

# 令和6年度（後期）～いきいきと自分づくり、まちづくり

## 由利本荘市・にかほ市公民館連合会 講座一覧

### 中央公民館

015-0854  
由利本荘市上大野16  
電話 22-0900/FAX 24-2714

第72回本荘囲碁大会	
囲碁愛好家が日頃の腕前を發揮し、親交を深める大会	
開催日	令和7年1月18日(土)
時間	午前9時～午後4時
会場	市民交流学習センター
区分	A級の部(4段以上) 少年の部(小・中学生)
参加料	1人500円、小中学生は無料
対象	由利本荘市、にかほ市在住の方
申込期間	令和6年12月2日(月)～12月20日(金)
備考	昼食は各自で準備をお願いします。

第72回本荘『新春』将棋大会	
将棋愛好家が日頃の腕前を發揮し、親交を深める大会	
開催日	令和7年1月25日(土)
時間	午前9時～午後4時
会場	市民交流学習センター
区分	強豪の部(2段以上) 一般の部(初段以下) 少年の部(小・中学生)
参加料	1人500円、小中学生は無料
対象	由利本荘市、にかほ市在住の方
申込期間	令和6年12月2日(月)～12月20日(金)
備考	昼食は各自で準備をお願いします。

### 矢島公民館

015-0404  
由利本荘市矢島町七日町字羽坂64-1  
電話 56-2203/FAX 55-4224

歴史講演会	
郷土史・文化財への興味関心及び理解を深め、文化財保護意識の高揚を図ることを目的に『歴史講演会』を開催します。	
開催日	11月予定 ※開催日については矢島公民館へお問い合わせください。
会場	日新館
講師	由利本荘市教育委員会 生涯学習課 文化財保護室 文化財専門官 高橋 正 氏
内容	「史跡鳥海山について」(仮)
受講料	無料
募集定員	なし

歴史三講座	
『ふるさとの歴史を学ぶ』をテーマに、下記の三講座を開催しています。ぜひ一緒に学んでみませんか？	
温故会	町史や地域に残る古文書を活用し、歴史や人物について学ぶ。 10月～3月(月1回)午後1時30分～午後3時 〈講師〉歴史研究家 今野 真 氏
古文書解読初歩講座	古文書を初歩から解読する。 10月～3月(月1回)午後1時30分～午後3時30分 〈講師〉矢島町郷土史研究会 佐藤 洋介 氏
ふるさと歴史講座	ふるさとの歴史や史跡について学ぶ。 10月～3月(2回)午後1時30分～午後3時 〈講師〉NPO法人矢島フォーラム 代表 太田 良行 氏
共通事項	〈会場〉日新館 〈募集定員〉各講座30名 〈受講料〉無料

### 岩城公民館

018-1392  
由利本荘市岩城内道川字新鶴湯50  
電話 73-2468/FAX 73-2131

ジャックオーランタンづくり	
ハロウィンに向けて、本物のカボチャを使ったジャックオーランタンを作ります。	
開催日	10月6日(日)
時間	午前10時～正午
講師	大森 拓也 氏
持ち物	滑り止め付き軍手、持ち帰り用の袋
募集	10名
材料代	無料
会場	岩城会館
備考	汚れてもいい服装推奨。 小学生以下は保護者同伴。

### 由利公民館

015-0341  
由利本荘市前郷字御伊勢下24-1  
電話 53-2245/FAX 53-2992

ほぐしてすっきり つぼ・マッサージ講座	
簡単にできるストレッチ・マッサージを行い、心とからだをほぐしましょう。	
開催日	令和6年11月14日(木)
時間	午前10時～正午
講師	さとう治療院 ゆらり庵 鍼灸師 佐藤 瑞江 氏
持ち物	タオルをご持参ください。
募集	20名
受講料	なし
会場	由利コミュニティセンター「善隣館」
備考	動きやすい服装でご参加ください。

# 大内公民館

018-0795  
由利本荘市岩谷町字日渡100  
電話 65-2210/FAX 65-2841

まくらめ編み教室（中級編）	
ひもを交差して結んで、身近な小物を作ってみませんか？ 初級～中級程度の制作です。	
開催日	①11月8日、②11月15日、③11月22日 ④11月29日、⑤12月6日 (いずれも金曜日・全5回)
時間	午前9時30分～正午
会場	大内公民館・保健指導室
講師	木内 雅美 氏
募集人数	15名
受講料	無料（別途材料費1,000円前後）
募集期間	10月2日(水)～10月11日(金) 土日除く午前9時から午後5時
持ち物	ハサミ、目打ち、メジャー、 ひもを解くクシ、水分補給の飲物

笑顔はつらつ教室	
ストレッチや脳トレなど自宅でもできる運動法の実技指導。 動いて笑って、健康な身体作りをしましょう！	
開催日	①11月7日、②12月5日、③令和7年1月9日 ④令和7年2月6日 (いずれも木曜日・全4回)
時間	午後1時30分～午後3時
会場	大内農村環境改善センター・ホール
講師	由利 栄美 氏
募集人数	20名
受講料	無料
募集期間	10月2日(水)～10月11日(金) 土日除く午前9時から午後5時
持ち物	フェイスタオル、運動靴、水分補給の飲物

# 東由利公民館

015-0295  
由利本荘市東由利老方字橋脇112  
電話 69-2310/FAX 69-2039

ナイトスキー教室	
未就学児童から一般の方までを対象としたスキー教室	
開催日	①1月7日(火)、②1月11日(土) ③1月14日(火)、④1月18日(土)
時間	①～④ 午後6時30分～午後8時
募集締切	1月6日(月)正午
定員	30名
講師	東由利スキークラブのみなさん
受講料	リフト代実費
会場	大平スキー場
備考	

ヨガ教室	
60歳から始めるヨガ・疲れにくい体づくり	
開催日	11月 毎週木曜日（4回連続）
時間	10時30分 から 60分
会場	有鄰館
講師	ヨガ サントーシャ 伊藤 美咲
受講料	無料
募集定員等	先着15名（50代の方も参加OKです）
申込締切	10月31日
準備するもの	動きやすい服装 飲み物 ヨガマット（お持ちの方のみ）
備考	整形外科に通院中で整形的な持病をお持ちの方は医師の承認を得てから申込下さい。

◎掲載の講座・その他講座の詳細につきましては、  
それぞれの公民館にお問い合わせください。



## 西目公民館

018-0604  
由利本荘市西目町沼田字新道下2-533  
電話 33-2315/FAX 33-3536

苔玉教室	
オリジナルの苔玉を2個作成します。	
開催日	11月27日(水)
時間	午前10時～正午
会場	西目公民館シーガル
講師	鈴木 ミツ子 氏
材料代	1,000円
募集	10人
持ち物	エプロン、ゴム手袋、苔玉受皿等(2個分)
備考	

和みのお皿づくり教室	
ほっこりするオリジナルの器で日々の食卓を彩りませんか？全3回で約15cmフラット皿2枚、約14cm深皿2枚、小皿2枚を作成します。	
開催日	10月24日(木) 10月31日(木) 11月7日(木)
時間	午後1時30分～午後3時30分
会場	西目公民館シーガル
講師	癒やし工房にこり 深井真紀 氏
材料代	4,000円(3回分)
募集	6人
持ち物	エプロン、手拭き用タオル
備考	

## 鳥海公民館

015-0501  
由利本荘市鳥海町伏見字久保193  
電話 57-2881/FAX 27-6041

生涯学習講座（制作）	
刺し子、エコクラフト、ごてんまりの制作にチャレンジしませんか？	
刺し子教室	針と糸で作る技術にふれてみよう 11月～2月(4回) 午前10時～午後3時 〈講師〉生涯学習奨励員 阿部克子 氏
エコクラフト(紙バンド)教室	紙バンドでかごを制作してみよう 11月～2月(4回) 午前10時～午後3時 〈講師〉生涯学習奨励員 眞坂和子 氏
ごてんまり教室	本市の伝統工芸品の制作にチャレンジしよう 11月～2月(4回) 午前9時～午後3時 〈講師〉池田 喜栄子 氏
共通事項	〈会場〉紫水館 〈募集定員〉各講座20名 〈受講料〉材料費実費

生涯学習講座（実技）	
ダンスや舞踊などで身体を動かしませんか？	
健康ダンス教室	リズムにのって心も体もリフレッシュ♪ 11月～2月(4回) 午後7時15分～午後8時30分 〈会場〉紫水館 〈講師〉佐々木 もと子 氏
【新規講座】踊りの教室	新舞踊、股旅、洋舞にチャレンジしよう 11月～2月(4回) 午後1時30分～午後4時 〈会場〉紫水館、笹子公民館 〈講師〉生涯学習奨励員 鈴木トシ子 氏
共通事項	〈募集定員〉各講座20名 〈受講料〉無料

◎掲載の講座・その他講座の詳細につきましては、それぞれの公民館にお問い合わせください。



## にかほ市

018-0311  
にかほ市金浦字南金浦49-2  
電話 38-2171/FAX 38-4925

### にかほ市民文化祭2024：発表部門

音楽祭・芸能祭に分かれて、日頃の成果を披露します。	
開催日	10月26日(土)～10月27日(日)
時間	午前10時～
会場	仁賀保勤労青少年ホーム
備考	入場無料 後日にかほ市のYouTubeチャンネルで、発表部門の動画を公開します。

### にかほ市民文化祭2024：展示部門

市内で活動している文化団体や子どもたちの作品を一堂に展示します。日頃の成果をぜひご覧ください。	
開催日	11月2日(土)～11月4日(月)
時間	午前9時～午後4時(※4日のみ午後3時まで)
会場	仁賀保・金浦・象潟公民館、各体育館
備考	体験やバザー・お茶会も実施します。 飲食コーナーも再開予定です。

## 象潟公民館

018-0104  
にかほ市象潟町字狐森31-1  
電話 43-2229/FAX 43-2586

### 俳句の基本講座

松尾芭蕉ゆかりの地で初心者向け俳句の基本講座	
開催日	10月12日(土)、10月19日(土)、10月26日(土)
時間	午前9時30分～午前10時30分
講師	齋藤みどりさん
募集締切	9月30日(月)
持ち物	筆記用具、(あれば)歳時記
募集	20人
会場	象潟公民館
備考	対象：小学生以上 親子での参加も大歓迎です

### 快適ライフスタイル講座

季節(夏秋冬)に合わせた座学&運動の3回コース	
開催日	①9月1日(日)、②10月20日(日)、③1月26日(日)
時間	午前10時～午前11時30分
講師	齋藤真弓さん
募集締切	随時受付
持ち物	筆記用具、タオル、飲み物
募集	20人
会場	象潟公民館
備考	①食とダイエット×フィットネス ②睡眠講座×軽運動 ③体のケア講座×軽運動

## 仁賀保公民館

018-0402  
にかほ市平沢字馬飼森30番地  
電話 37-3121/FAX 37-3123

### アンコンシャス・バイアス講座

「アンコンシャス・バイアス」ってご存知ですか？無意識の思い込みや偏見を気づくことができるきっかけになるかもしれません。

開催日	令和7年2月15日(土)
時間	午後1時30分～午後3時
募集期間	令和6年12月2日～令和7年1月31日
会場	仁賀保公民館
講師	秋田大学教育文化学部教授 和泉 浩 氏
定員	20人
受講料	100円

◎掲載の講座・その他講座の詳細につきましては、それぞれの公民館にお問い合わせください。

