

ま な び ぜ ミ

秋

「土浦市人材バンク」には、特技や技能を持つ市民の方が登録されており、市内団体や個人の方がそれぞれの学習のために、登録者を講師として利用できます。

人材バンクの登録者や、講座内容を知っていただくため、登録者が講師となった「おためし講座」を開催します！

- ◆日 程 11月13日（木）
- ◆会 場 亀城プラザ（土浦市中央二丁目16-4）
- ◆開講講座



講座名	時間	定員	講師	連絡先
	対象	受講料		
はじめての書道 ～秋の季語を書いてみよう～	9:30～11:30	10人	初見純子	090-4126-7726 jinjin.kamekame1@gmail.com
	どなたでも	500円		
脚・腰負担軽減 ノルディックウォーキング	10:00～11:30	20人	丸島秀明	080-1204-8794 marushima1943@gmail.com
	どなたでも	無料		
はじめてのフラダンス	10:30～11:30	20人	吉野信代	090-2312-2784 tsuchiura.hula@gmail.com
	どなたでも	無料		
仕事や家族にも使えるコミュニケーションのワザ！ 東洋学（運星学）講座	13:00～15:30	20人	黒田眞里	090-2663-2551 (SMS可)
	中学生以上	200円		
吹矢で楽しく健康に ～誰でもできる吹矢体験教室～	13:30～15:00	10人	山田和夫	029-841-5995 yakazu.jp@gmail.com
	どなたでも	200円		
紫芳の字手紙 ～筆文字で季節のお便りを作ってみよう～	13:30～15:30	8人	金澤溪翠	090-7007-4302 k.r.mama.523f@icloud.com
	一般男女	1,000円		

※講座内容の詳細については裏面

- ◆申込方法 希望する講座の講師連絡先に直接電話又はメールで
- ◆申込時伝達事項
 - ①希望講座名 ②氏名（ふりがな） ③電話番号（メールの場合はメールアドレス）
- ◆申込期限 令和7年10月20日（月曜日）（必着）
- ◆定員を超えた場合は抽選。なお、申込少数のときは中止になることがあります。

人材バンクおためし講座まなびゼミ

講座内容

初めての書道 ～秋の季語を書いてみよう～

漢字五文字の楷書と行書に焦点を当て、それぞれの書体の特徴と書き方の基本を指導します。

持ち物：なし
(書道の道具は講師が用意します)



脚・腰負担軽減 ノルディックウォーキング

専用のポールを持って、会場の近辺を歩きます。ウォーキングの他、ポールを使ったストレッチをすることで、血行や姿勢の改善にもつながります。

持ち物：飲み物、
タオル
手袋（軍手）



はじめてのフラダンス

ストレッチ、脚のステップなどのレッスンをし、簡単な曲を一曲踊ります。ハワイアンソングで癒されながら、心も体も健康になりましょう。

持ち物：飲み物、タオル



仕事や家族にも使えるコミュニケーション のワザ！ 東洋学（運星学）講座

生年月日から自分や気になる人の「星」を出し、星の性質とその意味を知ること、相手との相性などが分かります。

持ち物：筆記用具



吹矢で楽しく健康に ～誰でもできる吹矢体験教室～

吹矢の呼吸法は健康の基本です。的に当たった時の爽快感を体験しましょう。

持ち物：上履き
飲み物
タオル



紫芳の字手紙

～筆文字で季節のお便りを作ってみよう～

葉書に筆文字でお便りを。季節の便り・お礼・お祝いなど、文字の力で葉書に彩りを与えましょう

持ち物：なし



人材バンクには、この他にも、趣味・芸術・スポーツ・語学など、様々な活動分野から29名の講師が登録されており、講座を依頼することができます。講師や講座内容等、詳しくは各地区公民館や図書館に設置の「土浦市人材バンク登録者名簿」をご覧ください。※右の二次元コードからもアクセスできます。



登録講師の詳細
はコチラ