驚きと発見、感動をみんなで共有しましょう。  
協賛: コスモ・バイオ株式会社 公開講座応援団



③合気道!所作の魅力  
相手を攻めず、身を守る武道  
日時: 10月23日(日) 13:00~15:00  
場所: 古賀北中学校武道場  
定員: 10組  
対象: 小学生~中学生と保護者  
講師: 吉田 稔徳さん  
内容: 相手の動きや力を利用した技で、大きな人でもコロッと転がる醍醐味を親子で楽しもう。

④テレビでもおなじみの「俳句」してみませんか  
日時: 10月27日(木) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
講師: 加藤 義博さん (波句会代表)  
内容: 俳句は五七五に季語が必須の文芸。誰でもできます。肩の力を抜いて詠んでみませんか。

⑤干支を作ってみよう  
うさぎの飾りものを陶芸で  
日時: 10月29日(土) 10:00~12:00  
場所: 102工芸室  
定員: 20人  
材料費: 500円  
講師: 香川 義文さん  
内容: 自分で作った陶器の干支を正月の飾りに。来年の幸福を願って、心を込めて作りましょう。

⑥6秒間の怒りの管理  
アンガーマネジメント  
日時: 10月30日(日) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
対象者: 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

⑦こが散歩~庄編~  
ソロ活!プラス10分動く  
日時: 11月9日(水) 9:30~11:30  
場所: サンコスモ古賀 201・202研修室  
定員: 12人  
講師: 生涯学習推進課職員  
内容: 年を重ね歩くスピードが落ちる要因を知り、遊歩道と健康器具を使って楽しく体力維持

⑧人生を変える片付け  
素敵な私の未来が見えてくる  
日時: 11月12日(土) 10:00~12:00  
場所: 301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: 自分の時間あきらめていませんか?時間の片付けで自分も家族も笑顔がいっぱい!余裕がいっぱい!

⑨バードウォッチング  
市内で野鳥を見つけるよ!  
日時: 11月13日(日) 9:30~12:30  
場所: 305和室  
定員: 15人  
講師: 板谷 晋嗣さん  
内容: 市役所周辺から大根川沿いに、双眼鏡とミニ図鑑を見比べながら、花鶴川河口まで歩きます。

⑩束ねる寄せ植え  
~春まで楽しむお花たち~  
日時: 11月16日(水) 9:30~12:00  
場所: 302洋室  
定員: 10人  
材料費: 1,500円  
講師: 長崎 恵子さん(三粒にタネ)  
内容: 花苗をブーケのように束ねて寄せ植えします。ヤシガラを使うので軽くて清潔!贈り物にも。

⑪筆ペンあそび  
あったかい想いを伝える年賀状  
日時: 11月18日(金) 9:30~12:30  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
材料費: 1,000円  
講師: 山下 秀和さん  
内容: 書き順も気にせず、心のおもむくままに、筆の進むままに。自由に楽しんで描きましょう。

⑫博多人形絵付け体験  
日時: 11月22日(火) 10:00~12:00  
場所: 102工芸室  
定員: 8人  
材料費: 1,000円  
講師: 石田 哲志さん (博多人形工房いしだ)  
内容: 来年の干支「卯」の博多人形に絵付けをします。自由な色で仕上げてみましょう。

⑬瓶の中のクリスマス  
ジェルの泡が雪のよう  
日時: 11月24日(木) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 20人  
材料費: 1,000円  
講師: 森 由美子さん (プリザミーマ)  
内容: ジェルで固めたジュエルライト。ライトアップもできます。お花アレンジも作れます。

⑭心と体に寄りそう癒しのケア  
日時: 11月29日(火) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
講師: 秋吉 美千代さん (認定NPO法人日本セラピューティック・ケア協会)  
内容: 手のぬくもりの環を家庭へ。産後ケア、介護、看取り、被災地支援に役立つ手当て。

⑮終活セミナー  
何から始める?どうしたらいい?  
日時: 12月8日(木) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 15人  
講師: 渡邊 明美さん (終活アドバイザー)  
内容: 終活ってこれからどう生きていくかを考える前向きなことです。元気に過ごすポイントです。

⑯認知症について学ぶ  
自分らしい生活を送るために  
日時: 12月14日(水) 10:00~12:00  
場所: 302洋室  
定員: 15人  
講師: 福祉課職員  
内容: 認知症の人や家族を地域で支えるため、認知症の症状や予防についてお話しします。

⑰ビーズアクセサリー  
自分へのXmasプレゼントに  
日時: 12月17日(土) 10:00~12:00  
場所: 103洋室  
定員: 12人  
材料費: 1,200円  
講師: 福崎 愛佳さん(一二期)  
内容: 好みのチャームを選んで、他の人とかぶらない自分だけのマスクストラップが作れます。

⑱九本柿庵、冬の庭と暮らしの中で楽しむ花  
日時: 12月21日(水) 9:00~12:30  
集合: フォーラム8:50 バス移動あり  
定員: 15人 材料費: 1,000円  
講師: 佐々木 洋子さん (介護予防サポーター)  
内容: 冬の柔らかな木漏れ陽の中で、プレゼントにもなる可愛いパーパーバツグに花を飾りましょう。

⑲禅に親しむ時間  
日頃の喧騒を忘れて  
日時: 1月13日(金) 9:00~12:00  
集合: フォーラム8:50 バス移動あり  
定員: 15人  
講師: 東前寺住職  
内容: 写経をしながら心を整えてみませんか。明日からの元気が生まれてくるでしょう。

⑳楽しくDIY!  
木製ミニ・チェア作り  
日時: 1月14日(土) 13:30~16:00  
場所: 102工芸室  
定員: 8人  
材料費: 800円  
講師: パワーハウス株式会社社員  
内容: 子どもの椅子としての使用はもちろん、シンプルなインテリアにもおすすめです!