

ステップアップ講座 2025

①回講座

受講生募集!!

ステップアップ講座(1回講座)を開催します!
ぜひ、ご参加ください!

募集講座は裏面をご覧ください

募集対象

菊川市内在住で中学生を除く15歳以上の方

会場

菊川市中央公民館(菊川市下平川 6225)

菊川文化会館アエル(菊川市本所 2488-2)

申込方法

右記二次元コードより電子申請

または

菊川市教育委員会 社会教育課まで

☎ 0537-73-1114

(平日 8:15 ~ 17:00)

参加料

300円

No.③ はじめてのスマホ講座
No.⑩ リタイア前後に知っておきたいお金の話
上記2講座は参加料無料です

締め切り

2025年

8月15日(金) 17時まで



[https://
logoform.jp/f/JrOln](https://logoform.jp/f/JrOln)

ステップアップ

電子申請は
こちらから



ちいさな刺繍教室



はじめてのデコレーションクッキー



飾り巻きずしを作ろう

※写真はイメージです

お問い合わせ

- 講座の日程・会場は諸事情により変更する場合があります。
- 申込人数により、抽選または休講になる場合があります。
- 当落結果連絡は9月上旬頃、ご自宅あてに結果を送付します。
- 申込後、キャンセルされる方は至急お知らせください。

託児について



申込 No.① ラフターヨガ、No.② 琵琶の音色を楽しむ、No.⑤ デコレーションクッキーを作ろうのみ託児を設けます。

決定した場合は託児料 500 円をお支払いいただきます。

お問い合わせ

菊川市教育委員会 社会教育課(中央公民館内)

〒437-1514 菊川市下平川 6225 平日 8:15 ~ 17:00 ☎0537-73-1114 FAX0537-73-6863

ステップアップ講座 2025 1回講座

申込No / 講座名	会場	日程	時間	定員	託児	参加料	教材費金額	持ち物
1 シンプルなセルフケアと笑いで元気に タッチフォーヘルス・ ラフターヨガ 講師 鈴木 利枝 ラフターヨガティーチャー	中央 公民館	9/25 木	14:00-16:00	20	託児 あり	あり	なし	運動できる服装、 タオル、飲み物(水)、 筆記用具
2 琵琶の音色を 楽しむ 講師 大橋 守	中央 公民館	10/3 金	14:00-16:00	20	託児 あり	あり	なし	筆記用具
3 はじめての スマホ講座 どなたでも申込可能です 講師 ソフトバンク㈱認定講師 デジタル活用支援推進事業	中央 公民館	10/15 水 10/16 木	A 10:00-12:00 基礎編 B 13:30-15:30 防災編 C 10:00-12:00 基礎編 D 13:30-15:30 LINE編	各回 20 (内容)	なし 基礎編: マップ・LINE・インターネットについて 防災編: 災害・防災情報の収集・ハザードマップ・詐欺メールについて LINE編: トーク・ビデオ通話・スタンプ・友達追加・機能紹介について	なし	なし	筆記用具、スマホは 用意があります。
4 推し活応援! ロゼット作り 講師 小濱 美保	中央 公民館	10/17 金	19:00-21:00	8	なし	あり	1,300 円	ウエットティッシュ、 工作マット、ピン セット、ボンド、メモ 用紙、つまようじ、 ゴミ袋、飲み物
5 はじめての デコレーションクッキー 講師 菓子工房ミニチカ	アエル	10/21 火	10:00-11:30	8	託児 あり	あり	1,500 円 (クッキー3枚・ アイシング等)	エプロン・筆記用 具・飲み物・お持 ち帰り容器、手拭 き用ウエットティ ッシュ
6 飾り巻き寿司を 作ろう♪ 講師 ゆ〜こ(落合 裕子) JSIA 認定飾り巻き寿司インストラクター	中央 公民館	11/1 土	10:00-12:00	10	なし	あり	2,200 円	エプロン・ラップ・ 筆記用具・飲み物・ 保冷バッグ・保冷 剤・お持ち帰り容器 (おにぎり4個入る 大きさ)
7 マット ピラティス 講師 鈴木 二三枝	中央 公民館	11/8 土	13:30-15:00	20	なし	あり	なし	運動できる服装、 長めのタオル、ヨ ガマット、飲み物
8 ちいさな刺繍教室 講師 松浦 彩	アエル	11/29 土	10:00-12:00	10	なし	あり	1,000 円	お手持ちのお裁縫 道具(針、糸切り 鉋、糸通しなど)、 8cm刺繍枠
9 ヨガ 講師 沼野 恭子	中央 公民館	12/1 月	19:30-21:00	20	なし	あり	なし	運動できる服装、 タオル、ヨガマット、 飲み物
10 リタイア前後に知って おきたいお金の話 講師 J-FLEC 講師 (金融経済教育推進機構)	中央 公民館	12/6 土	10:00-12:00	30	なし	なし	なし	筆記用具