

# まなぼっとだより

第77号 令和5年3月

## 令和4年度市民学園講座下半期の紹介

新型コロナウイルス感染防止に努めながら、なんとか開催することができました。多くの市民の皆さんにご参加をいただきましたことに心よりお礼を申し上げます。

つきましては、今年度下半期の講座を中心に上半期も含めて写真でご紹介いたしますので、内容をご覧いただき、令和5年度には是非ご参加をいただきますようご案内申し上げます。

### ① ライフステージ講座

#### 通年型

#### ●シニア講座（わくわくセカンドライフ）

- 「霧多布湿原・湯沸岬」散策
- 阿寒カルデラ湖～湖の秘密～
- 初心者陶芸
- 料理教室（そば打ちチャレンジ）
- やってみようボランティア体験
- 体の不自由な人に出会ったら
- 基礎的な応急手当の実際
- 受講生自主企画講座



#### 参加者の感想

毎回ワクワクの講座でした。楽しく過ごさせてくださいました。他で一緒に遊ぶ友人もでき参加して本当に良かったです。

#### ●いきいき女性講座

- 健康寿命を延ばす身体と頭の体操
- 多和平・サルルン展望台
- ロケ地でめぐる釧路の魅力再発見
- ソフトヨガでストレス解消
- 地域食材を使った楽しい料理教室
- ミズゴケ湿原観察とふるさと情報館
- 武佐の森の散策と釧路博物館
- 釧路動物園の見学



その道のすばらしい講師の方々のお話を聞いて勉強になりました。講師や参加者の方と知り合うことができ、自分の世界を広げることができました。

#### ●釧路学教養講座

- 川湯硫黄山を訪ねて
- 霧多布湿原の自然探訪
- 阿寒の隠れた魅力発見
- 厚岸町の史跡を訪ねて
- 釧路湿原野生生物保護センター
- 毛綱毅曠氏の建築物
- 難読地名と尻羽岬、水鳥観察館
- マリモ保護と今後の展望



釧路に来て2年目。知らないこと、知らないところへ行き、学習できたこと、とても貴重な体験です。釧路が大好きになりました。

#### ●わくわく体験隊

- 畑に行こう
- 生き物学習（釧路市動物園）
- 体験学習（ピザ・ソーセージ・アイス）
- 森林と遊ぼう（生き物調べ）
- まなトピア2022に参加しよう
- 料理教室（地元でとれた魚料理）
- もちつき・修了式



今までやったことのないことをたくさんできたから楽しかったです。友達と協力してできることも多いし、それで他の子ども仲良くなれました。

#### 単発型

#### ●子育て応援講座

- パンづくり教室
- おもてなし料理
- 体幹トレーニング
- マッサージ講座
- ケーキづくり教室
- 羊毛ちくちく
- ソフトヨガ
- クリスマス料理教室



#### 参加者の感想

作業は簡単なのに味も見た目も大満足。お料理を楽しく習うことができよかったです。恵まれた地域の食材の再発見もありました。家でも作ってみます。

#### ●ライフアップ講座

- バスで行く釧路街めぐり
- 湿原ホテル講座
- 大学生のための釧路講座
- 座学5回
  - ・マリモの保護の歴史と今後
  - ・身近な海の資源について他



市内に住んでいても行ったことがない場所や通り過ぎてしまっている場所が多いと感じました。釧路には頑張っている企業がまだまだたくさんあることがわかりちょっと安心しました。

#### ●子どもチャレンジ

- 木工教室
- 夏の子ども造形教室
- 子ども料理教室（お菓子づくり）
- 親子でわくわくワカサギ釣り



家族では体験することができなかったことに挑戦することができて良かったです。初めての釣りで思ったより釣れました。天ぷらが美味しかったので家でも作りたいと思います。

### ② くしろ市民大学

- 生きる力を育むために
- MINIATURELIFE展
- 市民気象講座
- 絶滅の危機に瀕した猛禽類と共存するために
- 先端科学移動大学
- 市長特別講演

※その他、釧路学教養講座やライフアップ講座と合同の5講座



### ③ 共催事業



●「メッセージtoくしろPART 28」や釧路地方国際理解教育研究会と連携し、市内在住の外国人との理解交流を深める市民交流事業を実施。

### ④ 生涯学習フェスティバル

- 「まなトピア2022」は規模を昨年同様縮小し感染予防対策を徹底し開催。
- 生涯学習センター全体を使った市民参加型のイベントで、体験講座・舞台発表・学習会・工作など、昨年度同様約50の講座・事業を実施。



### ⑤ 市民学習相談・生涯学習ハンドブック

●これから何かを始めたいと考えている市民のみなさまに、学習できる場所や講座、また、サークルや指導者などの情報を幅広く提供しています。リンク先からダウンロードしてご確認ください。

#### 生涯学習センター（まなぼっと）の 人気キャラクター

お待ち  
しています。



まなポットくんです

生涯学習センター（まなぼっと常舞）  
 一般財団法人 釧路市民文化振興財団  
 〒085-0836 釧路市常盤町4番28号  
 TEL (0154) 41-8181  
 FAX (0154) 41-8182