まさきふれあい学園

令和５年度　受講生募集

令和５年度の受講生を募集いたします。
皆様の応募をお待ちしております。

主催：松前町教育委員会、松前総合文化センター

生涯学習講座　会場　松前総合文化センター（講座 1 ～ 19 ）

1 癒しのリラックスヨガ

各火曜日 ［全15回］　10:00～10:45　定員 20人

7/4、7/11、7/18、7/25、8/1、8/22、8/29、9/5、9/12、9/19、9/26、10/3、10/10、10/17、10/31

初心者の方にも安心してご参加いただけるクラスです。深い呼吸を行いながら、ゆっくり身体を動かすことで柔軟性が増すだけでなく、ストレスや緊張もほどき心もリラックス!! 一緒に心身の健康を向上させていきましょう！

受講料 7,500円

講　師 MaiYoga Maiko（JYIA日本ヨガインストラクター協会/ヨガ講師）

2 美ボディピラティス講座

各火曜日 ［全15回］　11:00～11:45　定員 20人

7/4、7/11、7/18、7/25、8/1、8/22、8/29、9/5、9/12、9/19、9/26、10/3、10/10、10/17、10/31

呼吸に合わせながら繊細な動きで身体の深い筋肉を鍛えていきます。美しいボディラインと共に、心身ともに健康美を目指しましょう!!

受講料 7,500円

講　師 MaiYoga Maiko（JYIA日本ヨガインストラクター協会/ヨガ講師）

3 ボクシング教室

7 /12(水)、 7 /19(水)、 7 /26(水)、 8 /10(木)、 8 /16(水)
8 /23(水)、 8 /30(水)、 9 / 6 (水)、 9 /13(水)、 9 /20(水)
9 /27(水)、10/ 4 (水)、10/18(水)、10/23(月)、10/30(月)

［全15回］　19:00～20:30　定員 20人

ボクシングは全身運動です。体を動かすことによって、生活習慣予防につながります。本講座は実戦競技ではないので、老若男女問わず気軽に参加でき、ストレス解消にもなります。

受講料 4,500円

講　師 大政 邦弘（愛媛県ボクシング連盟常任理事）

4 能楽のイロハ

各土曜日 ［全12回］　10:30～11:30　定員 30人

7/8、7/22、8/12、8/26、9/9、9/30、10/14、10/21、11/11、11/25、12/9、12/23

「能楽」の中の簡単な舞（まい）と謡（うたい）を繰り返し行います。これは腹筋を使い無心に腹から声を出すことや、ひたすら集中して基本の舞を体に覚え込ませることを目的としています。心と身体のストレッチを始めてみませんか？面白くなる頃にはいつの間にか舞美人になっているかもしれませんよ！

受講料 6,000円　コピー代 500円

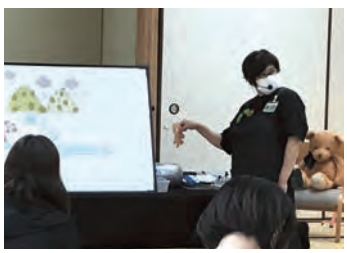
持参物 足袋（滑りにくい白ソックス）
筆記用具・あれば舞扇

講　師 徳本 泰子
（観世流能楽師範、元高校教諭）

5 読み聞かせボランティア養成講座

7月29日（土）　10:00～11:30　定員 20人

学校、幼稚園、保育園などで読み聞かせボランティア活動をしている方やこれから始める方、関心のある方を対象とした講座です。読み聞かせのコツやおすすめ絵本をご紹介いたします。



受講料 無料 ※お子様連れ不可

講　師 阪東 展（松前町ふるさとライブラリー絵本専門士）

6 お話会の小道具を作ろう!
～廃材で作る自己紹介パタパタカード～

8月26日（土）　10:00～11:30　定員 10人

段ボールを使って、変わり絵パタパタカードを作ります。ハサミ、色マジック、のり、セロテープ、筆記用具等、工作に必要な道具をご持参ください。（段ボールはご用意しています）

受講料 無料 ※お子様連れ不可

講　師 阪東 展（松前町ふるさとライブラリー絵本専門士）

7 大人のハンドベル講座

各日曜日 [全3回] 14:00～15:30 定員 7人

7/23、7/30、8/20

天使のハーモニーと言われるハンドベルの演奏を初歩から学び、3回シリーズで曲を完成させるまで体験いただきます。初心者の方から受講可能です。ハンドベルの魅力を演奏体験を通して味わってみませんか？

受講料 1,500円（教材代等を含む）

持参物 筆記用具

講　師 ブレーメンリンガーズ（日本ハンドベル連盟加盟団体）

8 ～歌って楽しく健康に～ コーラスのどトレ講座

各木曜日 [全10回] 10:00～11:00 定員 30人

7/13、7/20、8/24、8/31、9/14、9/28、10/12、10/19、11/9、11/30

懐かしの歌や童謡・唱歌を歌い、口腔トレーニングやリズム体操を行うことで脳の活性化を図ります。若々しい声はあなたを若々しく見せますよ。一緒に歌っていきましょう。

受講料 5,000円
テキスト代 1,400円（去年・一昨年参加者はテキスト代不要）

講　師 塚本　愛（コーラスリハビリ®協会認定マスター講師）

9 大人女性の「私に似合う」メイクレッスン ～働く女性、子育てママ、ミドル・シニアエイジ、どなたでもOK～

各水曜日 [全5回] 10:00～11:30 定員 20人

7/12、8/9、9/13、10/11、11/8

お手持ちのメイク道具を上手に使って、気分が上がり笑顔が増えるメイクを一緒に楽しみましょう♪お肌やメイクのお悩みを解決しながら、スキンケア・ベースメイク・眉・ポイントメイクを少しずつ練習していきます。しばらくメイクをお休みしていた方も大丈夫！今のあなたに似合うキレイを見つけて、おでかけをもっと楽しみましょう♡

受講料 5,000円

持参物 お手持ちのメイク道具、置き鏡、髪留め、筆記用具

講　師 本田 純子（メイクアップセラピスト、国家資格キャリアコンサルタント）

10 おいしいお茶のいれ方セミナー

9月10日（日） 13:30～15:00 定員 20人

急須でお茶を美味しくいれるコツを体験型セミナーで伝授します。

受講料 無料

講　師 株式会社伊藤園ティーテイスター

11 英語をしゃべろう！<入門編>

各火曜日 [全15回] 18:40～19:50 定員 15人

7/11、7/18、7/25、8/1、8/8、8/22、8/29、9/5、9/12、9/19、9/26、10/3、10/17、10/31、11/7

新しい日常、新しい旅行事情を踏まえて、基本表現を繰り返し練習して口に覚えさせましょう。目標は「かっこよく英語を話す」こと。正しい発音やイントネーションができるようになると、リスニング力アップも期待できます。

受講料 10,500円　コピー代 500円

講　師 岡田 奈知（松山大学非常勤講師、日本通訳翻訳学会会員）

12 英語をしゃべろう！<実践編>

各火曜日 [全15回] 20:00～21:10 定員 15人

7/11、7/18、7/25、8/1、8/8、8/22、8/29、9/5、9/12、9/19、9/26、10/3、10/17、10/31、11/7

「習うより慣れよ」の実践英会話サロンです。今の英会話力をワンランクアップさせるために、また、タイムリーな大人の会話を長く続けるために、短い読み物（音読で1～2分程度）のインプットもご紹介します。「英語をしゃべろう！<入門編>」に続いて、連続受講も可能です。

受講料 10,500円　コピー代 500円

講　師 岡田 奈知（松山大学非常勤講師、日本通訳翻訳学会会員）

13 韓ドラで学ぶ楽しい韓国語【昼の部】

各木曜日 [全10回] 12:30～13:30 定員 10人

7/6、7/20、8/10、8/24、9/7、9/21、10/5、10/19、11/2、11/16

実際の韓ドラのワンシーンで学ぶ楽しい韓国語！韓国の文字（ハングル）も読めるようになりますよ～

受講料 8,000円
資料代 1,000円

持参物 筆記用具
スマホ（タブレット）

講　師 趙 恩喜（チョウ ウニ）（韓国人講師）

14 韓ドラで学ぶ楽しい韓国語【夜の部】

各水曜日 [全10回] 19:30～20:30 定員 10人

7/5、7/19、8/9、8/23、9/6、9/20、10/4、10/18、11/1、11/15

実際の韓ドラのワンシーンで学ぶ楽しい韓国語！韓国の文字（ハングル）も読めるようになりますよ～

受講料 8,000円
資料代 1,000円

持参物 筆記用具
スマホ（タブレット）

講　師 趙 恩喜（チョウ ウニ）（韓国人講師）

15 まさきおいしいもの料理教室①

各土曜日 ［全4回］ 10:30～13:00 定員 24人

7/8、8/12、9/9、10/14

台所は幸せをつくる場所。だからこそ「がんばりすぎず楽しいこと」がいちばん。最初はみんな初心者マーク、料理に初挑戦の方も安心してご参加くださいね。松前町産の夏から秋の農水産物を使って、みんなで楽しく簡単で美味しい松前町産はだか麦を使ったランチメニューを作ります。（ペア参加も可能です）

受講料 6,000円
材料費 4,000円
（親子の場合、お子様は材料費のみ）

講　師 中村 和憲（食文化･料理研究家/作曲家）

16 まさきおいしいもの料理教室②

各土曜日 ［全4回］ 10:30～13:00 定員 24人

11/11、12/9、1/13、2/10

台所は幸せをつくる場所。だからこそ「がんばりすぎず楽しいこと」がいちばん。最初はみんな初心者マーク、料理に初挑戦の方も安心してご参加くださいね。松前町産の秋から冬の農水産物を使って、みんなで楽しく簡単で美味しい伊予灘の鱧を使ったランチメニューを作ります。（ペア参加も可能です）

受講料 6,000円
材料費 4,000円
（親子の場合、お子様は材料費のみ）

講　師 中村 和憲（食文化･料理研究家/作曲家）

17 親子アート教室①
素焼きの風鈴とうちわにお絵かきしよう!

7月25日(火) 13:30～15:00 定員 親子10組

親子で世界に１つの作品を作ってみませんか？制作を通して豊かな感受性を育んでいきます。

受講料 受講料 800円（1組）
材料費 700円
（きょうだい1名追加につき＋700円）

講　師 たまい えりこ
（Artspace アテナルミエール）

18 親子アート教室②
夏のTシャツづくり

8月8日(火) 13:30～15:00 定員 親子10組

布絵の具でオリジナルのＴシャツをつくろう！
Ｔシャツは良いサイズの物をお持ちください。
大人１枚、こども１枚作れます。

受講料 受講料 800円（1組）
材料費 700円
（きょうだい1名追加につき＋700円）

持参物 Tシャツ

講　師 たまい えりこ
（Artspace アテナルミエール）

19 松前え～とこ60選かるためぐりツアー

11月4日(土) 8:30～12:00 定員 23人

場　所 松前町内（北伊予方面）

内　容 福徳泉公園、二名神社、高忍日賣神社、鏝絵ギャラリー見学、ひょこたん池公園、有明泉公園

受講料 1,000円（大人･子ども同額、交通保険、鏝絵体験、ドリンク代）

講　師 松前町文化協会･観光ボランティア「はんぎり」･松前史談会

町民企画講座 （講座 20 ～ 24 ）

20 わくわく夢工房

エコ生活を考えてみませんか！

実施グループ ドリカム岡田

全5回 10:00～12:00

7/10(月)、8/14(月)、9/11(月)、11/13(月)、12/11(月)

内　容 家にある古着、布を使って今年は、吊るし雛を作りましょう。
来年３月のひな祭りに吊るしませんか？

場　所 北公民館

受講料 1,000円（全5回、材料費含む）

定　員 20人

講　師 技能習得者

連絡先 宮内 節子（985-0270）

21 環境にやさしいリサイクル講座

エコロジーな生活を始めませんか！

受講料 各300円

実施グループ まさきエコクラブ［全5回］

講　師 技能習得者

① 和･洋服リサイクル講座	福祉センター和室	7/18(火) 9:00～12:00	定員 10人
② 松山南クリーンセンター･松山リサイクル館見学（小学校高学年対象）	福祉センター集合	8/10(木) 8:30～12:30	定員 20人
③ 生ゴミの有機推肥工場見学	福祉センター集合	9/12(火) 8:30～12:30	定員 20人
④ 和･洋服リサイクル講座（ルームワンピースづくり）	福祉センター和室	10/17(火) 9:00～12:00	定員 10人
⑤ 和･洋服リサイクル講座（簡単なさき織り）	福祉センター和室	11/16(木) 9:00～12:00	定員 6人

※各回ごとにお申込みください。 連絡先 香出 克巳（090-5145-9092）

22 地域のHOTステーション子育て講座

子育ての喜びや楽しさ、大切さを学びましょう。　実施グループ 子育ち親育ちの会［全5回］　定員 各20人

① 特産物のはだか麦のクッキー作りと麦わらの可愛い花入れ作りにチャレンジしよう。	7/30(日) 13:30～15:30	場所 松前総合文化センター 料理実習室・和室	受講料 無料
② 親子でハンドベルに親しみ、天使のハーモニーを奏でよう。	8/27(日) 13:30～15:30	場所 松前総合文化センター リハーサル室	受講料 300円
③ 親子で木のおもちゃで遊んだり、製作したりし、木のぬくもりを感じよう。	9/24(日) 13:30～15:30	場所 松前総合文化センター ふれあい展示室	受講料 300円
④ 地域の食材を使って、丸ごといただくクッキングに挑戦しよう。	11/26(日) 9:30～13:00	場所 松前総合文化センター 料理実習室・和室	受講料 300円
⑤ 廃材をリサイクルしたり、自然の物を使ったりしてオリジナルクリスマス飾りを作ろう。	12/10(日) 13:30～15:30	場所 松前総合文化センター ふるさと学習室	受講料 300円

※各回ごとにお申込みください。　連絡先 伊藤 すみれ（985-0138）

23 ふるさと歴史散歩

町内外の自然や歴史を和気あいあいと学びます。

実施グループ 松前史談会［全3回］　定員 各20人

① 松前駅・地蔵町駅・北伊予駅1・北伊予駅2ええとこめぐり（徒歩）
7・9・11・12月（第2土曜日）8:30～12:00
受講料 無料　※集合8：30松前総合文化センターもしくは8：40各駅

② 南予散策① 内子・大洲・長浜地区（バス）
9/7(木) 8:00～17:00　※集合8：00松前総合文化センター前
受講料 3,000円（バス代）別途昼食代集金します。

③ 南予散策② 吉田・宇和地区（バス）
11/3(金) 8:00～17:00　※集合8：00松前総合文化センター前
受講料 3,000円（バス代）別途昼食代集金します。

※各回ごとにお申込みください。　連絡先 山本　明（985-1485）

24 ふるさと歴史ロマン講座

郷土の歴史を学び、郷土への愛着と誇りを高める。

実施グループ 松前の歴史文化の会［全3回］

① 「伊予鉄道 ー鉄道遺産の魅力ー」
7/15(土) 13:30～15:00　場所 西公民館

② 「楽しい街松前」
8/19(土) 13:30～15:00　場所 松前総合文化センター ふるさと学習室

③ 北伊予駅舎について
9/16(土) 13:30～15:00　場所 東公民館

受講料 無料　定員 50人

※3つまとめて申し込みください。（各回で申込不可）　連絡先 麻生 英毅（090-4472-8136）

■申込方法

受講を希望される方は、**6月19日(月)17:00まで**に、つぎの方法でお申し込みください。

- **下記申込書**または、文化センター、東公民館、西公民館、北公民館に備え付けの**所定申込書でのお申し込み**
  ※申込先：文化センターまたは東公民館、西公民館、北公民館
- **電話でのお申し込み**（985-1313 松前総合文化センター）
- **インターネットでのお申し込み** 松前町教育委員会社会教育課 検索
- **アンケートのお願い**
  町民の皆様が、講座で学びたいことをアンケート形式で募集します。右QRコードよりご応募をお願いいたします。

■お問合せ先

生涯学習講座（講座1～19）は、松前総合文化センター（985-1313）まで
町民企画講座（講座20～24）は、各講座連絡先までお問い合わせください。

■注意事項

- 定員に満たない講座は、中止する場合があります。
- 定員を超えた講座については、抽選にて受講者を決定します。
  ・抽選は、主催者のもと実施いたします。
- 受講決定者には、受講決定のお知らせをします。また、抽選の結果受講できない方にもその旨をお知らせします。
- 受講申込に記載された個人情報は、適切に管理し、「まさきふれあい学園」以外には使用いたしません。
- 受講料は、講座初回時に集金させていただきます。ただし、自己都合により受講を中止された場合は返金いたしません。
- 申し込み後のキャンセルはできません。
  複数の講座をお申込みの方はお気を付けください。

令和５年度　まさきふれあい学園　受講申込書

ふりがな		性別	年齢
氏名		男・女	歳代
住所	（〒791 ー　　） 松前町大字		
連絡先	TEL（　　）　ー 緊急連絡先（携帯）TEL（　　）　ー		
松前町外在住者の場合の在勤先 事業所名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ TEL（　　）　ー			

受講を希望する講座の番号を○で囲んでください

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19		
20	①～⑤					
21	①	②	③	④	⑤	
22	①	②	③	④	⑤	
23	①	②	③	24	①～③	

※ 申し込み後のキャンセルは不可です。（切り取らなくてかまいません。）