

冬期市民自主企画講座

市民自主企画講座とは？

この講座は、県民の皆さんが主体となって講座を運営する事業です。各講座の講師はボランティアの皆さんであり、それぞれこれまでの学習や活動の成果を活かした講座を企画し、発表・教授したいという意欲あふれる方々です。多くの皆様のご参加を、お待ちしております。



開催講座ラインナップ（開催日時順）

- ◆講座 1： 心とからだに合った食べ方を知ってリラックス
- ◆講座 2： 日常を生きやすくする考え方のヒント
- ◆講座 3： アルトリコーダーでアンサンブルをしませんか？
- ◆講座 4： 甲府城（不）完全講座2025
- ◆講座 5： ファシリテーション・対話を体験で学ぼう
- ◆講座 6： 甲州印伝：ベビーシューズ型バッグチャーム作成
- ◆講座 7： PCソフト勉強会（Clipchampを使用して動画編集）
- ◆講座 8： 初心者ポーセラーツ教室
- ◆講座 9： タイピングから学ぼう！
- ◆講座 10： 和布で作る お細工物
- ◆講座 11： 学校では教えてくれないお金の授業
- ◆講座 12： やさしい音色のオカリナを奏でませんか？
- ◆講座 13： 「ハタでいいハタがいい」絵手紙教室 月の会
- ◆講座 14： フレイルフットケアを学び、体験しましょう
- ◆講座 15： <簡単かわいい>ビーズステッチ講習会
- ◆講座 16： TAIKAN（体幹・体感）トレーニング（ビギナー）
- ◆講座 17： ホワイトボードミーティング@気軽な勉強会
- ◆講座 18： みんなのインプロ 2025冬
- ◆講座 19： はじめてのクラシックバレエ講座
- ◆講座 20： ヨガ
- ◆講座 21： 大家から見た不動産投資
- ◆講座 22： TAIKAN（体幹・体感）トレーニング（ステップアップ）
- ◆講座 23： 花のある暮らし講座<プリザーブドフラワー>
- ◆講座 24： 見てまねて「楽しい書写（ひらがな）」教室
- ◆講座 25： パッチワーク：市松模様のトートバッグ
- ◆講座 26： 中国語初級～発音から簡単な会話まで～
- ◆講座 27： 粋な小唄・三味線のひき唄の練習をします
- ◆講座 28： ZUMBA@GOLD
- ◆講座 29： 洋風つまみ細工ーバンジーのコサージュ
- ◆講座 30： 第69回やまなし相模大学「終活のすゝめ/相続・遺言・成年後見」
- ◆講座 31： シニア世代講座「怒り・イライラなどの感情への上手な対処法」
- ◆講座 32： 自分らしく生きるためのヒントをみつけてみませんか
- ◆講座 33： Excel講座
- ◆講座 34： ビジネス文書を作ろう！
- ◆講座 35： 認知症介護の仕事で学んだこと。
- ◆講座 36： 洋風つまみ細工ー春色のお祝いコサージュ
- ◆講座 37： 気軽に楽しむアロマとハーブのクラフト講座
- ◆講座 38： リラックスできるヨガ
- ◆講座 39： 自治会でも使えるチラシを作ろう！
- ◆講座 40： 洋風つまみ細工ー冬期初心者向け講座
- ◆講座 41： 洋風つまみ細工ー菜の花のコサージュ
- ◆講座 42： シニア世代講座「頭の体操～コミュニケーションで脳を柔軟に！～」
- ◆講座 43： 思春期の子どもへの関わり方を学ぼう

～受講者の皆様へのお願い～
各講座とも講師の善意により開催しております。申し込まれた講座は必ず受講してください。都合によりキャンセルする場合は、必ず事前にセンターまでご連絡ください。

- 受講料：無料（但し、講座により教材費等がかかる場合があります）
- 申込みの方法：電話・E-mail・ホームページで希望の講座番号・氏名・電話番号を記入してお申し込みください。
- 申込締切日：講座により申込期限が違いますので確認してください。（但し、定員になり次第締め切ります）
- 受講申込者が、5名以下の場合は開催しない場合もありますのでご了承ください。
- 受講される講座により会場が違います。会場・日時は必ずご確認ください。
- 最終ページに会場案内地図を掲載してあります。



主催・申込み・問合せ

山梨県生涯学習推進センター

〒400-8501 甲府市丸の内 1-6-1 山梨県防災新館やまなしプラザ内
TEL：055-223-1853 FAX：055-223-1855
E-Mail：llcenter@yamanashi-bunka.or.jp
HP：https://www.manabi.pref.yamanashi.jp/center/

Twitter Facebook
「山梨県生涯学習推進センター」で検索

HP Facebook Twitter