

まなぼっとかわら版



令和8年 9月号 (No.338)

9月・10月講座案内

市内在住者対象

『託児付き子育て応援講座』

対象：市内在住者で未就学児童（6歳まで）をお持ちの保護者が対象です。開催日の1週間前に定員に空きがあれば、市内在住の方はどなたでも受講できます。
託児：開設の時間帯で、1歳児から4歳児までお預かりします。（無料）

日常の美しさは姿勢・疲れもリセット

体幹トレーニング

日時：9月2日(水)・9日(水)

10:00～11:30

定員：20名

会場：2階 多目的ホール

講師：体幹トレーニング講師 大和田 秋秀 氏

費用：受講料270円×2回＝540円

持ち物：飲み物・筆記用具・上靴 ※動きやすい服装

申込受付 8月5日(水) 8時50分から

Webでも申込可 詳しくは当センターHPで

希望者一人一人の
悩みにアドバイス



アイヌ刺繍教室

日時：9月30日(水)

10:00～12:00

定員：10名

会場：6階 601学習室

講師：釧路アイヌ協会 会長 桃井 芳子 氏

費用：受講料270円＋材料費500円＝770円

持ち物：筆記用具 ※裁縫道具はこちらで準備します

※チェーンステッチで縫います

申込受付 8月28日(金) 8時50分から

Webでも申込可 詳しくは当センターHPで



簡単おやつづくり教室 世界のおやつを旅する

・日時：10月14日(水) 10:00～13:00

・会場：6階 クッキングスタジオ

・講師：ハートンツリーシェフ 服部 大地 氏

・定員：24名

・内容 ①アメリカ：チョコチップクッキー
②フランス：シュガークレープ
③イタリア（シチリア）：カンノーリ
④オーストリア：バナナキプフェル

・費用：受講料270＋材料費1,230＝1,500円

・持ち物：エプロン・三角巾・手拭きタオル・筆記用具

申込受付 9月16日(水) 8時50分から

Webでも申込可 詳しくは当センターHPで



市民学園講座

『ライフアップ講座』

釧路の自然や産業、施設、環境などについて手軽に学ぶ講座です。釧路の再発見の機会として、市内在住者はもちろん転入者・長期滞在者も参加できます。

定員24名（先着順）

バスで行く釧路街めぐり バス利用

日時：9月18日(金) 9:30～15:30

講師：釧路観光ガイドの会 会長 木村 浩章 氏

受講料：390円＋お弁当代1,110円＝1,500円

※お弁当は恋問館ムーンライトの特注弁当です。

持ち物：飲み物、筆記用具

申込受付：8月19日(水) 8時50分から

★見学場所★①大塚食品株式会社釧路工場 ②道の駅しらぬか恋問館（見学・昼食・自由時間あり、買い物可）③釧路公立大学 ④釧路大規模運動公園

ライフアップ講座（座学）

★受講料 780円（5講座分）

7月8日(金)～受付開始（受講生募集中！）

釧路市生涯学習センターにて、映像などを通して自然や歴史等について学習します。まなぼっと市民学園講座「釧路学教養講座」「くしろ市民大学」との共催です。
時間★10:00～11:30★

①よくわかる釧路市の情報公開と個人情報 <実施済>
生涯学習センター2F多目的ホール 8月 8日(土)

②アイヌ伝承文化「トンコリの魅力」
生涯学習センター 705・706 9月26日(土)

③釧路湿原の歩みとウェットランドセンターの活動について
生涯学習センター 705・706 10月 3日(土)

④釧路市観光大使が語る釧路の魅力
生涯学習センター 1F音楽スタジオA 11月14日(土)

⑤釧路港の歴史とこれから（仮）
生涯学習センター 705・706 12月 5日(土)

釧路市生涯学習センター

釧路市生涯学習センター



申込・問い合わせ

電話 41-8181

窓口（2階 事務室）

8:50～20:30