

# まなぼっとだより

第81号 令和6年3月

## 令和5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症が5類になり、対策も昨年度とは少し違う形になりましたが、無事に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6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
- パークゴルフを楽しむ



#### 参加者の感想

多方面に渡って体験することができ、有意義でした。参加することに意味があると思いましたが、大いに意味のある事だったと思います。

##### ●いきいき女性講座

- 富貴紙作り
- サルルン展望台、ニタイ・ト
- ロケ地で巡る釧路の魅力再発見
- ソフトヨガでストレス解消
- 家庭でできるおいしいアップルパイ
- 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市立博物館
- ポッチャ体験



釧路に長年住んでいて知らないところ、行ったことがないところへ沢山行くことができ、とてもよかったです。いろんな情報も聞くことができ、とても楽しかったです。

##### ●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
- 松浦武四郎の阿寒路を追って
- 厚岸町の史跡を訪ねて
- 釧路湿原野生生物保護センター
- 尻羽岬と尾幌酪農ふれあい館
- タンチョウの魅力
- シマエナガから学ぶこと



全般的に楽しく学ぶことができました。特に春採湖の春を学びながらの散策は素敵でした。普段行くことのできない地方や体験はうれしかったです。

##### ●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）
- 森林と遊ぼう（生き物調べ）
- まなトピア2023に参加しよう
- 料理教室（簡単レシピの魚料理）
- もちつき・修了式



個人的には畑が一番印象に残ったけど、やっぱり他の行事も捨てがたいほど楽しかったです。友達ができて良かったです。

#### 単発型

##### ●託見付き子育て応援講座

- 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
- イタリア料理教室
- ピラティス
- クリスマス料理教室



#### 参加者の感想

とても楽しかったし、日々の料理のための勉強になりました。なかなか鮭の Pasta を作る勇気がなかったのですが、今回で鮭の Pasta を作ろうと思います。

##### ●ライフアップ講座

- バスで行く釧路街めぐり
- 大学生のための釧路講座
- 座学5回
  - ・釧路空港のはなし
  - ・エネルギーとしての石炭
  - ・アイヌの子供たちへ愛情を注ぎ続けた教師 他



普段行くことのできない工場見学ができて、とても勉強になったし、楽しかった。釧路の産業についても知ることができ、有意義だった。

##### ●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）
- 親子でわくわくワカサギ釣り



マステルアートという知らない世界で、楽しくも大変な絵を完成させられたことがうれしく、また来たいです。夏休みの工作がきれいにできるし、簡単に楽しいから家でもできると思った。

### ② くしろ市民大学

- いきもの会議（美術鑑賞）
- くらしに役立つ睡眠と健康の知恵袋
- 釧路の自然災害と防災・減災
- 市民気象講座
- 医療・介護を釧路の新たな産業として考える
- 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」PART29 釧路地方国際理解教育研究会と連携して市内在住の外国人と交流し、異文化理解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2023」はコロナ前の状態に戻し、盛大に開催。
- 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・クイズラリーなど、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



釧路市生涯学習センター  
**まなぼっと**  
 MANABOTTO NIJAMAI 常舞  
 （目黒休館）  
 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