



ハーパスカレッジ

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

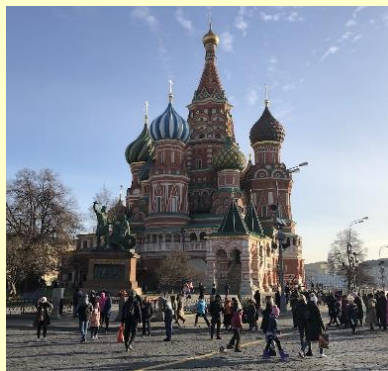
日時：6月23日（日）
10:00～12:00

場所：U 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：U 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、
育てる楽しさを。



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：U 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：U 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武當五行氣功

日時：6月1日（土）
10:00～12:00

場所：U 203ダンス室

定員：15人

講師：山根暁潔さん
内容：上海出身講師から、武當
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：U 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ダンボールコンポスト 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：U 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

子+大

対象は子ども

必ず保護者と一緒に

講座によって
対象学年が異なります

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みめます。
- ・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: ① 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: ② 103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: ③ 306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: ④ 101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: ⑤ 103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: ⑥ 103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: ⑦ 103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: ⑧ 103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: ⑨ 203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。

⑮遊びながらふしぎ発見！ ゲームで楽しく学ぼう物理学 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。 子OK 	⑯パリ・オリンピック 大人と子でオリンピック気分満喫 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。 子+大 	⑰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 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。 子OK  	⑱みんな大好き なりきり！野ねずみの“ぐりとぐら” 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！！ 子OK  
⑲1時間で曲が弾ける 初心者も気軽にトライ!! ウクレレ 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。  	⑳「ありがとう」を伝えましょ ～筆文字とパステルで～ 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。 子OK 	㉑Let's クッキング 大人と子で夏休みの思い出作りに 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。 子+大    	㉒切替スイッチON！ 珈琲が香る「私」の時間 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おきのご褒美時間を。   
㉓キャンプを楽しむために 火おこし、野外調理など 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、テント設置やロープワーク。初心者向けデイキャンプを体験。  	㉔中国語であそぼう！ 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♪ 無料講座 子OK 	㉕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 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。  	㉖花のアレンジメント 心を込めた盛り花を作しましょう 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。  

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。