

※詳細は内側にてご確認ください。

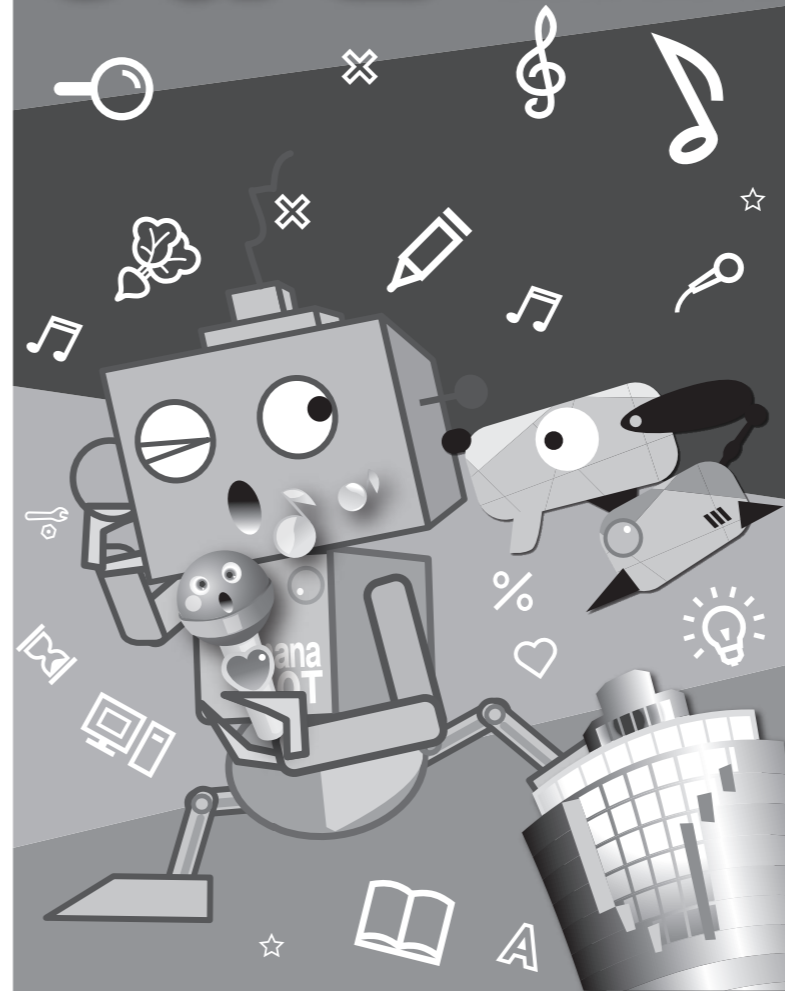
階	会場	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	
10	展望室									夕日バレーン&ヨガ・ストレッチ						
8	会議室801									鳥のヒミツを教えちゃいます! & 釧路湿原のながまたち						
	会議室802・803									市民学園講座活動展・室内ミニゲーム						
7	学習室703									缶バッチ作り&「ぬりえ」をたのしもう						
	学習室704									一日Youtuber体験						
	学習室705									くしろの魅力に触れる。(むかし・いま)						
	学習室706															
6	学習室601									折り紙アート体験会						
	学習室602									廃食用油から石けんを作ろう						
	クッキングスタジオ									発酵食「みそづくり」						
5	ハイビジョンシアター									合気の道とスーパカレーの出会い(小さき命のパン)						
	アートスタジオ									やさしい太極拳					柔道整復師が教える足関節のホワイトテーピング講座	
4	和室1・2・3									ヨガ体験						
	茶室															
3	美術館									ペキタ工作広場						
	多目的ホール									ポリテクものづくり教室						
2	大ホール									フラフェスティバル2024						
	自由広場(ロビー)										ユニセフパネル展					
											喫茶パティオコーナー					
											人権擁護委員と一緒に学ぼう!					
											みんなの消費生活展					
										ポーラ DE キレイ						
1	市民展示ホール									趣味の切手展*世界と日本						
	工芸スタジオA															
B	工芸スタジオB															
	工芸スタジオC									釧路少年少女発明クラブ工作教室						

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00

階	会場	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	22:00	
10	展望室															
8	会議室801									鳥のヒミツを教えちゃいます! & 釧路湿原のながまたち						
	会議室802・803									市民学園講座活動展・室内ミニゲーム						
7	学習室703									自分だけの富貴紙ハガキを作ろう!						
	学習室704									かんたん手品教室						
	学習室705														多文化共生セミナー	
	学習室706															
6	学習室601									スポーツ吹矢 体験会						
	学習室602									自然治癒力を高める健康法						
	クッキングスタジオ									手打ちそば打ち教室/国際料理を作ってみよう! 焼きたてほかほかパン作り体験						
5	ハイビジョンシアター														夜間中学「こんばんはII」ドキュメンタリー映画	
	アートスタジオ									やさしい太極拳						
4	和室1・2・3									ふまねっと体験会						
	茶室															
3	美術館									ペキタ工作広場						
	多目的ホール									アルミカブトを作ろう!						
2	大ホール									音と舞のフェスティバル						
	自由広場(ロビー)										ユニセフパネル展					
											喫茶パティオコーナー					
											フラワーアレンジメント講習会					
											みんなの消費生活展					
										ポーラ DE キレイ						
1	市民展示ホール									趣味の切手展*世界と日本						
	工芸スタジオA															
B	工芸スタジオB															
	工芸スタジオC									「土と遊ぼう」初心者陶芸						

10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00

# 第33回 釧路市生涯学習 フェスティバル まなぼとピア2024



2024 11/9(土)・10(日)

## ■会場 まなぼと幣舞

- 主催: 釧路市生涯学習フェスティバル実行委員会
- 共催: 釧路市・釧路市教育委員会・(一財)釧路市民文化振興財団・くしろ市民学園友の会
- 後援: 北海道新聞釧路支社・釧路新聞社・朝日新聞北海道支社・読売新聞釧路支局・時事通信社釧路支局・NHK釧路放送局・HBC北海道放送釧路放送局・STV釧路放送局・HTB北海道テレビ放送釧路支社・UHB北海道文化放送・テレビ北海道・FMくしろ・釧路市医師会・釧路歯科医師会
- 協賛: 釧路信用金庫・北海道コカ・コーラボトリング株・王子マテリア株釧路工場・釧路ガス株

### 申込み・問合せ先

釧路市生涯学習フェスティバル実行委員会事務局  
 釧路市幣舞町4番28号 釧路市生涯学習センター内 TEL0154(41)8181/FAX0154(41)8182

### フラフェスティバル2024 9日(土)13:00~15:45 [入場無料]

- フラ・アロハ・ノア 13:00~13:30
- Alohilani Megumi Hula Ohana 13:35~14:00
- アロハ・フラ・レファ 14:05~14:35
- Hula Oli Mahana 14:40~15:10
- カレイナープア 15:15~15:45

楽しく踊るフラの演舞をお楽しみください。

### 音と舞のフェスティバル 10日(日)10:30~16:15 [入場無料]

- 木村流大正琴釧路支部 10:30~11:10
- 釧路ハーモニカを楽しむ会 11:15~11:55
- STUDIO Re 12:00~12:45
- 創作新民舞踊樋口希納美会 12:50~13:25
- 芳柳流寿之桂会 13:30~14:15
- 芳柳流芳柳寿々良日舞の会 14:20~15:05
- フラメンコロッサス 15:10~15:40
- ai\*Land Baton Club 15:45~16:15

各団体の日頃の成果の発表です。繰り広げられる音と舞の競演をご覧ください。

### クイズラリーを実施します!

9日(土)・10日(日)10:00~15:00 自由参加  
 クイズラリーに参加しませんか?各会場にヒントがあります。全問正解者には景品を進呈!全問不正解でも大丈夫!”2階ロビーに問題用紙”を用意しますので、各会場を巡り答えを記入し8階802市民学園講座活動展会場までおこしく下さい。  
 ※景品の数がなくなり次第終了とさせていただきます

お手数ですが  
 85円切手を  
 お貼り下さい

〒085-0836

釧路市幣舞町4番28号  
 釧路市生涯学習センター内

釧路市生涯学習フェスティバル  
 実行委員会 行

まなトピア 2024  
開幕式

《2階ロビー》

9日(土)9:30~10:00

まなトピアのオープニングを飾ります。

観覧自由

喫茶  
パティオコーナー

《2階ロビー》

9日(土)・10日(日)  
10:00~15:00

美味しいコーヒー他、軽食もあります。

事前に申し込みが必要な催し  
(実施団体受付)

●当日定員に余裕があれば参加可能です  
実施団体に直接申し込んでください

発酵食“みそづくり”

申込先 090-7656-4720 (小林)

9日(土)9:00~12:00 (6階キッチンスタジオ)  
一般/30名/材料費5,980円

事前に参加申し込みを頂き、豆を買って頂き、その豆を煮て(詳しくは購入時に)煮た豆を持ってきてもらい、会場で“つぶし”樽の中につめ、管理などを説明する。

自然の味をとりもどそう会

折り紙アート 体験会

申込先 0154-91-4725 (菅原)

9日(土)9:30~14:00(6階601号)  
幼児~大人/一人200円

花のクリスマスリースやクロスしゅりけん・めんこ・ぶんぶんコマを作ります。(使用する物は全て準備します)

NPO法人桜が丘ひぶなクラブ

釧路少年少女発明クラブ工作教室

申込先 mail:946hatsumei@gmail.com (菅原)

9日(土)13:30~15:30 (地下工芸スタジオB)  
小学生(1~6年生)/先着30名/無料

競い合おう! パスタブリッジ!  
パスタを使って橋の模型をつくろう。

(公社)発明協会釧路少年少女発明クラブ

第33回釧路市生涯学習フェスティバル  
「まなトピア2024」  
事前募集イベント(まなぼっと受付) 参加申込書

イベント名 (複数記入可)	
希望時間	
氏名	( 歳)
電話番号	

イベント名 (複数記入可)	
希望時間	
氏名	( 歳)
電話番号	

イベント名 (複数記入可)	
希望時間	
氏名	( 歳)
電話番号	

◎事前参加を募集するイベントのみこのハガキでお申し込みください。  
(郵送・FAX・持参する等でご提出ください)(受付期間11/3(日)まで)  
※複数回に分けて行われるイベントのお申込みを希望される場合は希望時間を記入ください。  
※まなぼっと受付の事前申込は、申込者多数の場合は抽選となります。外れた方のみこちらからご連絡いたします。

当日参加の催し(事前申し込み不要)

映画「大地の詩」&「愚か者の石」紹介  
申込先 070-5611-5081 (賀根村)

9日(土)17:00~19:30 (5階ハイビジョンシアター)  
対象:中学生以上/70名/大人:500円(※中学生~大学生無料)  
明治の北海道の監獄は過酷で多くの囚人が亡くなる。その改良に取り組んだ話と小田島氏による河崎秋子「愚か者の石」を紹介。

不登校ひきこもりなどのサポートルーム ハンノキ林

フラワーアレンジメント講習会  
申込先 070-3080-3250 (那須野)

10日(日) (2階ロビー) ①10:00~②11:00~③12:00~  
各回10名/ハサミを使える年齢(保護者同伴も可)/  
材料費1,000円/体験時間30分  
季節の花を使ったアレンジメントを作成します。  
あわせて会員の作品展示を行います。

(公社)日本フラワーデザイナー協会道東支部

アルミカプトを作ろう!  
申込先 080-1883-8202 (笹倉)

10日(日) ①10:30~12:00 ②13:00~14:30  
(2階多目的ホール) 小学生~中学生/先着40名  
(各時間20名)/材料費500円/体験時間20~30分  
アルミニウム材料を削り組み立てカプトムシを作る製作体験です。作ったカプトムシはお持ち帰り出来ます。

釧路鉄工協会青年部

多文化共生セミナー  
申込先 0154-31-4503 (住友・赤石)

10日(日)13:00~15:30 (7階705・706号)  
多文化共生に興味・関心のある方/先着30名/無料  
本セミナーでは、異文化理解や身近な国際交流について学び、ワークショップ形式でご意見を出し合います。

釧路市役所 総合政策部 市民協働推進課

夜間中学「こんばんはⅡ」ドキュメンタリー映画  
申込先 070-5611-5081 (賀根村)

10日(日)13:00~14:00 (5階ハイビジョンシアター)  
対象:小学生以上/70名/無料  
夜間中学に通う人々の姿や想いを伝えるドキュメンタリー作品。(ナレーター:大竹しのぶ)

釧路自主夜間中学「くるかい」

当日参加の催し  
(事前申し込み不要)  
(当日会場での受付となります)

缶バッチ作り  
9日(土)10:00~12:00 (7階703号)  
幼児~小学低学年/材料費50円/体験時間10分  
4cmの缶バッチを作ります。キャラクターの絵の持参OKです。写真はカラーコピーが最適。

くしろ市民学園友の会

「ぬりえ」をたのしもう  
9日(土)10:00~12:00(7階703号)幼児/無料/体験時間20分  
すてきなキャラクターや絵をクレヨンでクレイにかざろう。画材持参OK。

くしろ市民学園友の会

廃食用油から石けんを作ろう  
9日(土)10:00~14:00(6階602号)小学生以上/材料費300円  
廃油より作るので環境にもやさしく、自然に負荷をかける事なく安心してなにより安全な石けんを作ります。

♀女性会議釧路支部

柔道整復師が教える足関節のホワイトテーピング講座  
9日(土)15:30~17:00 (5階アートスタジオ)  
スポーツに携わる方・選手の保護者・興味がある方/  
先着20名/材料費600円(見学者は無料)  
ケガの施術を専門とする柔道整復師(接骨院・整骨院)が、わかりやすくテーピングの巻き方を公開し教えます。

(公社)北海道柔道整復師会釧路ブロック

人権擁護委員と一緒に学ぼう!  
9日(土)10:00~15:00 (2階ロビー) 無料  
人権に関するアンケートを実施するほか、アイヌのものよう切り絵、人権カルタ、バルーンアートを行います。人権擁護委員と一緒に楽しみましょう。

釧路地方法務局・釧路人権擁護委員協議会

くしろの魅力に触れる(むかし・いま)  
9日(土)10:00~16:30(7階705・706号)/一般/無料  
○昭和38年頃の市内空撮写真の放映・解説  
○釧路の魅力に触れる写真・関係資料の展示、解説・交流

くしろ・まち・ガイド倶楽部

合気道の道とスーパカレーの出会い(小さき命のバトン)  
9日(土)13:00~15:30 (5階ハイビジョンシアター)  
大人1,000円 学生500円(当日同額)  
生命尊重教育運動(講演会やDVD上映会、円プリオ基金)お腹の赤ちゃんの命を救うことを皆さんで考える。

釧路いのちを大切にす会

やさしい太極拳  
9日(土)・10日(日)10:00~12:00(5階アートスタジオ)  
小学生以上/先着10名/無料  
緩やかな動作で運動が苦手な方でも取り組みやすい、初心者にも人気の簡化(24式)太極拳を行います。

釧路太極拳倶楽部

ユニセフパネル展  
9日(土)・10日(日)10:00~16:00(2階ロビー)無料  
SDGsを達成させるために、子どもたちと一緒に活動します。

北海道ユニセフ協会道東支部

みんなの消費生活展  
9日(土)・10日(日)10:00~15:00 (2階ロビー) 無料  
パネル展及びみそ作り紹介コーナー、新聞工作コーナー(バッグ・スリッパ・箱など)

釧路消費者協会

陶芸作品展と絵付け体験  
9日(土)・10日(日)10:00~14:30(2階ロビー)  
一般/20名(絵付け希望者)/材料費他300円  
陶芸の絵付け体験(ペンダント・フローチ)焼き上げて後日、本人へ渡します(12月になる)。作品の展示とチャリティー販売もします。

陶芸サークル裕色の会

釧路湿原のなかまたち  
9日(土)・10日(日)10:00~16:00 (8階801号)  
展示見学のみ/無料  
日本一広い釧路湿原。そこに生きる生きものたちや釧路湿原に関わる様々な取り組みを紹介します。

釧路湿原自然再生協議会再生普及行動計画オフィス(釧路湿原自然保護官事務所)

市民学園講座活動展・室内ミニゲーム  
9日(土)・10日(日)10:00~16:00 (8階802号)  
無料/体験時間15分  
まなぼっとわくわく体験隊・いきいき女性講座・シニア講座・釧路学教養講座の活動発表展。大人も子供も楽しめるゲームがたくさん!あなたは何種類制覇できるかな?参加賞も用意してお待ちしています。

市民学園講座事務局

趣味の切手展\*世界と日本  
9日(土)・10日(日)10:00~17:00 (1階市民展示ホール)  
小学生以上/無料  
趣味の切手、世界や日本及び釧路郵便局開局150年の初期切手中心に切手鑑賞や記念切手のお土産を用意。

(公財)日本郵趣協会釧路支部

花と遊ぼう  
10日(日)10:00~12:00 (2階多目的ホール)  
幼児以上/20名/材料費300円/体験時間15分  
いけ花体験とミニ花展を開催します。体験で生けた作品はお持ち帰りができます。是非ご参加ください。

華道家元池坊釧路支部

かんたん手品教室  
10日(日)10:30~12:00 (7階704号)  
小学生以上/先着20名/無料  
だれでも手作り道具でかんたん手品を楽しみましょう。手ぶらで参加可能、材料その他はこちらで準備します。

釧路マジシャンズクラブ

自然治癒力を高める健康法  
10日(日)10:00~14:00(6階602号)/材料費300円  
一輪の花に心をよせる健康法と心身のバランスを整える生体エネルギーの健康法を体験して自然治癒力をUPしましょう。

くしろ健康生活ネットワーク

自分だけの富貴紙ハガキを作ろう!  
10日(日)10:00~15:00 (7階703号)  
材料費200円/体験時間15分  
落の皮を原料として作られる和紙「富貴紙」のはがきサイズの紙漉き体験を実施します。

音別富貴紙工房

トンコリ音楽をたのしもう♪  
10日(日)①14:00~15:00 ②15:30~16:30  
(2階ロビー)/無料  
更料源蔵「アイヌの民話」の朗読を弦楽器トンコリの伴奏で聞いてみよう 他

チュウカトンコリ愛好会

スポーツ吹矢 体験会  
10日(日)9:30~14:00 (6階601号)  
小学1年生以上/無料  
誰でも・いつでも・どこでも・手軽にスポーツ吹矢を健康に楽しくできます。

NPO法人桜が丘ひぶなクラブ

事前に申し込みが必要な催し  
(まなぼっと受付)  
(当日定員に余裕があれば参加可能です)  
※電話による受付はいたしません

左のハガキを生涯学習センターに郵送してお申し込み下さい。(持参可)

※申込者多数の場合は抽選有り、その場合は外れた方のみこちらからご連絡させていただきます。

ポリテクものづくり教室  
9日(土)①10:00~②11:00~③13:00~④14:00~  
(2階多目的ホール)/対象:小学生/各回5名/無料  
きらきら光るスノードームを作って、ものづくりを体験してみませんか?ポリテクセンター釧路の紹介展示しています。

ポリテクセンター釧路

ヨーガ体験  
TEL 0154-42-4077 (秋山) でも受付可  
9日(土)11:00~12:15(4階和室)中学生以上/15名/無料  
ゆったりとしたポーズと瞑想(マインドフルネス)で心と体のストレス解消。初心者の方も体力に自信のない方も無理なくできるヨーガです。

秋山ヨーガサークル

一日Youtuber 体験  
9日(土)10:00~16:00 (7階704号)  
①10:00~②11:30~③13:30~④15:00~  
小学3年生~中学生まで/各回4名/無料/体験時間60分  
みんな大好きYoutube!!どうやって作っている? I Tリテラシーを学びながら、実際に動画を作って公開してみよう!!

NPO法人学習支援ルーピス

夕日バレトン&ヨガ・ストレッチ  
9日(土)15:00~15:45 (10階展望室)  
限定7名/体験時間45分※ヨガマット・タオル・飲み物各自持  
前半は音楽にあわせて全身を動かす「バレトン」でたくさん汗を流しましょう!! 後半は夕日や景色を味わいながらヨガとストレッチで心と身体をリフレッシュしましょう。

バレトン ミキ

事前申し込みが必要(まなぼっと受付)

鳥のヒミツを教えちゃいます!  
9日(土)・10日(日) 展示10:00~16:00(8階801号)  
体験①10:00~②14:00~ 各回10名/無料/体験時間40分  
鳥類の体のつくりや生態についてクイズで楽しく学びましょう!貴重な剥製や写真も準備しています。一緒に鳥のヒミツを探ってみませんか? ※参加特典あり

(株)猛禽類医学研究所

ポーラDE キレイ  
9日(土)・10日(日)10:00~14:30 (2階ロビー)  
肌年齢診断18歳以上/大人500円 お子様200円/体験時間10分  
お子様から大人まで楽しめるくじ引きや、未だの肌状態まで分析できるポーラの肌診断をぜひご体験下さい。(ハンドマッサージ付き)

ポーラ釧路店

手打ちそば打ち教室  
10日(日)10:00~13:00 (6階キッチンスタジオ)  
中学生以上(そば打ち教室参加希望者は当日エプロン・頭巾・上靴を準備可能な方)/限定8名(試食は先着80名)/材料費800円  
そば打ちの体験と試食を楽しめます。摩周産の新蕎麦を石臼で碾き、打って美味しいお蕎麦を提供いたします。

釧路そば打ち同好会

国際料理をつくってみよう!  
異文化理解サークルSNSでも受付可  
10日(日)10:30~12:15 (6階キッチンスタジオ)  
小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴)/限定30名/無料  
カンボジアの家庭料理「ペーサルフライチキン」の調理・試食体験をしてみませんか?

北海道教育大学釧路校 異文化理解サークル

「土と遊ぼう」初心者陶芸  
10日(日)10:00~12:00 (地下工芸スタジオB)  
小学3年生以上/20名/材料費500円  
中鉢、カップ、お皿等を作ります。12月1日(日)に釉掛け作業があります。エプロン、古タオル、筆記用具をご持参ください。

くしろ市民学園友の会

ふまねっと体験会  
10日(日)10:00~15:00(4階和室)小学3年生以上/無料  
認知症予防・転倒防止などに効果のある軽運動、ふまねっとの体験会です。運動靴・タオルを持参してください。

ふまねっと946

焼きたてほかほかパン作り体験  
10日(日) (6階キッチンスタジオ)  
①14:00~②14:30~③15:00~④15:30~  
4歳~中学生(小4以下は大人同伴)/各回9名/  
材料費600円/体験時間15分(焼き上がり1時間)  
あらかじめ用意したパン生地で作るパンを4コ作ります。作業時間は15分程度、焼き上がりまで約1時間です。

手作りパン教室 福ふく

釧路市立美術館《3階》

ペキタ工作広場  
●要材料費  
9日(土)・10日(日)10:00~15:00  
美術館キャラクター「ペキタ」と楽しむ工作イベント。  
申込方法は後日釧路市立美術館ホームページ  
(https://k-bijutsukan.net)でお知らせいたします  
※本紙の申込書では申込できませんのでご注意ください。

歌う指先 - 磯 優子 展  
11/9(土)~12/15(日)  
●一般140円(大学生以下無料)