

まなぼっとだより

第85号 令和7年3月

令和6年度市民学園講座下半期の紹介

冬になり、インフルエンザ等の感染症が猛威を振るっていましたが、一年を通して順調に各講座を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7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
- 阿寒湖摩周国立公園
- 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
- モルックを楽しむ



●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



●釧路学教養講座

- 釧路市の発展に寄与した釧路川
- 霧多布湿原の自然探訪
- 春採湖の春の植物の観察
- 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
- 釧路地域のアイヌ古式舞踊
- シマエナガの伝道師と学ぶ阿寒



●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2024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



参加者の感想

講師、ガイドの説明等で改めて身近な自然を知ることができました。体験型講座も楽しく参加でき良かったです。

自分では行けない所や初めての体験や発見、楽しい計画を立案して下さった皆様へ感謝いたします。ありがとうございました。いきいきした2024年を過ごせました。

釧路市に住んで50年以上で、初めて見るもの聞くものが多かったので他地域に住む友人にも少し説明が出来る事が増え良かったです。

地域の食べ物や自然を知ることができてよかった。ネズミを見るのが初めてだった。友達がたくさん作れてよかった。

単発型

●託児付き子育て応援講座

- パンづくり教室
- フランス料理教室
- 体幹トレーニング
- 親子で楽しく絵本を読もう
- 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

託児をして頂いたので落ち着いて作ることが出来ました。家ではなかなかお菓子作りができませんので、自分で作れてとても楽しかったです。

●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
 - ・沈黙の不思議な菌世界
 - ・なつかしの釧路
 - ・もっとくしろの地場品！
 - ・道東の海とサカナのおもしろ話 他



釧路製作所を初めて見た。大きな仕事をしていると思いました。釧路に長く住んでいますが、なかなか見学することができないので良い経験になりました。

●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）
- 親子でわくわくワカサギ釣り



あんなに簡単な方法で、みたらし団子のたれができるとは思わなかった。今度、家でもつくりたい。すごく楽しかったので、また参加したいです。

② くしろ市民大学

- 奇跡のシールアート（美術鑑賞）
- 大人のための絵本セラピー
- 防災セミナー（地震に備える）
- ひがし北海道の鉄道の魅力
- 市民気象講座
- がんの発生とその予防
- 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」PART30 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

- 第33回「まなトピア2024」は56団体参加の下、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・クイズラリーなどの講座・事業を2日間にわたって実施。



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



生涯学習センター
まなぼっと 常設
MANABOTTO NIJAMAI 常設
(月曜休館)
生涯学習センター（まなぼっと常設）
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