

# まなぼっとかわら版

(2026年4月号NO.333)



講座名 (通年)	まなぼっとシニア講座 わくわくセカンドライフ	いきいき女性講座	まなぼっとわくわく体験隊	釧路学教養講座
講座のねらい	心豊かなセカンドライフに必要な、健康、家庭生活の充実、釧路の自然、社会問題などを幅広く学び、学習成果をボランティア活動等に生かす。	女性の教養や趣味の向上、心身の健康づくりを通して、いきいきと新たな活動へ向かう意欲を培う。	花の栽培活動、ニュースポーツ体験、野外活動、宿泊体験活動、料理教室など年間を通していろいろな体験をする。	前半は現地に赴いて、釧路地方の自然や歴史などの基礎的知識を養う。後半は主に座学にて釧路地方の自然と歴史を学ぶ。
開催期間 回数	5/14～12/3 ※木曜日開催 前期(12)後期(6)全18回 <b>(全講座の受講を原則とします)</b>	5/15～11/20 ※金曜日開催 全13回(希望者は「まなトピア2026」のボランティア有り) <b>(全講座の受講を原則とします)</b>	5/16～12/19 ※土曜日開催 12回 土・日宿泊体験 1回 計13回 <b>(全講座の受講を原則とします)</b>	5/9～12/5 ※土曜日開催 全13回(希望者は「まなトピア2026」のボランティア有り) <b>(全講座の受講を原則とします)</b>
対象・定員	市内在住で軽い運動が可能な方 おおむね50歳～20名(先着順) ※本講座の受講経験者は、定員に満たない場合受け付けます	市内在住女性で山坂を伴う野外歩 きができる方 20名(先着順) ※前年度の受講者は、定員に満た ない場合受け付けます	市内在住の小学4年～6年 24名(先着順) ※前年度受講者は定員に満たない 場合受け付けます	市内在住で山坂を伴う野外歩 きができる方 20名 ※初回受講者優先・多数時抽選 ※前年度受講者は受講できません
受講料	2,970円(材料費・入館料別)	2,160円(材料費・入館料別)	1,820円(材料費別)	2,730円(材料費・入館料別)
申込日	4月2日(木)～4月17日(金) 電話又は窓口にて受付	4月3日(金)～4月17日(金) 電話又は窓口にて受付	4月9日(木)～4月23日(木) 電話、窓口又はWebにて受付	4月16日(木)までWeb又は 八ガキ(当日消印有効)にて受付
講座内容	各講座の講座内容や詳細は別紙チラシを参照ください。(現地研修は当館バスでの移動となります)			
担当者からのおすすめ — □ コメント	シニア世代の皆さん、新たな仲間づくりをしてみませんか。何かを始めてみたい方や学んだことをボランティア活動などで活かしたい方など、チャレンジ精神旺盛な方の為の講座です。男性、ご夫婦の参加大歓迎です。この講座の受講者は講座終了後サークルを作り、継続して活動しています。	釧路湿原や霧多布湿原の自然観察、モルック、絵本セラピー、クゲ地巡り、富貴紙作り、スマ木講座、手作りソーセージ、α講座など豊富な内容で希望者は生涯学習フェスティバル「まなトピア2026」のボランティアスタッフの活動もあります。	花を種から育てる栽培体験、軽スポーツを通じた交流活動、動物園や図書館、工場等の見学、α講座でとれた魚を使った料理教室、共同生活の中で食品加工や集団遊びができる宿泊体験、もちつきなど普段できないことをたくさん経験してもらいます。交流の輪を広げ、深まりのある活動を目指しています。	前半は主に道東の湿原や史跡をバスで巡り、講師や学芸員に解説してもらった野外学習です。後半は主に釧路地方の自然と歴史等について幅広く座学学習をします。希望者は生涯学習フェスティバル「まなトピア2026」のボランティアスタッフの活動もあります。

講座名 (通年)	託児付き 子育て応援講座	ライフアップ講座	子どもチャレンジ	くしろ市民大学
講座のねらい	子育て世代の保護者が心身をリフレッシュしたり、生活を豊かにするための必要な知識や技術を身につける。	釧路の自然や産業・施設・環境・地産地消などを見学したり学んだりすることで、郷土の良さ・素晴らしさを認識する。	新しい友達と木工等の造形活動を通じて創る喜びを感じたり、調理の知識・技能を身につけ、協力し合いつくりあげる喜びを味わわせる	釧路市民としての意識高揚とその学習成果のまちづくりへの活用を意図しながら幅広く教養を身につける。
開催期間 回数	5月～12月 ※火・水曜日開催 12講座14回	5月～12月 7講座12回	6月、7月、10月、11月 ※土曜日開催 4講座	7月～3月に約10回講座予定、詳細は6月発行予定のチラシ及びホームページでご確認ください。
対象・定員	市内在住者で未就学児童(6歳まで)がいる保護者。開催日の1週間前、定員に空きがあれば市内在住者はどなたでも参加可能 定員10名～24名まで	各講座ごとに24名 ※長期滞在者も受講可	講座ごと 小中学15～24名	市内在住者 ※長期滞在者も受講可
受講料	講座によって異なる	講座によって異なる	1回140円(材料費別)	1回390円
申込日	各講座ごとに受付 電話、窓口又はWebにて受付 (1か月ほど前に募集開始) ※託児あり(1～4歳児)	各講座ごとに受付 電話、窓口又はWeb(一部)にて受付(1か月ほど前に募集開始) ※料理教室:託児あり(1～4歳児)	各講座ごとに受付 電話、窓口又はWebにて受付 (1か月ほど前に募集開始)	随時受付 電話又は窓口にて受付
講座内容	各講座の講座内容や詳細は別紙チラシやホームページを参照ください。(現地研修は当館バスでの移動となります)			
担当者からのおすすめ — □ コメント	料理7講座、健康2講座、情報・読書・手芸各1講座を予定しています。親子で参加する「情報」と「読書」の2講座は、その場に託児のスタッフが付きます。その他は別室で託児を行います。ぜひ、ご参加ください。	バスで巡る施設・企業等の見学や釧路湿原の風物詩「ホテル観覧会」、釧路の歴史や自然を学ぶ講座など多彩な講座があります。昨年度から「日曜クッキング教室」も開催しました。老若男女どなたでも参加できます。	木工教室、工作教室、料理教室などの楽しい講座がいっぱいで、今年は低学年向けに「親子料理教室」を新設しました。調理する喜びを求めるみなさんの参加を心待ちにしています。	主に釧路市内の大学の先生や学芸員などを講師に、多方面にわたる大変興味深い話を聞くことができます。

## 講座の申込み・問い合わせ

- 電話、当センター窓口又はWeb(一部)で受付
  - 電話、窓口の受付時間は、8:50～20:30(月曜日休館)
  - Web 受付は当館ホームページ(右QRコード)等をご覧ください。
  - 各講座とも、定員になり次第受付を終了します。なお、長期滞在者も受講可能な講座がありますので、詳しくは各講座のチラシ・ホームページ等をご覧ください。
- 釧路市生涯学習センター(釧路市幣舞町4-28) 電話0154-41-8181

ホームページQRコード

