※詳細は内側にてご確認ください。

7日(土)

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		釧路湿原のなかまたち＆鳥カードで神経衰弱！楽しく鳥の秘密を知ろう！												
	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		1日Youtuber体験				1日Youtuber体験								
	学習室704		趣味の切手展＊世界と日本												
	学習室705														
	学習室706						発明クラブすごろく								
6	学習室601		缶バッチを作ろう＆ぬりえをたのしもう												
	学習室602		廃食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		ヒトの脳とこころの関係を学ぶ		ドキュメンタリー映画「こんばんは」上映会										
	アートスタジオ		やさしい太極拳						『柔道整復師から学ぶ 足関節のテーピング講座』						
4	和室1・2・3			ヨーガ体験			やさしい気功								
	茶室														
3	美術館			ペキタ工作広場		ペキタ工作広場									
2	多目的ホール		ポリテクものづくり教室			ポリテクものづくり教室									
	大ホール						フラフェスティバル2025								
	自由広場（ロビー）	開幕式	アルミ製ミニマジックハンド製作体験												
					アイヌ楽器トンコリを知っていますか？										
			みんなの消費生活展												
			ユニセフパネル展												
1	市民展示ホール		「くしろ・まちなか魅力・いかがですか」												
B	工芸スタジオA														
	工芸スタジオB														
	工芸スタジオC														

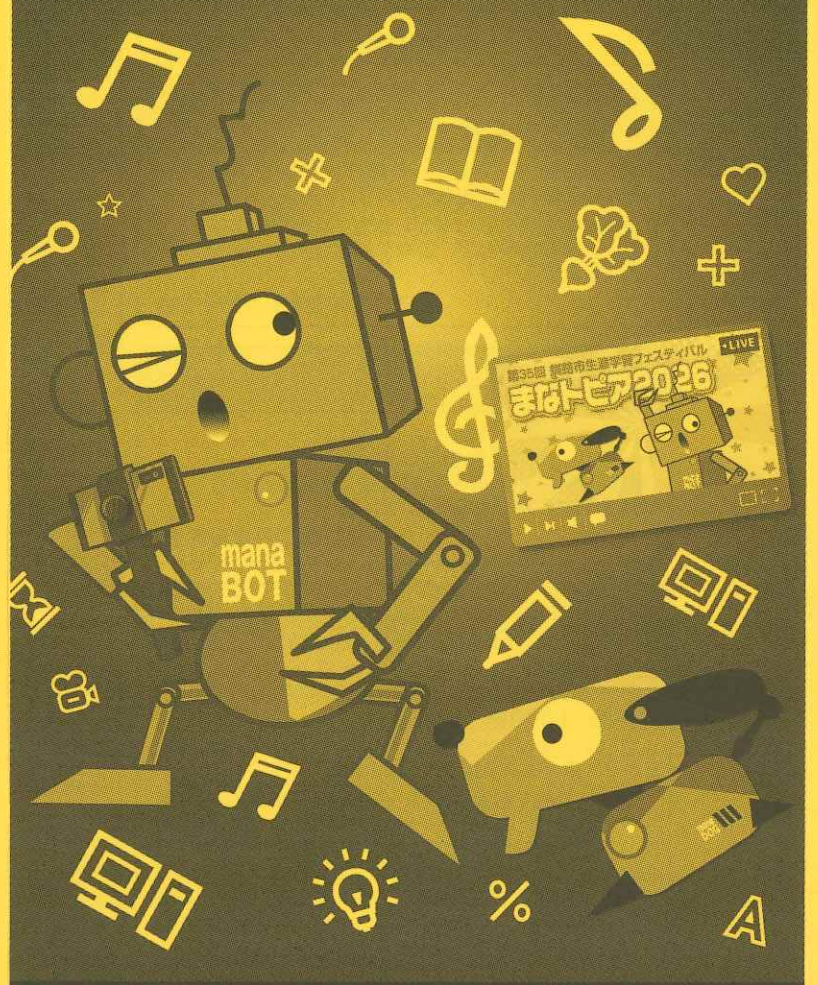
10:00 11:00 12:00 13:00 14:00 15:00 16:00 17:00 18:00 19:00 20:00 21:00 22:00

8日(日)

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		釧路湿原のなかまたち＆鳥カードで神経衰弱！楽しく鳥の秘密を知ろう！												
	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														
	学習室704		趣味の切手展＊世界と日本												
	学習室705														
	学習室706														
6	学習室601		スポーツ吹矢体験会			笑いヨガ体験会									
	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		そば打ち教室				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		不登校とは？改めて考える		奇跡のリンゴ木村秋則さんの土壌の話(DVD)										
	アートスタジオ		やさしい太極拳												
4	和室1・2・3		わび・さび・イップクいかが！												
	茶室														
3	美術館		ペキタ工作広場			ペキタ工作広場									
2	多目的ホール		ボール遊び（バルシューレ）＆ストリートサッカー												
	大ホール		音と舞のフェスティバル												
	自由広場（ロビー）		フラワーアレンジメント講習会												
			花と遊ぼう												
			人権擁護委員と一緒に学ぼう												
			みんなの消費生活展												
			ユニセフパネル展												
1	市民展示ホール		「くしろ・まちなか魅力・いかがですか」												
B	工芸スタジオA														
	工芸スタジオB		「土と遊ぼう」初心者陶芸												
	工芸スタジオC														

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35回 釧路市生涯学習フェスティバル まなトピア2026



2026 11/7(土)・8(日)

■会場 まなぽっと幣舞

■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・共同通信社釧路支局・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㈱・王子マテリア㈱釧路工場・釧路ガス㈱・釧路人権擁護委員協議会

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

大ホールでの催し

フラフェスティバル2026　7日(土)13:30~16:20【入場無料】

○フラ・アロハ・ノア	13:30~14:00
○アロハ・フラ・レフア	14:05~14:35
○Alohilani Megumi Hula Ohana	14:40~15:10
○Hula Oli Mahana	15:15~15:45
○カレイナープア	15:50~16:20

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　8日(日)10:30~14:30【入場無料】

○ai*Land Baton Club	10:30~10:50
○フラメンコロッサス	10:55~11:25
○創作新民舞踊樋口希納美会	11:30~12:15
○芳柳寿々良日舞の会	12:20~13:05
○釧路ハーモニカを楽しむ会	13:10~13:45
○沖縄民謡 琉志会	13:50~14:30

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！

7日(土)・8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。参加者・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ださい。
※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2026 開幕式

《２階ロビー》

７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》

７日(土)・８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

ヒトの脳とこころの関係を学ぶ
申込先070-5611-5081（賀根村）

７日(土)10:30～11:50
（５階ハイビジョンシアター）
50名/一般/無料

脳科学では、意識について研究が進んでいます。
それらを学び良い人間関係の築き方を習得しましょう。

釧路いのちを大切にする会

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

７日(土)13:00 ～ 14:40
（５階ハイビジョンシアター）
70名/小学生以上/無料

東京の公立夜間中学に通う不登校だった子が。高齢者の生徒らとの交流から徐々に殻を破って、自信を取り戻していく姿を追っている。

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）

不登校とは？改めて考える
申込先070-5611-5081（賀根村）

８日(日)10:30～11:50
（５階ハイビジョンシアター）
50名/一般/無料

減らない不登校。果たして、このまま増えつづけるのを、地域は見過ごして良いのか？
生きづらさを抱える子ども・若者にどう寄り添うか。

不登校ひきこもりなどのサポートルーム ハンノキ林

奇跡のリンゴ木村秋則さんの土壌の話（DVD）
申込先070-5611-5081（賀根村）

８日(土)13:00～15:00（５階ハイビジョンシアター）
50名/一般/無料

2018年、釧路で木村秋則さんが公演された後の牧草地でのフィールドワークから土壌の大切さを学ぶ。

自然栽培学習サークル リンゴの会

発酵食“みそづくり”
申込先090-7656-4720（小林）

７日(土)9:00～12:00（６階クッキングスタジオ）
一般/30名/材料費6500円

事前受付で当日までの準備を説明、豆を事前に煮てきてもらい、当日持参の上、会場で樽に詰めて、持ち帰っていただきます。

自然の味をとりもどそう会

アルミ製ミニマジックハンド製作体験
申込先080-3262-2606（山本）

７日(土)10:00～15:00（２階ロビー）
小・中学生対象/先着30名
（事前応募にて定員不定の場合、当日受付可）
材料費500円/体験時間20分

釧路鉄工協会青年部

フラワーアレンジメント　講習会
申込先070-3080-3250（澤田）

８日(日)（２階ロビー）①10:00～11:00 ②11:30～12:30
各回12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60分

ユニファーを使ったクリスマスアレンジを作成します。あわせて道東支部会員の作品展示も行います。

（公社）日本フラワーデザイナー協会道東支部

ユニセフパネル展

７日(土)・８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

７日(土)・８日(日)10:00～15:00（２階ロビー）/無料

パネル展・みそ作り展・バスボム作り　他

釧路消費者協会

ヨーガ体験
TEL 0154-42-4077（秋山）でも受付可

７日(土)11:00～12:15（４階和室）
中学生以上/15名/無料/体験時間75分

ゆったりとしたポーズと瞑想（マインドフルネス）で心と体がほぐれてストレスも解消していきます。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

柔道整復師から学ぶ足関節のテーピング講座

７日(土)15:30～17:00（５階アートスタジオ）
スポーツ選手・指導者・選手の保護者さん・興味があり学んでみたい方/先着20名/材料費1000円
（見学無料）

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

アイヌ楽器 トンコリを知っていますか？

７日(土)①11:00～11:30 ②12:00～12:30
（２階ロビー）/無料/体験あり

樺太アイヌの五弦琴トンコリを知っていますか？シンプルだけど自然を現す優しい音色を聴いて癒されて下さい。

チュプカトンコリ愛好会

わび・さび・イップク、いかが !!

８日(日)10:00～15:00（４階和室）
一般（子供可）/50名
/材料費 一般500円 子供 300円

伝統文化の茶道をおいしいお茶とお菓子で晩秋のひと時をたのしんでいただきたいとご案内致します。

茶道宗偏流好日会

バルシューレ（ボール遊び）

８日(日)①9:00～12:00 ②13:00～16:00
（２階多目的ホール）無料/体験時間１回５分

ボール遊びでコーディネーション能力アップ！
運動量よりバランス感覚・連結能力に働きかけます。

特定非営利活動法人 釧路リベラルティ

ストリートサッカー

８日(日)①9:00～12:00 ②13:00～16:00
（２階多目的ホール）無料/体験時間１回３分

勝負は3分間。股抜きされると即負け。経験者・年齢・性別不問。運動量は少なく、誰でも楽しめます！

特定非営利活動法人 釧路リベラルティ

「缶バッチ」を作ろう

７日(土)10:00～12:00（６階601号）
幼児～小学低学年/材料費50円/体験時間10分

4㎝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

７日(土)10:00～12:00（６階601号）幼児/無料
体験時間20分

キャラクターや絵をクレヨンでキレイにかざろう。画材持参ＯＫ。

くしろ市民学園友の会

自然治癒力を高める健康法

８日(日)10:00～15:00(６階602号)/材料費300円

一輪の花と話をして花の心を生ける健康法と心身のバランスを整える生体エネルギーによる健康法の体験です。

くしろ健康生活ネットワーク

廃食油から石けんを作ろう

７日(土)10:00～14:00(６階602号)小学生以上/材料費300円

廃食油でペットボトル等を使い、固型石けんプリン石けんを作ります。

女性会議釧路支部

くしろ・まちなか魅力・いかがですか

７日(土)10:00～17:00　８日(日)10:00～16:00
（１階市民展示ホール）/無料

釧路川河畔からまなぼっとまでを中心に都心部の魅力を今一度再提起！50周年の幣舞橋関連資料集中展示。

くしろ・まち・ガイト倶楽部

笑いヨガ体験会

８日(日)13:00～15:00(６階601号)
/材料費100円/体験時間15分

笑いヨガは、笑いあい、語り合える仲間が出来て、楽しい暮らしを作り出すユニークな健康法です。

特定非営利活動法人桜が丘ひぶなクラブ

事前申し込みが必要（まなぼっと受付）

釧路湿原のなかまたち

７日(土)・８日(日)10:00～16:00（８階801号）自由観覧/無料

釧路湿原で暮らす生き物の展示や、絶滅のおそれのある生き物を守る環境省の取組を紹介します。

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

７日(土)・８日(日)10:00～15:00（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展発表展。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？景品も用意してお待ちしてます。

市民学園講座事務局

趣味の切手展＊世界と日本

７日(土)10:00～17:00　８日(日)10:00～16:00
（７階704号）小学生以上/無料

世界や日本の各種切手の展示。収集方法の相談や郵趣用品の紹介、使用済み切手の配布等有。切手鑑定も致します。日本、外国共。

（公財）日本郵趣協会釧路支部

スポーツ吹矢 体験会

８日(日)10:00～12:00（６階601号）
小学１年生以上/300円/体験時間10分

スポーツ吹矢は性別・年齢を問わずどなたでも楽しく始められます。

特定非営利活動法人桜が丘ひぶなクラブ

花と遊ぼう

８日(日)10:00～12:00(２階ロビー)
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します。体験で生けた作品はお持ち帰りができます。

華道家元池坊釧路支部

発明クラブすごろく

７日(土)13:30～15:30（７階705・706号）
幼児以上（小学校3年生以下の場合は保護者同伴）/先着10名/無料

発明クラブのみんなが作った特製コースを自らコマになって体験！『巨大すごろく』にぜひ参加ください。

釧路少年少女発明クラブ

やさしい太極拳

７日(土)・８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/体験時間120分

ゆるやかな動作で、運動が苦手な方でも取り組みやすい、初心者に人気の簡化（24式）太極拳を行います。

釧路太極拳倶楽部

人権擁護委員と一緒に学ぼう！

８日(日)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、アイヌの文様切り絵、軽スポーツ「ボッチャ」などを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

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。

１日YouTuber体験

７日(土)（７階703号）①10:00～11:00 ②11:30～12:30
③13:30～14:30 ④15:00～16:00
各回4名/小学4年生以上無料/体験時間60分

撮影から編集まで挑戦!!自分だけの動画を作ってクリエイターデビューをしよう!!

NPO法人学習支援ルーピス

やさしい気功

７日(土)14:10～15:25（４階和室）
小学生以上/15名/無料/体験時間75分

体の緊張をゆるめるコツを学びます。自分が気持ちよいと感じる範囲で無理しないで動きます。

釧路気功の広場

「土と遊ぼう」初心者陶芸

８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。11月29日(日)に釉掛け作業があります。両日ともエプロン、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

鳥カードで神経衰弱！楽しく鳥のひみつを知ろう！

７日(土)①10:00～ ②13:00～ ③15:00～
８日(日)①10:00～ ②13:00～
３歳以上/各回５名/無料/体験時間30～40分

鳥のカードで神経衰弱をしながら、いろんな鳥の体のひみつを知ろう！本物の鳥のはく製もあるので近くで見てね！
※参加特典あり

㈱猛禽類医学研究所

そば打ち教室

８日(日)10：00～13：00（６階クッキングスタジオ）
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20名
そば打ち教室：１人1,000円

そば打ちの体験を楽しめます。使用するそば粉は摩周産の新蕎麦を石臼挽きです。

釧路そば打ち同好会

焼きたてほかほかパン作り体験

８日(日)（６階クッキングスタジオ）
①14:00～ ②14:45～ ③15:30～
４歳～中学生（小４以下は大人同伴）/各回９名/
材料費700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

ポリテクものづくり教室

７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

射的の工作キットを作って、ものづくりの楽しさや射的ゲームを体験してみませんか?ポリテクセンターの紹介展示もしています。

ポリテクセンター釧路

釧路市立美術館《３階》

ペキタ工作広場
●要材料費

７日(土)・８日(日) 10:00～12:00 13:00～15:00



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。

コレクションと文化財写真

10/31(土)～12/6(日)

●一般140円（大学生以下無料）

第35回釧路市生涯学習フェスティバル「まなトピア2026」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11/2(月)必着）
※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ご記入ください。
※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。