

	1 限目 (9:30~10:40)		2 限目 (11:10~12:20)		3 限目 (13:20~14:30)		4 限目 (15:00~16:10)	
	メインフロア		サブフロア		メインフロア		サブフロア	
総合体育館	だれでもできるスポーツ！インディアカ！！ インディアカクラブかしば 対象 18歳以上 持物 動きやすい服装、体育館用靴、飲み物 体育体験型 定：10人 ¥：200円/人 初心者向け		初心者歓迎！子どもから大人まで楽しめる体幹トレーニング講座 パーソナルジム ENRICH GYM 香芝 須田 雅人 対象 どなたでも 持物 動きやすい服装、水分、ヨガマット 体育体験型 定：24人 ¥：なし 初心者向け		100歳元気ウォーキング 長谷川 司 対象 どなたでも 持物 タオル、水分、動きやすい服装 体育体験型 定：20人 ¥：なし 初心者向け		デューク更家式ウォーキング (人生の最期まで自分の足で歩こう) デューク更家公認ウォーキングスタイリストMao(瀧下 真央) 対象 どなたでも 持物 動きやすい服装、スニーカー、汗拭きタオル、飲み物 体育体験型 定：50人 ¥：500円/人 初心者向け	
	【ZUMBA KIDS】お子様向けのダンスプログラム！ ARI 対象 親子(小学生児童とその保護者) 持物 水分、タオル、動きやすい服装、室内用シューズ 体育体験型 定：24人 ¥：なし 初心者向け		ラテンの曲に合わせて楽しく踊ろう！【ZUMBA】 ARI 対象 18歳以上 持物 水分、タオル、動きやすい服装、室内用シューズ 体育体験型 定：40人 ¥：なし 初心者向け		全世代OK！しなやかな身体に！【はじめてピラティス】 FTPピラティスインストラクター 山口 麻弥 対象 どなたでも 持物 ヨガマット、水分、タオル(エクササイズに使用) 体育体験型 定：24人 ¥：200円(家で使えるリフレクショール付き) 初心者向け		夏うたでベリーダンス講座 サラ 対象 15歳以上(男性も可) 持物 飲み物、動きやすい服装、お持ちならヒップスカーフ(無くてもOK、貸出あり) 体育体験型 定：24人 ¥：なし 初心者向け	

時間割の見方	
講義形式	交流：講師や参加者と交流しながら 聴講：講師の話を聴く
体験	受講生も体験しながら学ぶ
定	定員
¥	参加費

夏のかしばアカデミー参加方法

1. 参加したい講座を選びます

- 講義形式や参加費、対象、持ち物などをよくご確認ください。
- 各講義の詳細は、ホームページをご覧ください。



ホームページ
QRコード

2. 申込フォームにて申込

- 香芝市外のかたもお申込みいただけますが、定員を超えた講座は香芝市在住・在学・在勤のかたを優先に抽選を行います。
- 「利用者登録せずに申し込む方はこちら」ボタンから申込みください。



申込フォーム
QRコード

3. 申込結果通知の受け取り

- 7月29日頃までに、ご登録のメールアドレス宛に申込結果通知が届きます。
- 受講決定したかたは、8月9日当日に持物と参加費をご用意の上、会場へお越しください。

今年も課外授業※を同日開催！

“クルマヤさん”で学ぶ！ 交通安全のポイントと なりきりエンジニア体験

日時：8月9日 ①10:20~12:00 ②13:30~15:10
会場：ネットトヨタ奈良香芝店(香芝市上中830)

○交通安全のポイント

道路には危険がいっぱい！
実際のクルマを使って、
安全のポイントを体感しよう。
知らないことがたくさんあるかも！



↑クルマの死角体験

○なりきりエンジニア体験

キミも今日からエンジニア。
エンジニアウェアを着て作業を体験！
クルマのしくみなども勉強できるよ！



参加費：無料 **対象**：小学生(保護者同伴)
定員：各回10組(15名まで)
講師：ネットトヨタ奈良香芝店スタッフ

※課外授業とは？ 中央公民館や総合体育館以外の施設で行う授業です！

注 意 事 項

- ・事前申込制です。申込が定員を超えた場合は抽選となります。
- ・最小催行人数(2名)の申込がない講座は休講となります。
- ・食事は所定の休憩場所でのお願いいたします。
- ・気象警報の発令等により中止となる場合があります。

2025.8.9(土)開催

大人も子どもも、まなび、つながる。

夏のかしばアカデミー

7.23(水)まで受講生募集中!!

夏のかしばアカデミー

8月9日(土)開催!

場所：中央公民館
総合体育館

受講生募集中!

申込み7月23日(水)まで

個性あふれる講座の受講生を募集中です。
中・裏面の時間割をチェックし、
ぜひお申込みください!

夏のかしばアカデミーとは?

得意なことを教えてみたい香芝市民が
“1日限定の講師”になり、同じく香芝市
に住む人に対して授業を行い、“市民同
士で学び合う”ことを目的としたイベント
です。

*開催日：2025年8月9日(土)

*開催場所：中央公民館・総合体育館



申込みから当日までの流れ

STEP1 講座を選ぼう!

中・裏面の時間割から受講したい講座を選択。

STEP2 申込をしよう! ★申込み切：7/23(水)

インターネットで申込フォームにアクセスして申込!
※各時限×1コマ(1~4限合わせて4コマまで)
申込みが可能

STEP3 受講決定連絡を受け取ろう!

7月29日頃までにご登録のメールアドレス宛に
申込結果通知が届きます。
※定員を超えた講座は香芝市在住・在学・在勤のかたを
優先して抽選を行います

STEP4 イベント当日!会場へ集合!

持ち物を確認し、会場へ集合!

問合せ先 香芝市生涯学習課
Tel 0745-44-3339
主 催 香芝市生涯学習課
共 催 中央公民館

時間割は
中と裏面で



夏のかしばアカデミー 時間割 (要予約)



中央公民館

第3研修室

第4研修室

第6研修室

第8研修室

第9研修室

和室

美術工芸室

視聴覚室

1 限目 (9:30~10:40)

図工
体験型
定：15人
¥：なし
初心者向け

昔のおもちゃを作って遊ぼう
山添 和久
対象 親子
(小学生児童とその保護者)
持物 作品を持って帰る入れ物

親子で昔のおもちゃを身近な物を使い、作って遊んで楽しむ。

2 限目 (11:10~12:20)

理科
交流型
定：20人
¥：なし
初心者向け

お天気を考えるための、基礎・基本をいっしょに学びましょう
中尾 恵輔
対象 小学3~6年生以上
※小学校3・4年生は出来る限り保護者同伴
持物 筆記用具

簡単な実験をまじえ、ふだん目にする天気図の見方、考え方を気象予報士と深めてみませんか？

3 限目 (13:20~14:30)

体育
体験型
定：24人
¥：500円
初心者向け

体のサインに目を向ける～関節痛の原因と予防を考える～
リラクゼーションサロン「&you」
代表 野村 孝佳
対象 どなたでも
持物 筆記用具、動きやすい服装、ハンドタオル

体は色々な不調がありながらも健気に働いてくれます。今回は肩・腰・膝など、大きな関節の不調の原因や対処を考えませんか？



3・4限目連続

社会
聴講型
定：24人
¥：なし
初心者向け

めっちゃ楽しい！SNS(X)講座
あをにまる
対象 どなたでも
持物 スマートフォン
(※なくてもOK！)

ローカルインフルエンサー「卑屈な奈良県民bot」の中の人2号が、SNS(X)を楽しく使いこなすコツをお話しいたします！



国語
体験型
定：15人
¥：100円
初心者向け

初めての演劇ワークショップ
こが さおり
対象 小・中学生
持物 動きやすい服装、室内用シューズ、筆記用具、飲み物

夏休みこども劇団～「桃太郎」～
経験不要！想像力いっぱいのおもしろおかしい、自分たちの「ももたろう」をつくってみませんか？



3・4限目連続

社会
聴講型
定：24人
¥：なし
初心者向け

「知人お身内への結婚・恋愛サポート」をお考えの方に捧げる講座
@karakarakankan
対象 どなたでも
持物 不要



3・4限目連続

社会
聴講型
定：24人
¥：なし
初心者向け

私とボランティアー40年の歩みー
北川 平治
対象 どなたでも
持物 不要



ボランティアとしてこれから地域の方々と共に老いをつめながら楽しい居場所づくりを考えていきたいと思っています。

家庭科
交流型
定：24人
¥：500円/人
初心者向け

「はじめてのエンディングノート」
合同会社未来サポーター燈
代表社員 森 祥子
対象 18歳以上
持物 筆記用具



突然の死や病気は年齢にかかわらず訪れるもの。残される方へ愛を伝え、自分にも、やさしい未来を描いてみませんか？【エンディングノート付き】

国語
交流型
定：24人
¥：100円
初心者向け

日常から少し離れる時間
大人の絵本Time・絵本セラピー
大江 美保子
(絵本セラピスト 絵本専門士)
対象 高校生以上
持物 筆記用具

大人だって十分楽しめる絵本。大人ならではの絵本の世界を体験しませんか？絵本を楽しみエネルギーをチャージしましょう。

音楽
体験型
定：24人
¥：なし
初心者向け

詩吟の楽しみ方
徳稲 晃生
対象 高校生以上
持物 筆記用具



詩吟とはどのようなものかを説明した後、歌って体験してもらいます。最後に手品の技を練習して、頭のトレーニングをします。

体育
体験型
定：10人
¥：なし
初心者向け

お洋服の上から出来るベビーマッサージ
feeling massage講師 Mayumi
対象 3ヶ月～1歳半のお子様
持物 動きやすい服装、バスタオルやヨガマット、水分

赤ちゃん、お子さんのお洋服の上からマッサージをしたりママの『呼吸』に合わせて赤ちゃん、お子さんの身体を動かすマッサージです。

体育
体験型
定：15人
¥：500円
初心者向け

からだがよるこぶ足指ほぐしと重心体操を体験しよう
上山 貴代美
対象 どなたでも
持物 動きやすい服装、ヨガマットまたは、大判バスタオル、水分

呼吸法も学べます。からだの部位を意識して動くとうなるか？体験前と後で、足裏の感覚の違いを体験してください。『重心体操ミニ冊子プレゼント』

家庭科
体験型
定：24人
¥：500円/組
(ご家族あたり)
初心者向け

片付けのコツがわかる！ゲームで楽しく学ぶ整理収納
おなみ@整理収納アドバイザー
対象 年長～小学6年生までの親子
持物 メモ帳、ペン

子どもが自分で片付けられる収納作りの「ミニセミナー」と「おかたづけキッズパネル」を通して、親子で楽しみながら学べます♪

家庭科
体験型
定：10人
¥：なし
初心者向け

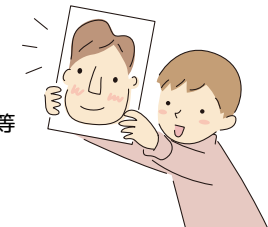
裏面にも講座がたくさん!!



3・4限目連続

図工
体験型
定：10人
¥：200円/組
(親子1組)
200円/人
(その他)
初心者向け

コツをつかんで楽しい似顔絵を描いてみましょう
にがおえfunny
対象 小学生以上、どなたでも
持物 消しゴム、鉛筆2本(Bか、2B) 黒マーカーペン1本
色をつけるための画材は何でもよい
→例：色鉛筆 絵の具(筆、筆洗、筆ふき、パレット)等
A4サイズの画用紙1枚(スケッチブックでも良い)
自分の顔全体が見える「鏡」が写真、または描きたい人の写真など
新聞紙2枚(汚れ防止のため)



3・4限目連続

理科
体験型
定：10人
¥：500円/人
初心者向け

光る！ミニLEDランタンをつくらう
作って学ぶ寺子屋クラブ
対象 小学生(1～6年生)
持物 不要



簡単な電子回路をつくって、ちいさなLEDランタンをつくりましょう。

国語
体験型
定：20人
¥：100円/人
初心者向け

朗読ボイストレーニング
中山 由美子
対象 中学生以上
持物 筆記用具、飲み物



声を出して文章を読む楽しさを一緒に！発声練習で声も元気に。朗読を始めたい、朗読が好きな方、お待ちしております。

音楽
交流型
定：10人
¥：なし
初心者向け

うたのワークショップ
みんなでつくろう香芝のうた
大井 卓也+グッジョブメンバー
対象 どなたでも
持物 不要



声の出し方のコツを学んだり、みなさんと一緒に季節のうたを歌います。最後に香芝のうたを作った香芝に広めましょう。

体育
体験型
定：10人
¥：500円
初心者向け

体も心もほぐれる！タオル体操&ZUMBAGOLD座ってできる
Rosa(ろーざ)
対象 18歳以上
持物 動きやすい服装と運動靴、水分補給水、タオル(70cmあれば大丈夫)



ひざや腰に不安のある方も大丈夫。イスに座ってリズムにのって楽しく汗をかきましょう！参加者にがん防災マニュアル配布します。

時間割の見方 講義形式 交流：講師や参加者と交流しながら 聴講：講師の話を聴く 体験：受講生も体験しながら学ぶ 定：定員 ¥：参加費