

# 令和8年度 打田地区公民館「いきいき交流教室」 開催要項(年間計画)

テーマ：人生100年、つれもていこら！ ～人生をより豊かに、より楽しく～

紀の川市打田地区公民館では、ご高齢の皆様が、年齢にとらわれることなく、新たな知識・技能を学ぶとともに、異なる地域の方々との交流などを通じ、人生をより豊かなものにしていただくことを目的として、「いきいき交流教室」を開催しています。内容といたしましては、これまで同様に館外研修(バスによる社会見学)をはじめ、桃山・貴志川地区公民館とも連携して、相互に受講し合える「巡回講座」など、全11回の講座として内容の充実を図っていますのでご期待ください。本事業の趣旨に照らしますと、原則、可能な限りすべての内容を受講いただくことが基本となりますが、年間を通して計画的に、楽しく有意義に受講いただければ幸いです。(全11回中、8回以上参加の方に「精励賞」を交付いたします。欠席される場合は、お電話でお知らせください。)

なお、館外研修等、あらかじめ参加人数を把握する必要がある場合には、改めて文書でご案内させていただきます。

- ◆申し込み 令和8年4月10日(金)～4月28日(火)【開館時間内に来館又はお電話(0736-77-3140)で】
- ◆受講対象 市内在住・在勤のおおむね60歳以上の人
- ◆定員 50人程度(新規の方を優先します) ※定員を超えた場合は新規の方を除いて抽選となります。
- ◆開催日時 下記日程表のとおり(原則として各回水曜日。開催日及び内容が変更する場合があります。)
- ◆受講料 無料(一部、別途実費徴収あり。)

日 時		講 座 内 容
第1回	5月20日(水)	13:30～(学習室1～3) 開講式・オリエンテーション
		13:45～15:30(学習室1～3) 「“人生をより楽しく“わくわく”体験教室」① 「“寄せ植え”体験」～春のお花でミニ寄せ植えを作ります！～ ※お花に関するお話もあります。 講師 福田 正人 氏 【改めて募集します/材料費1,000円】
第2回	6月17日(水)	13:30～15:00(学習室1～3) 「“人生をより楽しく“わくわく”体験教室」② 「思い出の一コマを語り合おう！」～スクラップブックをとおして～ 講師 橋本市家庭教育支援チームハスティア)のみなさん 【材料費500円】
第2回	7月4日(土)	13:30～15:00(学習室1～3) 「“人生をより楽しく“わくわく”体験教室」③ 「打田公民館寄席」～笑って楽しいひと時を過ごしませんか？～ 社会人落語団体 午後の小噺 【巡回講座:桃山地区「桃源大学」、貴志川地区「ことぶき教室」に公開】
第4回	8月26日(水)	13:30～15:00(桃山会館) 「“人生を豊かにする”おはなし講座」①【巡回講座:桃山地区公民館事業に参加します】 「紀州百景～夏目漱石が来た頃の和歌山の風景～」 講師 溝端佳則 氏(古書髭 紀国堂) 【先方の会場までのご自身でお越しください。送迎はありません。】 【先方の会場準備の関係上、事前に参加希望の確認を行います。】
第5回	9月13日(日)	13:30～15:00(学習室1～3) 「“人生を豊かにする”おはなし講座」② 「あの手この手でだまされないで」～こんな手口に注意！寸劇で楽しく学ぼう～ 消費者ネットワークわかやま公開学習会IN紀の川市 【巡回講座:桃山地区「桃源大学」、貴志川地区「ことぶき教室」に公開】
第6回	10月3日(土)	13:30～15:00(学習室1～3) 「“人生を豊かにする”おはなし講座」③ こころと視野を広げよう「じんけん学習講座」(市生涯学習課事業) 有限会社 オフィスサポートシステム 中谷 恭子 氏
第7回	10月25日(日) (予定)	9:00出発/ 15:15 帰着 (予定) 「公民館めぐり」 ～貝塚市 山手地区公民館「ヤマチクまつり」を見学！～ 【市マイクロバスによる送迎あり】【改めてご案内します】
第8回	11月18日(水)	7:30出発/ 18:00 帰着(予定) 秋季館外研修(滋賀県 ローザンベリー多和田で こだわりの庭園鑑賞&ものづくり体験を予定) 【改めてご案内します/定員50名】
第9回	12月2日(水)	13:30～15:00(学習室1～3) 「“人生をより楽しく“わくわく”体験教室」④ 「ドライフラワー体験」～ドライフラワーでお正月用のしめ縄を作ります！～ 講師 井本 裕子 氏 【材料費1,500円】
	12月12日(水)	13:30～14:30(学習室1～3) 公民館へ行こうフェア「クリスマスコンサート」 【市報11月号で告知予定/参加希望者は別途お申込みください。】 毎年恒例の打田中学校吹奏楽部の皆さんから“元気”をもらうコンサートです！
第10回	1月中旬	13:30～15:30(西貴志コミュニティセンター) 「“人生をより楽しく“わくわく”体験教室」⑤【巡回講座:貴志川地区公民館事業に参加】 “美しい音色にうっとり”箏曲コンサート観賞 【先方の会場までのご自身でお越しください。会場準備の関係上、事前に参加希望の確認を行います。】
第11回	2月17日(水)	13:30～15:00(学習室1～3) 「“人生をより楽しく“わくわく”体験教室」⑥ 「ジャイロキネシス エクササイズ体験」～体と心の基本は「姿勢」から～ ジャイロキネシス認定講師 崎山 桜子 氏
		15:05～ 閉講式・精励賞授与



◆スクラップブックとは、お気に入りの写真を台紙に飾り、イラストやタイトルを添え、写真ごとに思い出を書き綴ることによって、自分史や家族の歩みを記していく手法です。



◆ジャイロキネシスとは、体に負担をかけることなく全身のバランスを整え、体幹を鍛えることができます。椅子に座っても行えるため、足腰に痛みがあるかたでも負担を感じることなく身体を動かすことができます。