

## まなびい県西(全10講座)



初心者でも安心して参加できます！

募集締切:3月19日(木)通知期限:3月26日(木)

## M1 自分時間をフラワー アレンジで楽しみましょう

忙しい日常をフラワー アレンジで自分だけの時間を過ごしませんか?毎回違ったアレンジを作ります。お部屋に飾って自分の作品に癒やされましょう♪



日 程:水曜日 4/8・4/22・5/13

時 間:13:30-15:30

受講料:1,500円 材料費:5,000円(3回分)

定 員:12名 講 師:鈴木 陽子(プリザーブドフラワー講師)

## M3 杖道体験教室

杖道は128cmの丸棒を使う古武道で、打ち・突き・払いの動きを取り入れた形武道です。誰でも稽古でき、健康の保持・増進に役立ちます。段位取得も目指せます。



日 程:土曜日 4/11・4/25・5/9・5/23・6/6

時 間:10:00-12:00

受講料:2,500円 材料費:500円

定 員:20名 講 師:篠崎 淳(杖道練士七段)

## M5 花に触れる&lt;生け花&gt;

自然の恵みを感じながら、自由に花を楽しむ講座です。年齢や経験に関係なく、皆様と共に生花の魅力を探求し、癒しの時間を共有しましょう。



日 程:木曜日 4/16・5/7・5/21・6/4・6/18

時 間:10:00-12:00

受講料:2,500円 材料費:5,000円(5回分)

定 員:10名 講 師:忍田 桜雅(勅使河原和風会講師)

## M7 0からはじめる、楽しい絵の教室

『絵を描く』ことをゼロから体験し、新たな自分と出会う講座です。水彩画を使って好きなモチーフを描き、楽しむ時間を作ります。



日 程:土曜日 4/18・5/2・5/16・6/6・6/20

時 間:9:30-11:30

受講料:2,500円 材料費:500円(5回分)

定 員:12名 講 師:佐藤 健太郎(水彩画・油絵講師)

## M9 ガラスアート体験教室

ガラスアートは、図案を基にガラスやアクリルにカラーフィルムとリード線を使って、ステンドグラスのような作品を楽しむクラフトです。初心者でも簡単に楽しく作れます。一緒に楽しみましょう!



日 程:金曜日 4/24・5/8・5/22・6/12・6/26

時 間:13:30-15:30

受講料:2,500円 材料費:5,000円(5回分)

定 員:12名 講 師:小貫 あい子(ステンドグラスアート講師)

## M2 自力整体体験教室

『自力整体』とは、施術者(整体師など)の手を借りずに、自分の力で、身体の凝りや痛み・歪みを整える整体経絡療法です。身体が変わる自力整体で、人生を軽やかに、笑顔あふれる毎日を送りましょう!!



日 程:木曜日 4/9・4/23・5/14・5/28・6/11

時 間:13:30-15:30

受講料:2,500円

定 員:20名 講 師:田上 淳子(自力整体ナビゲーター)

## M4 ワイヤークラフトで作る大人かわいいインテリア雑貨

ワイヤークラフトはワイヤーとラジオペンチで作品を作ります。ワイヤーで描く「魔法の線」がお部屋を彩ります。手作りに夢中になる大人かわいい作品を作りましょう。



日 程:日曜日 4/12・4/19・5/10・5/24・6/14

時 間:10:00-12:00

受講料:2,500円 材料費:5,000円(5回分)

定 員:15名 講 師:保坂 由美子(ワイヤークラフト講師)

## M6 はじめてのトルコランプ製作教室

トルコから直輸入のガラスとビーズを使い①ミニランタン②ソーラーガーデンライト③④トルコランプSサイズの3作品を作ります。『センスがないから』と不安な方も、元教員の講師が丁寧にわかり易くご指導します。



日 程:金曜日 4/17・5/1・5/15・5/29

時 間:10:00-12:00

受講料:2,000円 材料費:10,000円(4回分)

定 員:8名 講 師:高森 淳子(トルコランプエコ認定講師)

## M8 アップサイクル縫わないポーチ作り

お気に入りのデザインをもう一度主役に!おうちに眠る紙袋などで【縫わないポーチ】を作りましょう。3種類のポーチが学べます。アップサイクルを通じて環境にやさしい取り組みを体験をしてみませんか?



日 程:水曜日 4/22・5/13・5/27

時 間:10:00-12:00

受講料:1,500円 定 員:10名

講 師:照内 文枝(アップサイクルプランナー認定講師)

## M9 グラスアート体験教室

グラスアートは、図案を基にガラスやアクリルにカラーフィルムとリード線を使って、ステンドグラスのような作品を楽しむクラフトです。初心者でも簡単に楽しく作れます。一緒に楽しみましょう!



日 程:金曜日 4/24・5/8・5/22・6/12・6/26

時 間:13:30-15:30

受講料:2,500円 材料費:5,000円(5回分)

定 員:12名 講 師:小貫 あい子(ステンドグラスアート講師)

## M10 虹魂数秘術に学ぶ生活を楽しむ自己分析

虹魂数秘術は、空海数秘術やカバラ数秘術、色彩心理学を融合した新しいアプローチです。数魂・言魂・色魂を読み解き、脳トレ感覚で楽しむコミュニケーションツールとして、新たな刺激を生活に取り入れましょう。



日 程:金曜日 5/8・5/22・6/12・6/26・7/10

時 間:10:00-12:00 受講料:2,500円

定 員:20名 講 師:小澤 虹秘(虹魂数秘術・空海数秘術講師)

## 県西カルチャー講座(全6講座) →裏面に続きます

募集締切・通知期限は講座ごとにご確認ください。

## K1 つむぎの袱紗作り

## &lt;大人体験教室&gt;

リユースのつむぎ生地を使った、手縫いの袱紗づくり。金封はもちろん、マスクやお薬手帳なども入ります。



お裁縫初心者の方にも、久しぶりに針を持つ方にも楽しんでいただけます。

日 時:3/19(木) 10:00~12:00

受講料:3,500円(材料費込み)

定 員:10名

講 師:関 佳代子(結城紬伝統工芸士)

募集締切:3月6日(金) 通知期限:3月8日(日)

## K3 大人のための 春先の基本メイク講座

## &lt;大人体験教室&gt;

メイク初心者や久しぶりにメイクを見直したい方向けに、春先の季節に合わせたベース・眉・ポイントメイクの基本をすっぴんから実践を交えて学びます。毎日のメイクに取り入れやすい考え方や手順を中心にお伝えします。※講座内でメイクをしますので、ノーメイクでご参加いただけます。



日 時:3/21(土) 9:30~11:00

受講料:2,000円 定 員:16名

講 師:大塚 さおり

(メイクアップアーティスト)

募集締切:3月6日(金) 通知期限:3月8日(日)

## K2 篆刻体験

## &lt;大人体験教室&gt;

篆刻は書道芸術のひとつです。「篆書(てんしょ)」という漢字の古い書体の文字を石などに刻み、朱色の印泥(いんでい)をつけて紙に押して鑑賞する芸術です。篆刻の「刻す」「押す」「観る」「使う」という4つの楽しみを体験してみましょう。今回は初心者向けに1文字の篆刻体験を行います。



日 時:3/20(金) 10:00~12:00

受講料:3,300円(材料費込み) 定 員:15名

場 所:篆刻美術館 美術学習室(古河市中央町1丁4番19号1F ※美術館とは別棟)

講 師:篆刻指導員

募集締切:3月6日(金) 通知期限:3月8日(日)

## K4 太極拳体験

## &lt;生涯健康サポート講座&gt;

呼吸を調え、心を調え、そして動き体を調える健康太極拳。もとは武術ですが、ゆっくりやわらかく動いてひとつひとつの動作に集中することで、内側の“氣”を養います。体力に自信のない方でもできる運動です。楽しんで心身の充実感を味わってみてください。※継続学習も可能です!



日 時:4/1(水) 10:00~12:00

受講料:1,000円 定 員:20名

講 師:武井 里美

(楊名時八段錦・太極拳師範)

募集締切:3月13日(金) 通知期限:3月20日(金)

## 県西カルチャー講座(全6講座)

### K5 文学作品をとおして現代の課題を考える

～シュピリ「アルプスの少女ハイジ」、カフカ「変身」を中心とした文学作品(小説)を読むことは、物語を楽しむだけではなく、現代の問題について深く考える機会にもなります。今回は、シュピリ「アルプスの少女ハイジ」、カフカ「変身」、バーネット「秘密の花園」等を取りあげ、家族、人のつながりや支えあいについて考えてみたいと思います。みなさまの読書、文学への案内・手引きとなる講座です。気軽にご参加ください。

日 時:4/4(土) 10:00~12:00

受講料:2,000円 定 員:30名

講 師:西野 由希子(茨城大学人文社会科学研究科教授) 募集締切:3月13日(金) 通知期限:3月20日(金)

〈特別講座〉



### K6 日本茶・さしま茶を楽しもう!

毎日のお茶がもっとおいしくなるコツを分かりやすくお伝えします。1839年創業の茶農家・吉田茶園スタッフによる緑茶の淹れ方講座と和紅茶の飲み比べ体験。今話題の和紅茶もご紹介します!

日 時:4/4(土) 13:30~15:30

受講料:2,250円(材料費込み) 定 員:20名

講 師:吉田茶園スタッフ

・吉田 貴子(日本茶インストラクター)

・藤田 さとり(ティーアドバイザー) 募集締切:3月13日(金) 通知期限:3月20日(金)

〈大人体験教室〉



青春の輝きを見逃すな!

## 中高部活動応援合同発表会

部活動に励む生徒の発表会です。

高校生のダンスと中学生の演奏をお楽しみください!



皆さんのご支援が、部活動を支えます!

このコンサートの入場料は、出演した部活動の活動資金として活用されます。皆さんご来場が、部活動の未来を支える力になります。ぜひお越しください!



日 時:2月23日(月) 13:30~15:30

会 場:県西生涯学習センター 多目的ホール

定 員:200名

入場料:500円/1人(自由席) 1,000円/1人(指定席)

募集締切:2月13日(金) 通知期限:2月15日(日)

## けんせい春フェス 2026

子どもたちが楽しめる「こどもフリマ」、魅力的な「ステージ発表」、美味しい「キッチンカー」、そして楽しい「体験ブース」等、盛りだくさん! 家族みんなでお越しください♪

入場無料

3/15 日

時 間 9:30~15:30 雨天決行

場 所 茨城県県西生涯学習センター



マッスルコンテスト

初開催! <8名出場>

時間: 11:00~12:00

会場: 多目的ホール

### ●ステージ発表 <9団体出演予定>

筑西市立下館西中学校吹奏楽部さん  
下館第一高等学校 ダンス部S1Dさん など



### ●販売コーナー <15団体>

飲食、雑貨、野菜、さしま茶 など



### ●キッチンカー <13団体>

小山のきそば号さん(小山駅伝説の立ち食いそば)など

### ●親子フリーマーケット<21家族>

おもちゃ、古着、文具 など

### ●体験コーナー <26団体>

キーホルダー作り、ガラスアート体験、木工体験、手相占い など

詳しくはホームページをご覧ください。

## 食品の寄付にご協力ください。

### ご家庭に眠っている食品大募集!

場所 県西生涯学習センター 2階 管理事務所

受付 常時・毎日受け付けています。

※1個から受付可能です。常温保存品、未開封で、賞味期限が2ヶ月以上残っている食品のご提供をお願いします。



3/15けんせい春フェスでは、  
1階図書コーナーにて受付します。

## みんなで歌おう歌声喫茶

※事前申込み不要です。

ピアノ伴奏で昭和歌謡や童謡をみんなで歌いましょう! 大きな声で元気よく楽しみながら、新しい友達と素敵な時間を過ごしませんか?

日 時 毎月1回原則金曜日 13:30~15:30

参加費 500円 定 員 150名

次回 開催日 2/13(金) 3/14(土)※変更になる場合があります。



お申込み・お問合せ 募集期間: 2月1日(日)~各講座ごとの締切日まで

ホームページから申込む場合(締切日17:00まで)

当センターのホームページにアクセスし申込んでください。  
また、必ず以下のメールアドレスを予め受信設定してください。  
・gakusyu@edu.pref.ibaraki.jp  
・event\_shitei@kensei.gakusyu.ibk.ed.jp

往復はがきで申込む場合(締切日必着)

往信裏面→①氏名(ふりがな) ②性別 ③年代 ④郵便番号・住所  
⑤電話番号 ⑥希望講座名  
往信表面→県西生涯学習センターの宛先(下記お問い合わせを参照)  
返信表面→参加者の郵便番号・住所・氏名

来所で申込む場合(締切日21:00まで)

通常はがきを1枚持参し、当センター2階事務室にお越しください。

※応募者多数の場合は抽選を行います。抽選結果については各講座ごとの通知期限までに、申込み方法に応じて返信いたします。  
当落にかかわらず、結果は申込者全員にお送りしますので、以下の場合には必ず【0296-24-1151】までお問い合わせいただき、ご確認をお願いいたします。

①申込み後、受付完了メールが届かない場合 ②通知期限を過ぎても抽選結果が届かない場合

※お申込みの際の連絡先の誤入力や、メール受信設定などによって生じる連絡の遅延などに関して、当センターは一切の責任を負いかねます。

申込時の  
注意事項



ホームページ