

## 04 ヨガの動きをベースに骨盤から全身を整える 骨盤調整コンディショニング



**日時** 3月14日(土)、21日(土)、28日(土)  
18:00~19:30 (全3回)

**受講料** 1,500円

**定員** 20人 (申込多数の場合は抽選)

**申込締切** 3月8日(日)

**講師** 上野 嘉子氏



## 05 「なんとなく」で済ませていたマナーや会話を、一生モノの「確かな自信」へ 現代社会のスマート講座 ~社会教養とビジネスコミュニケーション~

**日時** 3月17日(火)、18日(水)  
19:00~21:00 (全2回)

**受講料** 1,000円  
※高校生、高専生は無料

**定員** 20人 (申込多数の場合は抽選)

**申込締切** 3月8日(日)

**講師** 原田 結花里氏 (問天パソコン教室代表)



## 06 2人の東大生と1人の慶応大生を育てた韓国出身のお母さんによる 伸びる子どもの家庭教育



**日時** 3月22日(日) 10:00~12:00

**受講料** 500円

**定員** 20人 (先着順)

**申込締切** 3月15日(日)

**講師** 尹 賢貞 (ユン ヒョンジョン) 氏



## 07 映像制作とPR手法の一般知識を学べる 映像クリエイターを目指そう!



**日時** 3月23日(月) 19:00~21:00

**受講料** 500円

**定員** 20人 (先着順)

**申込締切** 3月15日(日)

**講師** 岡 凌他氏



### 共通事項

- 場 所 八代市公民館
- 対象者 市内居住者または通勤通学者  
※「映像クリエイターを目指そう!」講座のみ、中学生以上限定
- 申込方法  
1. 申込フォームから申し込み (各ホームページにリンクあり)  
2. はがき・FAX・メールに、①講座名 ②郵便番号 ③住所  
④氏名 (ふりがな) ⑤年齢 ⑥電話番号 を記入し申し込み

**申込み** 生涯学習課 〒869-4703 千丁町新牟田 1433  
**問合せ** ☎30-1110 FAX 30-1120  
E-mail:syogai@city.yatsushiro.lg.jp



講座のリクエスト  
フォーム



生涯学習指導者  
詳細

# 生涯学習で心豊かな生活を

暖くなるこれから、新しい学びにチャレンジしてみませんか。

市では、市民の皆さまの心豊かな生活と、地域コミュニティの活性化を目指し、さまざまな学習機会の提供を行っています。

生涯学習推進事業の  
紹介の動画を作成し  
ました



## 〈3月実施の公民館講座〉

### 01 自分の魅力を引き出す 簡易診断×アイメイクレッスン パーソナルカラー講座



**日時** 3月14日(土)、28日(土)  
9:30 ~ 11:30 (全2回)

**受講料** 1,000円

**定員** 15人  
(申込多数の場合は抽選)

**申込締切** 3月4日(水)

**講師** 井上 ヤスコ氏



### 02 体と心をゆっくり解きほぐすセルフケア リフレクソロジー講座



**日時** 3月13日(金)  
19:00 ~ 20:30

**受講料** 1,200円

**定員** 20人  
(申込多数の場合は抽選)

**申込締切** 3月5日(木)

**講師** 山河 ルミ子氏

**持参物** 除菌シート、  
バスタオル



### 03 オリジナル動画作成のポイントや SNS への投稿方法を学べる スマホ・タブレット& Canva で動画編集入門講座

**日時** 3月12日(木)、19日(木)、26日(木)  
19:00~21:00 (全3回)

**受講料** 2,000円

**定員** 15人  
(申込多数の場合は抽選)

**申込締切** 3月8日(日)

**講師** 福原 健氏 (アイ・ルーデンス代表)

**持参物** スマホまたはタブレット

