

パソコン講座 はじめてのパソコン

初めてパソコンを使う人を対象に、マウス操作・簡単な文字入力と編集、インターネット検索・Eメールを説明します。

① 5月24日 ④ 6月14日
② 5月31日 ⑤ 6月21日
③ 6月7日 ⑥ 6月28日



毎週土曜
午前9時30分
～午後0時

■対象 18歳以上のパソコン初心者
■参加費 4,000円（6回分）
■定員 12人
■講師 公民館職員

パソコン講座 エクセル基礎

マイクロソフトエクセルを使って、家計簿と、自治会やクラブ向けの収支報告書をつくります。

① 5月17日 ⑥ 6月21日
② 5月24日 ⑦ 6月28日
③ 5月31日 ⑧ 7月5日
④ 6月7日 ⑨ 7月12日
⑤ 6月14日

毎週土曜 / 午後1時30分～4時

■対象 18歳以上のパソコン初心者
■参加費 6,000円（9回分）
■定員 12人
■講師 公民館職員

簿記講座

ビジネスに役立つ簿記入門、日商簿記（日本商工会議所簿記検定）3級のテキストで講習します。

① 5月9日 ⑥ 6月13日
② 5月16日 ⑦ 6月20日
③ 5月23日 ⑧ 6月27日
④ 5月30日 ⑨ 7月4日
⑤ 6月6日

毎週金曜 / 午後6時～8時30分

■対象 中学生以上
■参加費 5,000円（9回分）
※テキスト・問題集代含む
■定員 10人
■講師 公民館職員

公民館だより

2025年 春夏号

お申込み方法

【直接申込み】 下記窓口にある「公民館講座申込」に記入

・公民館 (月～日曜日 午前9時～午後9時)
・社会教育センター (月～日曜日 午前9時～午後9時)
・市役所3階「生涯学習グループ」 (月～金曜日 午前9時～午後5時30分)
・ニュータウン連絡所 (月～金曜日 午前9時～午後5時30分 / 第1・第3土曜日の午前中)

【電子メール申込み】 申込フォームに必要事項を記入して送信
<https://www.osakasayama-kouminkan.jp/>

【郵便・FAX申込み】 ハガキかFAXに下記事項を記入
FAX:072-366-0081

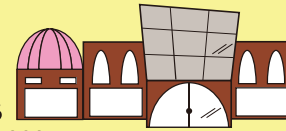


589 0021

大阪狭山市今熊 1-106
大阪狭山市立公民館 宛

◎ 希望講座タイトル名
◎ 郵便番号
◎ 住所
◎ 勤務先 (市外居住の方のみ)
◎ 氏名 (フリガナ)
◎ 年齢 (学校名と学年)
◎ 保護者名 (未成年者対象講座のみ)
◎ 電話番号
◎ FAX番号

発行日：令和7年4月1日
編集・発行：大阪狭山市立公民館
指定管理者：アクティオ株式会社
〒589-0021 大阪狭山市今熊 1-106
TEL.072-366-0070 FAX.072-366-0081



講座申込期間：4月1日（火）～15日（火）

『子ども夏祭りを一緒に盛り上げてくれる団体・サークル大募集』は4月29日(木)、『檻の中のライオン講演会』は5月15日(木)、『青少年セミナー表現倶楽部うどい』は5月23日(金)、『生と性のお話とヒトとの境界線』は6月16日(月)が締切です。

★応募者多数の場合

4月17日（木）午前10時～ 公開抽選を行います。
※市内在住・通勤・通学の方を優先します。

ご注意ください

・電話でのお申込みはできません。
・FAX番号はお間違えないようにお願いします。
・当選・落選は、ハガキでお知らせします。但し電子メールでのお申込みは原則メールでお知らせします。
・FAX内容が読み取れない場合に備えて、FAX番号非通知設定を解除して送信してください

★各講座の詳細は公民館ホームページ、各チラシをご覧ください。
★各講座の日程や内容は都合により変更する場合があります。
★講座の開催会場は、公民館です。
(他会場や屋外の場合もあります)
※小学生以下のお子様は保護者の送迎をお願いします。
※お預かりした個人情報は公民館講座の運営以外には使用しません。



青少年セミナー

表現倶楽部 うどい

第21期生
募集!



- 期間：2025年6月～2026年3月 基本毎週2回
・土曜 / 午後5時30分～8時30分 ・月曜 / 午後6時30分～8時30分
- 内容：努力し、工夫し、頑張ることの大切さが実感できる場、学校や家庭以外の地域の中での居場所づくりを目指しています。
舞台表現ワークショップ ★ダンス ★役者 ★バンド
- 対象：中学生、高校生等の平成19年4月2日以降に生まれた人
- 定員：40人 ● 参加費：3,000円 / 月

《募集説明会&SPECIAL mini LIVE》
5月17日（土）午後7時～8時
申込み不要、直接会場へ
中学生は保護者同伴

コーディネート：大阪狭山キジムナーの会
締切：5月23日(金)

今後の講座予定

詳しくは毎月1回発行される「広報おおさかさやま」をご覧ください。
(諸事情により変更になる場合があります)

アプリ作成入門

《日程》 7月18日～8月1日 毎週金曜（全3回）〈広報7月号掲載予定〉

使ってみようLinux!

《日程》 8月22日～9月26日 毎週金曜（全6回）〈広報8月号掲載予定〉

まなびーば SAYAMA 夏休みの実験教室

《日程》 8月8日(金) 《対象》 中学生 〈広報7月号掲載予定〉



夏休み学習会 2025

夏休みの期間中、園児・小学生・中学生やその親を対象にした講座・まちゼミを計画しています。

《日程》 7月、8月
〈広報7月号掲載予定〉

放課後☆公民館

当日の空き部屋を
自習室として無料で
開放しています



《時間》 午後1時～8時45分
《対象》 中学生～概ね30歳の人
・利用できない日や時間があります。
・仕事や趣味、団体での使用はできません。

よりどころ in こうみんかん

公民館が、子どもから大人まで誰もが気軽に立ち寄れる場所でありたいという思いから、ふれあいフロアの一角を使って、気軽に立ち寄れる「場」をつくっています。

・ボードゲームを常設
・ミニ駄菓子屋さん併設の「わくわくデー」
や厨房を活用した「子ども食堂」（不定期）

ハートフルセミナー「考える草になろう」① 檻の中のライオン講演会 in 大阪狭山



『楽しくわかりやすい！憲法を知ると社会の仕組みがわかる憲法エンターテインメント！』憲法書として異例のベストセラーの著者である弁護士が教えてくれる「知らなくて損してる？」生活と憲法のお話！

とき：
6月1日(日)
午後1時30分～4時

講師：
椋 大樹（はんどうたいき）さん
ひろしま市民法律事務所所長・弁護士

- 対象：どなたでも
※但し、小学生以下は、保護者と一緒に参加してください
- 定員：50人
- 参加費：18歳以上の人 500円・中高生 200円
(オリライフファイル代含む)
※小学生以下は無料、但しオリライフファイルは無し

締切：5月15日(木)

成人大学講座 ウェルビーイング (well-being) に 根差した日々の健康管理

「ウェルビーイング (Well-being)」とは、身体的・精神的・社会的に良好な状態にある事を意味する概念です。これに基づいた日々の健康管理を行うことで、心身の健康を総合的に捉え、バランスの取れた生活を目指すことができます。



- ① 5月17日
生活習慣病から NCDs へー最近の傾向ー
講師：細川 雅也さん（帝塚山学院大学食環境学部教授）
- ② 5月24日
生活習慣病から NCDs へー糖尿病 脂質異常症 高血圧と栄養ー
講師：南野 幸生さん（帝塚山学院大学食環境学部教授）
- ③ 5月31日
食のおいさとウェルビーイング
講師：渡邊 晃弘さん（帝塚山学院大学食環境学部教授）
- ④ 6月7日
ウェルビーイングを向上する機能性食材
講師：鈴木 利雄さん（帝塚山学院大学食環境学部教授）
- ⑤ 6月14日
ウェルビーイングのための食事と調理
講師：福田 ひとみさん（帝塚山学院大学名誉教授）

- 時間：いずれも土曜日 午後2時～4時
- 対象：18歳以上の人 ● 参加費：1,000円（5回分）
- 定員：50人

コーディネーター：帝塚山学院大学社会連携機構

美味しいおやつとおしゃべりの時間 子育てママ・パパのおしゃべり Café

大阪狭山市立公民館
市教育委員会生涯学習グループ協働事業

①5月16日(金) ⑥10月16日(木)
②6月16日(月) ⑦11月17日(月)
③7月17日(木) ⑧12月16日(火)
④8月22日(金) ⑨1月16日(金)
⑤9月16日(火) ⑩2月16日(月)

※いずれも午前10時30分～午後0時

＜タイムスケジュール＞

午前10時30分～ かんたんな自己紹介
デマトーク

午前11時30分～ おやつを食べながら
フリートーク

- 対象： 子育て中の保護者
- 参加費：各回 200 円（大人のおやつ代）
- 定員： 8 人

協力：大阪狭山市親学習リーダー
※ 締切は各実施日の 10 日前

親まなび講座 まずは、親が学ぼう 生と性のお話とヒトとの境界線

子ども達自身にも学びが必要ですが、出会える機会は少ないように思います。
保護者が学ぶことで、子どもの為に、いつでも必要な時にいかすことができるのではと思い企画しました。
お子さんの年齢に関係なく、ご参加ください。

とき：
7月3日(木)
午後6時30分～8時30分

講師：
NPO 法人えんばわめんと堺 E/S

締切：6月16日(月)

- 対象： 子育て中の保護者（子どもの年齢は問いません）
子どもに関わる活動をされている方
- 参加費：200 円
- 定員： 24 人
※お子様と一緒に参加頂いても構いません

初心者陶芸体験講座 「タタラを利用した器づくり」

- ①6月21日(土) 作陶
 - ②6月22日(日) 作陶仕上げ
 - ③8月2日(土) 釉薬かけ・本焼き窯入れ
 - ④8月9日(土) 窯出し・鑑賞会
- ※いずれも午前10時～午後0時



- 参加費：2,500 円（4 回分）
- 定員： 10 人
- 講師： 陶友会

ふれあいライブ 2025 年開催予定

音でつながるココロとココロをテーマにみんなで作る『ふれあいライブ』です。
ふらっと立ち寄って聴いてください。

- ♪ 7月21日(月)祝 海の日ライブ
- ♪ 9月7日(日) お月見ライブ
- ♪ 12月27日(土) 年末ライブ

- 時間： 午後0時～
- 観覧無料
- 場所： ふれあいフロア

協力：ふれあいライブ応援隊

プラネタリウム

- 通常投影
毎週日曜日の午後2時/3時に実施しています <入場無料>
- リクエスト・プラネタリウム
電話、窓口での申込
(約10人以上、要日時等相談)

プラネタリウム・アラモード

通常投影とは異なり、プラネタリウム内で音楽や朗読などを楽しめます。

- とき：5月24日(土) 朗読とアイリッシュハーブ
<入場無料> 《広報 5月号掲載予定》

天体観望会

年2回、夏と冬に開催。
プラネタリウムでの星空解説と屋外での天体観測を行います。

- とき：8月23日(土) 《広報 7月号掲載予定》

街のすぐれもの紹介デー すぐれものさんの技を学ぼう

公民館に登録されている「街のすぐれもの」さんにご協力
いただいて、様々な講座を開催する一日です。

とき：4月29日(火)祝 午前10時～午後3時

- 午前
- 花と遊ぼう
 - 音楽でフレイル予防
 - 木の葉のプリントボード
 - はじめての生け花
 - スマホ写真基本講座
 - はじめての絵手紙
 - 親子・仲間で、本格手打ちそば体験
 - 水引ワークショップ
 - 幼児ダンス入門
 - キッズダンス入門
 - 目からウロコのウクレレ入門！特典教材付き
 - 究極の健康法インド武術

- 午後
- アコーディオンで歌おう！昭和・平成の歌
 - 琴体験講座
 - 世界で一つだけの絵本づくり
 - やさしいフラダンス
 - 音読で心フワフワ 脳も身体も元気イキイキ☆
 - パーソナルカラー診断
 - 楽しい絵遊び（絵手紙）
 - 健康気功太極拳
 - 津軽三味線ライブ

終日 ハーモニカ紹介・時間内随時受付

- 内容の詳細は公民館窓口またはチラシ、公民館 HP でご確認ください。

こども夏祭りを 一緒に盛り上げてくれる 団体・サークル大募集

- ・遊びのコーナー
- ・体験コーナー
- ・物販、たべもの屋さん など

※ライブは要相談

＜実施予定内容＞

とき：7月19日(土)

午前10時～午後2時

準備：7月18日(金)
午後5時30分以降

- 対象：・大人グループ、団体
・中、高校生グループ、団体
※中高生を優先します

締切：4月29日(火)祝

同時開催

こどもだけの
キッズフリーマーケット

午前10時～午後0時

※6月広報にて出店者募集予定

自分の責任で自由に遊ぼう♪ さやまプレーパーク＆ プレパ in こうみんかん

年間で3回、市内の公園にて工作したり自然遊びをしているさやまプレーパーク。
今年度は、この活動に加えて、公民館内外を活用したプレパの日を設けます。
自然遊びはしにくいけれど、段ボールや端材を使って工作したり、お絵描きしたり、そこにある道具で遊びましょう。

申込不要

※プレパボランティアも募集



- 対象：どなたでも

さやまプレーパーク

5月25日(日) 副池オアシス公園

午前10時～午後3時

※以降9月、12月を予定（場所未定）

プレパ in こうみんかん

①6月29日(日)

②8月31日(日)

③11月30日(日)

午前10時～午後0時 / 午後1時～3時

場所：市立公民館 内外（天候に合わせて）

- 参加費：無料