

団体名

(様式1-2)

住所、TEL、FAX

TEL:

FAX:

| | カテゴリ | 講座名 | 内容 | 場所 | 開始日 | 終了日 | 予定 | 回数、時間等 | 費用 | 定員 | 対象者 | 備考 |
|----|------------|----------------|---|--------------------------|------------|------------|----|--------|----|----|-----|----|
| 1 | スポーツ・健康・レク | 水泳初心者クロール | 水慣れから浮き方、そして背泳ぎ・クロールの泳ぎ方を練習する。 | 25Mプール | 2023-04-24 | 2024-03-18 | | | | | | |
| 2 | スポーツ・健康・レク | 水泳 ～長距離クロール習得～ | クロールで呼吸をしながら25m以上泳げる方を対象に長距離泳ぐことを目標に練習する。 | 25Mプール | 2023-04-24 | 2023-06-19 | | | | | | |
| 3 | スポーツ・健康・レク | 水泳 ～初心者背泳ぎ～ | 背浮きからの立ち方、背浮きの姿勢練習から始め、背浮きキックなど背泳ぎの練習をする。 | 25Mプール | 2023-07-03 | 2023-09-04 | | | | | | |
| 4 | スポーツ・健康・レク | 水泳 ～初心者平泳ぎ～ | 4泳法の一つ、平泳ぎの習得を目指す。特殊なプイなどを利用して、楽に泳げる練習をする。 | 25Mプール | 2023-10-02 | 2023-11-27 | | | | | | |
| 5 | スポーツ・健康・レク | 水泳 ～初心者バタフライ～ | バタフライ以外の3泳法でいずれかが25m以上泳げる方でバタフライ習得を目指す。 | 25Mプール | 2024-01-22 | 2024-03-18 | | | | | | |
| 6 | スポーツ・健康・レク | キッズ水泳 初心者 | 初心者向けに、水慣れから背泳ぎをマスターできるように指導していく。 | 25Mプール | 2023-04-06 | 2024-03-21 | | | | | | |
| 7 | スポーツ・健康・レク | キッズ水泳 中級 | 中級者向けに背泳ぎが出来る子が対象で、クロール、平泳ぎ、バタフライを練習する。 | 25Mプール | 2023-04-06 | 2023-03-21 | | | | | | |
| 8 | スポーツ・健康・レク | 短期集中 水泳教室 | 春・夏休み期間に水慣れから背浮きをマスターすることを目標に実施する。 | 25Mプール | 2023-08-02 | 2024-03-31 | | | | | | |
| 9 | スポーツ・健康・レク | キッズテニス教室 | 基本的な打ち方から教え、ラリーが出来ることを目標に練習する。 | レクリエーションドーム | 2023-04-19 | 2023-03-13 | | | | | | |
| 10 | スポーツ・健康・レク | 一般テニス教室 | 基本的なことに慣れた上で次のステップに進む練習を行う。 | レクリエーションドーム | 2023-04-19 | 2023-03-13 | | | | | | |
| 11 | スポーツ・健康・レク | 午前ヨガ | 呼吸法と様々なポーズによって体の歪みを修正し、心身のコンディションと姿勢を整える教室。 | タピックひやごん スタジアム 記者室 | 2023-04-27 | 2023-12-14 | | | | | | |
| 12 | スポーツ・健康・レク | 夜間ピラティス | 体型維持に必要な体幹を鍛え、姿勢の安定性を向上させ、代謝の良い体を作る教室。 | タピックひやごん スタジアム 記者室 | 2023-04-12 | 2023-10-11 | | | | | | |

団体名

(様式1-2)

住所、TEL、FAX

TEL:

FAX:

| | カテゴリ | 講座名 | 内容 | 場所 | 開始日 | 終了日 | 予定 | 回数、時間等 | 費用 | 定員 | 対象者 | 備考 |
|----|------------|------------------|--|--------------------------|------------|------------|----|--------|----|----|-----|----|
| 13 | スポーツ・健康・レク | 夜間ヨガ | 呼吸法と様々なポーズによって体の歪みを修正し、心身のコンディションと姿勢を整える教室。 | 体育館 サブアリーナ | 2023-04-13 | 2023-12-14 | | | | | | |
| 14 | スポーツ・健康・レク | ZUMBA | ラテンの音楽やリズムに合わせて踊るエクササイズを初めての方でも楽しく続けられる教室。 | 体育館 サブアリーナ | 2023-04-24 | 2023-12-25 | | | | | | |
| 15 | スポーツ・健康・レク | リフレッシュヨガ | ストレッチや呼吸法など、気軽にヨガの基礎を学び、心身のコンディションと姿勢を整える教室。 | タピックひやごん スタジアム 記者室 | 2023-05-17 | 2023-07-12 | | | | | | |
| 16 | スポーツ・健康・レク | 気軽にヨガ | ストレッチや呼吸法など、気軽にヨガの基礎を学び、心身のコンディションと姿勢を整える教室。 | タピックひやごん スタジアム 記者室 | 2023-07-24 | 2024-02-26 | | | | | | |
| 17 | スポーツ・健康・レク | ママヨガ | 産後のシェイプアップとして筋力アップを目指し、ヨガを通してリフレッシュしてもらう教室。 | タピックひやごん スタジアム 記者室 | 2023-04-24 | 2023-07-03 | | | | | | |
| 18 | スポーツ・健康・レク | ストレッチ・ヨガ | 呼吸法と様々なポーズによって体の歪みを修正し、心身のコンディションと姿勢を整える教室。 | タピックひやごん スタジアム 記者室 | 2023-04-24 | 2023-07-03 | | | | | | |
| 19 | 芸術・芸能・文化 | 英会話教室 | 日常で使える英会話を身につけることを目標とする教室。 | 管理事務所 1階 会議室 | 2023-04-05 | 2024-03-13 | | | | | | |
| 20 | 芸術・芸能・文化 | キッズ英会話教室 | 英語の歌やカードを使い、楽しく英語にふれながら学べる場をつくることを目標とする教室。 | 管理事務所 1階 会議室 | 2023-04-05 | 2024-03-13 | | | | | | |
| 21 | 芸術・芸能・文化 | 多肉植物アレンジメント | 季節に合わせたテーマで、多肉植物を使ったアレンジ教室。 | 管理事務所 2階 | 2023-04-22 | 2024-02-24 | | | | | | |
| 22 | 芸術・芸能・文化 | はじめてのクラフトバンド | 新聞紙や牛乳パックを再生して作ったクラフトバンドでお出かけに使えるバッグを作る教室。 | 管理事務所 2階 | 2023-04-12 | 2023-11-16 | | | | | | |
| 23 | 芸術・芸能・文化 | はじめてのクラフトバンド Lv2 | 少しレベルアップした初心者向けのお出かけに使えるバッグを作る教室 | 管理事務所 2階 | 2023-09-13 | 2023-12-20 | | | | | | |
| 24 | 芸術・芸能・文化 | はじめてのPPバンド | 荷物用梱包資材でお出かけに使えるバッグを作る教室。 | 管理事務所 2階 | 2023-05-10 | 2024-03-20 | | | | | | |

団体名

(様式1-2)

住所、TEL、FAX

TEL:

FAX:

| | カテゴリ | 講座名 | 内容 | 場所 | 開始日 | 終了日 | 予定 | 回数、時間等 | 費用 | 定員 | 対象者 | 備考 |
|----|----------|-----------------------------|--|----------------|------------|------------|----|--|---------------------------------|------------------|---------------------------|-----------------------|
| 25 | 芸術・芸能・文化 | 手作り酵素教室 | ハーブや果物を使用し、オリジナルの酵素を作る教室。 | 郷土館 工作室 | 2023-06-24 | 2023-10-07 | | | | | | |
| 26 | 芸術・芸能・文化 | 月桃化粧水&クリーム作り | 月桃の葉を使用し、化粧水とクリームを作る教室。 | 郷土館 工作室 | 2023-07-08 | 2023-11-18 | | | | | | |
| 27 | 芸術・芸能・文化 | 梅干し作り教室 | 県産の自然栽培、樹上完熟、無農薬肥料の梅を使った失敗しない梅干し作り体験できる教室。 | 郷土館 陶芸室 | 2023-05-13 | | | | | | | |
| 28 | 芸術・芸能・文化 | 中医学教室 | 冷え性や食欲不振といった、日々の不調を8つの体質に分けて学ぶことが出来る教室。 | 運営本部室 | 2023-05-11 | 2024-03-28 | | | | | | |
| 29 | 体験・実技 | SDGs ビーチクリーン&ゆい池体験カヌー清掃 | 海岸の清掃活動とゆい池でのカヌーに乗って浮き草の駆除 | サンライズ広場 ゆい池 | 2023-04-01 | 2023-03-31 | | 毎月第1日曜日 雨天時は中止 8:00-9:00 10:00-12:00 | 無料 | | どなたでも | 事前予約でボランティア証明書の発行 |
| 30 | 体験・実技 | 沢登りキャンプシリーズ | 野外炊飯、シャワークライミング、飛び込み、カヌー等行う冒険教育キャンプ | 郷土館 園外 | 2023-05-19 | 2023-09-17 | | 5/19-5/21 6/16-6/18 7/7-7/9 9/15-9/17 | 12,500円 | 20名 | 小学1年生～ 中学3年生ま での男女 | 事前申し込み 応募者多数の場合、抽選 |
| 31 | 体験・実技 | キャンプ料理講座シリーズ | 普段家庭では体験する機会のないような道具や食材を使った料理講座 | 郷土館 | 2023-11-04 | 2024-01-27 | | 12/16 1/27 | 8,000円 | 6組程度 (1組4名まで) | どなたでも | 事前申し込み 先着順 |
| 32 | 体験・実技 | 30kmチャレンジキャンプ | 野外炊飯、30kmの長距離歩行、カヌー等行う冒険教育キャンプ | 郷土館 園外 | 2023-10-27 | 2023-12-03 | | 10/27-10/29 12/1-12/3 | 9,000円 | 20名 | 小学1年生～ 中学3年生ま での男女 | 事前申し込み 応募者多数の場合、抽選 |
| 33 | 体験・実技 | ファミリーチャレンジキャンプ | 野外炊飯・長距離歩行、薪割り・焚き火・シェルター張り等を家族で行う災害時体験キャンプ | 郷土館 園外 | 2024-03-09 | 2024-03-10 | | 3/9-3/10 | 中学生以上 4,000円 小人 3,000円 | 5～6組 | 4歳以上の子供を含む家族 (1組3～5名程) | 事前申し込み 応募者多数の場合、抽選 |
| 34 | 体験・実技 | 夏休みワークショップ 万華鏡作り | 夏休みの自由研究にも使える万華鏡作りキットを使った物作り体験 | 郷土館 | 2023-07-22 | 2023-07-30 | | 7/22、23、29、30 (1日3部開催) | 600円 | 各部20名 | 小学生 | 事前申し込み 先着順 |
| 35 | 体験・実技 | 夏休みワークショップ わくわくクワガタ虫かご作り | ソテツの葉を用いた虫かご作り。最後はクワガタを配布して捕まえ方や飼育方法もレクチャーする | 郷土館 | 2023-07-22 | 2023-07-30 | | 7/22、23、29、30 (1日3部開催) | 1,000円 | 各部20名 | 小学生 | 事前申し込み 先着順 |
| 36 | 体験・実技 | 夏休みワークショップ 着衣泳体験 | 万が一水難事故に遭った場合に備えて水に浮かながら救助を待つ体験 | 25mプール | 2023-07-22 | 2023-07-30 | | 7/22、23、29、30 | 500円 | 20名 | 小学生～成人 | 事前申し込み 先着順 |