

阿蘇市生涯学習講座

～ 令和5年度 受講生募集 ～

生涯学習講座案内



一般講座

- ・くらしに役立つ美文字講座
- ・マナフラ(入門)& ボディセラピー講座

A B

一般講座

- ・英会話講座(初級)
- ・英会話講座(中級)
- ・日本語教養講座



特別講座

- ・スマートフォン講座
- ・脳トレそろばん講座



パソコン講座

- ・パソコン基礎コース
- ・ワード 2013 基礎コース
- ・エクセル 2013 基礎コース
- ・ワード・エクセル実践コース
- ・エクセル 2013 関数コース
- ・インターネット便利活用コース
- ・YouTube 体験コース



生涯学習とは

一人ひとりが生涯にわたり



「いつでも・どこでも・だれでも」

自分自身を磨いて、豊かな人生を送るための学習活動です。阿蘇市は、みなでともに学び合う、心豊かな生活づくりを応援します。

主催講座



パソコン講座

主催講座



マナフラ(初級)& ボディセラピーの様子

受講申込・問い合わせ先



人がつながり 創りだす 新しい阿蘇
～ONLY ONEの世界へ～

阿蘇市

阿蘇市教育委員会 教育課 社会教育係

〒869-2695 阿蘇市一の宮町宮地504-1

TEL 0967-22-3229(直通) FAX 0967-22-5205



生涯学習マスコット
「マナビィ」
デザイン：石ノ森草太郎

URL http://www.city.aso.kumamoto.jp/education/social_education/course-guidance/
E-mail kyouiku@city.aso.lg.jp

主催講座

一般講座 受講料 各2,000円

くらしに役立つ美文字講座

講師 松下 玲子 先生
曜日 5～10月 第1・3金曜日
時間 10:00～12:00
定員 7名
会場 阿蘇市就業改善センター

＼カリキュラム／ 変更になることがあります

回数	内容
10回	パソコンが普及し、文字を書くこと習慣が少なくなっていますが、祝儀や香典、芳名帳の記入など、文字を書く機会はいくつもあります。キレイな字の書き方、キレイに見える宛名、住所の書き方など、正しい書き方を丁寧にお教えします。（小筆の使い方もお教えします。）仕上げにご自分で作品を書いていただき、表装したものを記念にお渡しします。

※受講料とは別に教材等の費用が必要な場合があります。

※ペン等は使いなれているものをご持参ください。（筆ペン、ボールペン、鉛筆、小筆）

マナフラ（入門）＆ボディセラピー講座

講師 中村 富士子 先生
曜日 5～8月 第2・3・4水曜日
時間 10:00～12:00
定員 6名
会場 阿蘇体育館（体力測定室）

＼カリキュラム／ 変更になることがあります

回数	内容
10回	ストレッチ体操で体を柔軟にし、フラダンスで楽しく踊り、血流を改善。最後に呼吸法で心身を整えます。フラダンスは、10回で覚えられる初心者向けの簡単で楽しい曲となっています。

※受講料とは別に教材等の費用が必要な場合があります。

※運動のできる服装でご参加ください。

※ヨガマットを使用します。



くらしに役立つ美文字講座の様子



英会話中級講座

英会話【初級】

講師 市内小中学校のALT
曜日 5～12月 第1・3水曜日
時間 19:00～21:00
定員 15名
会場 阿蘇公民館
内容 ALT(外国語指導助手)による初心者向けのやさしい英会話講座です。英語の基礎を学びながら、会話や意見交換を通して楽しく英語を話しましょう！

＼カリキュラム／ 変更になることがあります

回数	内容	回数	内容
1	自己紹介	9	お付き合い
2	家族	10	ショッピング
3	趣味	11	旅先での英会話 手紙のやりとり
4	インタビュー	12	ファッション・ハロウィン
5	外国人の案内	13	娯楽
6	食べ物と飲み物	14	身体の健康
7	世界の自然	15	冬の過ごし方
8	街での英会話	16	まとめ

※受講料とは別に教材等の費用が必要な場合があります。

英会話【中級】

講師 市内小中学校のALT
曜日 5～12月 第2・4水曜日
時間 19:00～21:00
定員 15名
会場 阿蘇市就業改善センター
内容 ALT(外国語指導助手)による聞き取り(ヒアリング)と発音(スピーキング)に重点を置いた実践的な英会話講座です。英会話スキルを高め、コミュニケーションを楽しみましょう！
 ※英検3級以上の内容になります。英語を基礎から学びたいという方は初級講座の受講をおすすめします。

＼カリキュラム／ 変更になることがあります

回数	内容	回数	内容
1	あいさつ	9	旅行先で英語
2	家族	10	ショッピング
3	家で英語	11	料理
4	好きなこと	12	食事
5	スポーツと趣味	13	パーティーの計画
6	世界の自然	14	お付き合い
7	娯楽と文化	15	身体と健康
8	街で英語	16	まとめ

※受講料とは別に教材等の費用が必要な場合があります。

日本語教養講座 Japanese language education course 【海外出身者向け For foreigners】

講師 (Teacher)
 桐原 恵子 先生 (Kirihara Keiko)
曜日 (Weak)
 5～12月 第2・4水曜日
 (May-Desembar 2nd and 4th Wednesday)
時間 (Time) 13:00～15:00
定員 (Capacity) 7名
会場 (Venue)
 阿蘇市就業改善センター
 (Asosi Syugyo Kaizen Center)
内容 (Contents)

＼カリキュラム (Curriculum)／

変更になる場合があります。(Subject to change.)

回数	内容
16回	全16回の講座の中で、漢字の読み書きを中心とした初級日本語(小学校低学年程度)と一般教養の講習を実施します。 In all 16 courses, we will hold beginner Japanese (about the lower grades of elementary school) classes focusing on reading and writing Chinese characters.

阿蘇市在住・在勤の海外出身の方のみが受講対象です。
 (Those who live in Aso City or work in Aso City are eligible for this course.)
 18歳以上。学生不可。
 (18 years old and over. No students.)

※受講料とは別に教材等の費用が必要な場合があります。

In addition to the tuition fee, you may need to pay for teaching materials.



シニア向けスマートフォン講座

これから購入を考えている方、購入したが使い方が分からない方を対象に開催します。スマートフォンの基本操作、インターネットの活用、安全なアプリの使い方を分かりやすくご紹介します。防災に役立つ情報もあります。

日 時	会 場	定 員
令和5年9月8日(金)	阿蘇市就業改善センター	15名

当日使用のスマートフォン(アンドロイド OS)はこちらで用意いたします。



脳トレそろばん講座

「そろばん」の歴史を通して数字の楽しさ、計算の面白さに触れ、「そろばん」の魅力を堪能し、脳の活性化をしてみませんか？

日 時	会 場	定 員
令和5年7月28日(金)	阿蘇市就業改善センター	15名

当日使用するそろばんはこちらで用意いたします。



- 定員を超えた場合は抽選となります。
- 申込開始日については市の広報誌、ホームページ、お知らせ端末で告知いたします。

みなさんの知的生活を応援します!

阿蘇市立図書館 Aso City Library

開館時間 火～金曜日 午前9時～午後6時
土・日曜日 午前9時～午後5時

休館日 毎週月曜日・祝日(月曜が祝日の場合、翌日火曜日も休館)
毎月末日(末日が土・日曜の場合は最も近い金曜日)
年末年始(12月28日～1月4日)



一の宮図書館



阿蘇図書館



図書館の情報が、
携帯電話からも!

- 貸出を希望される方は、利用カードが必要です。各図書館で発行します。
※利用カードを新規発行される際は、免許証や保険証などの身分証明書が必要です。
- マイナンバーカードやお手持ちのフェリカ搭載のICカード(nanaco、WAONなど)をご登録いただくと、2枚目の利用カードとしてご利用いただけます。
※利用カードをお持ちでない方は、利用カード申込が必要です。
- 図書館ホームページから、本の蔵書検索・貸出状況照会・貸出予約ができます。また、スマートフォンからホームページにアクセスして、ログインしていただくと、利用カードの機能が使えます。
※予約・ログインには利用カードとパスワードが必要です。

阿蘇市立図書館ホームページ
URL <https://www.aso-lib.jp/>

(お問合せ)

阿蘇図書館(内牧) TEL 32-0067
一の宮図書館(宮地) TEL 22-2916

★お知らせ端末も同じ番号です



～パソコンを学んで快適 IT 生活を楽しみましょう！～

初心者から中級者向けのパソコン講座です。基礎から学びたい方や応用・活用術を学びたい方にコースを用意しています。第3希望まで選択できますので、自分のレベルに合ったコースをお選びください。 ※受講料とは別に教材代が必要となります。(1,000円程度)

<p>初級 パソコン基礎コース</p> <p>【対象】パソコン初心者【受講料】1,500円 パソコン電源 ON/OFF、マウス操作、画面の操作、文字の入力、保存した文書を整理する</p>	<p>期間・曜日</p> <p>5/9～6/15 毎週 火・木曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 12回</p>	<p>時間帯</p> <p>10:00 ～ 12:00</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>
<p>中級 ワード2013基礎コース</p> <p>【対象】パソコン基礎コースの操作ができる方【受講料】2,500円 文書の作成、縦書き文書の作成、表の作成、イラストと図形の挿入、様々な文書作成演習</p>	<p>期間・曜日</p> <p>6/20～7/27 毎週 火・木曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 12回</p>	<p>時間帯</p> <p>10:00 ～ 12:00</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>
<p>中級 エクセル2013基礎コース</p> <p>【対象】パソコン基礎コースの操作ができる方【受講料】2,500円 データの入力、計算式の入力、表の作成、関数（計算式）の入力、ワークシートの操作、グラフの作成、様々な表の作成演習</p>	<p>期間・曜日</p> <p>8/1～9/7 毎週 火・木曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 12回</p>	<p>時間帯</p> <p>10:00 ～ 12:00</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>
<p>上級 ワード・エクセル実践コース</p> <p>【対象】ワード、エクセル基礎コースの操作ができる方【受講料】2,500円 ワードでの便せん作成やアルバム作成、エクセルでカレンダー作成や家計簿作成</p>	<p>期間・曜日</p> <p>9/12～10/19 毎週 火・木曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 12回</p>	<p>時間帯</p> <p>10:00 ～ 12:00</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>
<p>上級 エクセル2013関数コース</p> <p>【対象】エクセル基礎コースの操作ができる方【受講料】2,500円 基礎関数の復習、セル範囲に名前を付ける、表示形式の作成、応用関数（条件分岐、表引き、期間算出、集計、文字列処理）</p>	<p>期間・曜日</p> <p>10/4～11/22 毎週 水・金曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 14回</p>	<p>時間帯</p> <p>19:00 ～ 20:30</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>
<p>上級 インターネット便利活用コース</p> <p>【対象】パソコン、スマホの操作ができる方【受講料】1,500円 画像編集ソフトのインストールと使い方、映像編集ソフトのインストールと使い方、インターネット検索手法、SNSの紹介と使い方</p>	<p>期間・曜日</p> <p>6/9～7/21 毎週金曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 7回</p>	<p>時間帯</p> <p>19:00 ～ 20:30</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>
<p>上級 YouTube体験コース</p> <p>【対象】スマホ、タブレット操作ができる方【受講料】1,500円 アプリの準備、コンテンツ編集（テロップ、調整、音量、スピード、フォーマット等）、書き出し、YouTubeチャンネル構築、制作動画プレゼン</p>	<p>期間・曜日</p> <p>8/4～9/29 毎週金曜日</p>	<p>会場</p> <p>阿蘇公民館 (内牧)</p>	<p>回数</p> <p>全 7回</p>	<p>時間帯</p> <p>19:00 ～ 20:30</p>	<p>定員</p> <p>6名</p>

★★★ 自主講座(サークル)のご紹介 ★★★

自主講座の方々をご紹介します。これらの講座は自主運営になり、ご負担いただく費用等は講座により異なります。お申込み・お問い合わせは、各講座の代表者に直接ご連絡ください。

1 阿蘇市就業改善センターで行われている講座

講座名	講師名	曜日	時間	代表者	連絡先	内容
社交ダンス	渡邊いずみ	毎週木曜	18:00 ~22:00	小田	32-5153	運動不足解消にダンスを一緒に楽しみましょう。
女性コーラス コール・アモロソ	濱津由美子 神毛 由紀	毎週木曜 第3土曜	10:00 ~12:00	大谷	080- 6720-3321	楽しいリズムとハーモニーを楽しみ、元気になろう!
韓国語教室	田中 節子	第1・3・5 水曜	19:00 ~21:00	西村	090- 3418-4411	日常会話を習得し、韓国旅行を楽しみましょう!
阿蘇文化調査研究会	—	奇数月の 第4木曜	10:00 ~12:00	児玉	22-0769	ふるさとの歴史を再発見しましょう。
フラダンス一の宮	富野 道子	第2・4火曜	13:00 ~16:00	江藤	090- 7298-4032	健康で楽しく踊るフラダンスです。
さわやか太極拳	松本 玲子	第2・3・4 水曜	10:00 ~12:00	江藤	090- 8913-2727	健康維持のため、明るく・楽しく・さわやかにを モットーに一緒に体を動かしましょう。
マジック&吹き矢	山口 幸二	第2・4金曜	9:30 ~11:30	工藤	090- 7398-8806	手軽に出来るマジックから本格的なマジック、 健康吹き矢も取り入れた楽しい講座です。 一緒に楽しみましょう。
詩 吟	石田 武	第2・4木曜	13:30 ~15:30	武田	22-2177	歴史を知り、春夏秋冬の詩・和歌・今様・民謡 などを吟詠しましょう。
日舞あさぎり会	松野キヨ子	毎週木曜	13:00 ~16:00	林	22-1279	日本の伝統芸能を継承し、仲間との親睦を深め 心と体の健康を保って楽しく練習しています。
大正琴 旭真会	中村久美子	第2・4月曜	13:30 ~15:00	郷	23-1052	童謡から歌謡曲まで幅広い歌を奏でて楽しみま しょう。
一の宮書道教室	木村 信子	第2・4月曜	9:30 ~11:30	小川	090- 5496-1323	美しい文字、正しい文字を一緒に勉強しませんか?
オカリナすみれ教室 (初級)	中村久美子	第2・4月曜	10:00 ~12:00	外村	090- 7298-1063	オカリナの音色で癒され、指を動かすことにより 認知症予防を一緒に行きましょう!

2 阿蘇体育館で行われている講座

講座名	講師名	曜日	時間	代表者	連絡先	内容
日舞ぎよくせん会	泉 ケイ子	毎週木曜	10:00 ~12:00	山内	32-2808	日本舞踊を一緒に楽しく踊りましょう。 また医療施設の慰問もします。
リフレッシュ・ヨーガ	小田 泰子	第2・4金曜	10:00 ~12:00	河原	32-3193	一緒に心身のリフレッシュをしましょう!
太極柔力球 ひまわり	新美智恵子	第1・3水曜	10:00 ~12:00	坂田	35-0759	ボールをのせたラケットを音楽に合わせて動か す全身運動です。肩こりの解消、脳の活性化に も効果があります。一緒にがんばりましょう。

※記載してある日程は変更される場合がございますので、詳しくは代表者にお尋ねいただきますようお願いいたします。

3 阿蘇公民館で行われている講座

講座名	講師名	曜日	時間	代表者	連絡先	内容
書道教室(阿蘇)	坂田ちずえ	第1・3火曜	14:00 ~16:00	五島	35-2386	親切、丁寧な指導者のもと、向上心を忘れずに楽しく取り組んでいます。
脳トレ遊書	中野 恭代	第2・4日曜	14:00 ~15:30	中野	090-5941-4572	まずストレッチ!! 書風にこだわらず、あなたらしく自由に書く遊書。脳トレとしても注目されています。どうぞ手ぶらで足を運ばれませんか?
火曜会 (絵画教室)	中尾 和弘	第2・4火曜	13:00 ~16:00	甲斐	080-3115-0056	物をよく見ることで感性を育み、絵を描いて楽しみましょう。プロの先生の指導を受けられます。
囲碁講座	藤崎幸次郎	毎週土曜	9:30 ~16:00	工藤	080-1745-3534	ゲーム感覚を養い、脳を活性化させましょう。

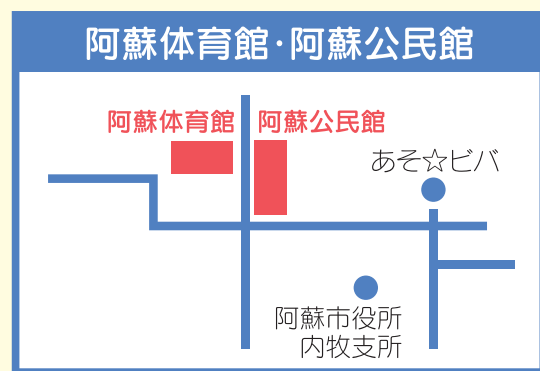
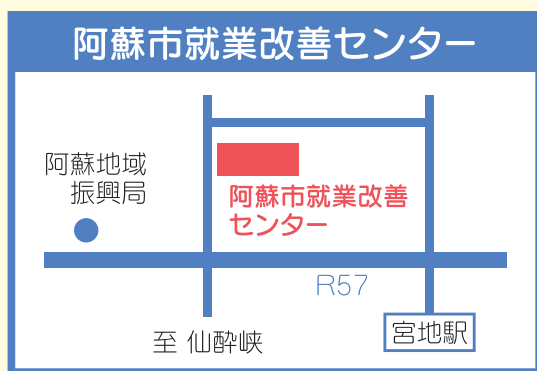
4 その他の施設で行われている講座

※ < > の施設

講座名	講師名	曜日	時間	代表者	連絡先	内容
坂梨きり絵教室	—	第2・4日曜	13:30 ~15:30	鷺津	090-7152-1420	月2回の学習で、原図を元に紙とカッターで作品制作に、少人数ではありますが励んでいます。 <坂梨公民館>
たのしい健康講座	あべまりあ	第1・3土曜	13:00 ~15:00	奥村	22-8288	太古の昔の阿蘇人の秘伝の秘訣! けっさくです!! わくわく♪しながら元気になりましょう。 <中通公民館>

※記載してある日程は変更される場合がございますので、詳しくは代表者にお尋ねいただきますようお願いいたします。

会場位置図



はじめよう 阿蘇インターネット光!

- 1.超高速インターネットを提供。
- 2.低料金!定額! 使い放題!
- 3.電話やテレビがもっと広がる!
- 4.サポートセンターで安心サポート。

料金(月額)例

スタンダードプラン(個人向け ※最大通信速度 100Mbps)

4,598円

ギガ・スタンダードプラン(個人向け ※最大通信速度 1Gbps)

5,500円

※最大通信速度とは、技術規格上の最大値であり、お客様宅内での実行速度を示すものではありません。

《申し込み・問い合わせ先》

阿蘇市総務課情報管理室 Te22-3253 阿蘇テレワークセンター Tel23-6009

阿蘇町史・一の宮町史・波野村史のご紹介

各町村史は阿蘇市立阿蘇図書館及び一の宮図書館で閲覧できます。

阿蘇町史・一の宮町史の購入を希望される方は、市役所本庁3階教育委員会にて窓口販売を行っています。配送による購入を希望される方は書籍名・住所・氏名・電話番号を教育委員会へご連絡ください。

(※電話・ファックス・電子メールによる注文可)

注文書籍到着後、1週間以内に書籍代・配送料をお支払いください。

『阿蘇町史』



B5判・上製本・布クロス・カバー付
ケース入り 全3巻(セット 8,000円)

『一の宮町史』



第23回熊日出版文化賞受賞
新書判 全12巻(各 1,000円)

『波野村史』



A5判・上製本・布クロス・カバー付
全1巻 ※絶版のため購入できません

受講申し込みのご案内

① 主催講座（一般講座・特別講座・パソコン講座）へのお申込み

◆ 対象者

阿蘇市内在住・在勤の満18才以上の方（学生は不可）

※「日本語教養講座」は阿蘇市内在住・在勤の満18才以上の海外出身者の方のみ

◆ 申し込み期限

令和5年4月7日（金）まで（期限厳守）

◆ 受講者の決定について

受講者には「受講決定通知」と「生涯学習講座日程表」を発送します。

申し込みが定員を超えた場合は抽選を行い、落選者にもその旨を連絡します。

なお、申込人数が5名未満の講座・コースについては中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。

◆ 受講料

講座によって受講料が異なります。詳細は各講座の紹介ページ、受講申込書をご覧ください。

受講料以外に別途材料代・道具代・テキスト代等が必要になるものがあります。

受講料は、受講決定通知とともに発送する「受講料納付書」により金融機関でお振込み下さい。

◆ 受講のキャンセルについて

受講のキャンセルについては、必ず開講日の1週間前までに電話にてご連絡下さい。ご連絡がない場合、後日、受講料を請求させていただく場合がありますので、ご了承ください。

受講料の振込みがないことをもって、受講キャンセルとはみなしません。必ずご連絡ください。

開講日以降の途中キャンセルについても必ずご連絡ください。但し、受講料の返金はいたしません。

◆ 申し込み方法について

同封の受講申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。（FAX可）

受講申込書は、阿蘇市のホームページからも取得できます。

◆ 申し込み先

阿蘇市教育委員会 TEL0967(22)3229(直通) FAX0967(22)5205

内牧支所 総務係 TEL0967(32)1111(代表) FAX0967(32)0351

波野支所 総務係 TEL0967(24)2001(代表) FAX0967(24)2928

② 自主講座（サークル）へのお申込み

◆ 自主講座へのお申し込みは各サークルの代表者へ直接ご連絡ください。

詳細については、本紙の「自主講座（サークル）」のページをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染症の影響や突発的な災害等により、講座開始日・場所等を変更する場合がございますので、ご了承ください。