

1 限目 (9:30~10:40)

ウォーキング教室
~人生の最期まで自分の足で歩こう!~
ウォーキングスタイリスト
Mao
対象 どなたでも
持物 動きやすい服装、屋内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物

ウォーキングは「どれだけ歩くか」より「どう歩くか」が重要です。歩く前の準備体操、正しい姿勢と歩き方を紹介します。

体育体験型
定: 50人
¥: 500円/人
初心者向け

2 限目 (11:10~12:20)

初心者歓迎! 子供から大人まで楽しめる体力アップトレーニング
ENRICH GYM(エンリッチジム)香芝マサト
対象 どなたでも
持物 ヨガマット

香芝市密着のパーソナルトレーナーがヨガマット1つのスペースでできる体力をつけるための簡単&楽しいトレーニングをします。

体育体験型
定: 40人
¥: なし
初心者向け

100才迄元気に歩ける身体作り
三吉 喜代子
対象 18歳以上
持物 動きやすい服装、ヨガマット、飲み物

人生100年時代! 年齢関係なくやりたい事ができるワクワク人生を痛みがなく、力まず、楽に動ける身体作りのお手伝いをさせていただきます。一緒にワクワクしましょう! 裸足で行います。

体育体験型
定: 20人
¥: 100円/人
初心者向け

夏のかしばアカデミー参加方法

- 1. 参加したい講座を選択**
● 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。
- 2. 申込フォームにて申込**
● 香芝市外のかたもお申し込みいただけますが、定員を超えた講座は香芝市在住、在勤及び在学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かたはこちら」ボタンからお申し込みください。
申込め切: 令和8年7月27日(月)

3. 申込結果通知の受取
7月31日(金)頃までに、ご登録のメールアドレス宛てに申込結果通知が届きます。
受講決定したかたは、8月22日(土)当日に持ち物と参加費をご用意の上、会場へお越しください。

3 限目 (13:20~14:30)

初めての「ストレッチピラティス」
FTPマットピラティス
山口 麻弥
対象 どなたでも(全世代、親子参加歓迎!)
持物 動きやすい服装、飲み物、ヨガマット、フェイスタオル

リハビリ療法が始まりのピラティス。お家でも取り入れてもらえる道具付きで、ケガ防止、姿勢改善! 体幹トレーニングを試みましょう!

体育体験型
定: 35人
¥: 500円/人(セパド付き親子参加の場合小学生以下無料)
初心者向け

4 限目 (15:00~16:10)

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 動きやすい服装、屋内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物

ラテンの曲を中心に世界中の音楽に合わせて踊るダンスエクササイズです! 自分のペースで見たまま体を動かしましょう! 初心者のかたも大歓迎です!

体育体験型
定: 35人
¥: なし
初心者向け

紙ヒコーキとばし 今年も課外授業※を同日開催!

講師: 山本 清光
日時: 令和8年8月22日(土) 3限目(13:20~14:30)
会場: ふたかみ文化センター市民ホール(香芝市藤山1-17-17)
参加費: 無料 定員: 24人
対象: 小学生以上(小学1年生~3年生は保護者同伴)
持物: 割りばし、セロテープ、ホッチキス、輪ゴム3つ

紙、割りばし、輪ゴムを使って紙ヒコーキを作り、滞空時間を競うぞ!

「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
★空調完備しています!
日時: 令和8年8月22日(土) 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)
参加費: 無料 定員: 各回10組(15名まで) 対象: 小学生(保護者同伴)

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、安全のポイントを勉強しよう。知らないことがたくさんあるかも!?

なりきりエンジニア体験
キミも今日からエンジニア! トヨタのウェアを着て実際の作業を体験しよう! クルマのしくみなども勉強できるよ!

注意事項

- ・事前申込制です。申し込み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)の申し込み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みお願いいたします。
- ・気象警報の発表等により中止となる場合があります。

つながる、広がる、学びの輪

夏の かしば アカデミー 2026

令和8年8月22日(土) 開催

多彩な講座 つながる仲間 はじめてOK

夏のかしばアカデミー2026 受講生募集中!

場所: 中央公民館 総合体育館

申込期限 令和8年7月27日(月)まで

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

夏のかしばアカデミーとは?

好きなこと、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: 令和8年8月22日(土)
*開催場所: 香芝市中央公民館 香芝市総合体育館



申込みから当日までの流れ

- STEP1 講座を選ぼう!**
中面と裏面の時間割から受講したい講座を選択。
- STEP2 申込みをしよう! ★7月27日(月)まで**
インターネットから申込フォームにアクセスして申込み!
※各時限1コマずつ申し込みが可能(1~4限合わせて4コマまで)
- STEP3 受講決定連絡を受け取ろう!**
7月31日(金)頃までに、ご登録のメールアドレス宛て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、在勤及び在学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 香芝市教育委員会事務局
教育部生涯学習課
Tel 0745-44-3339

主催 香芝市教育委員会
共催 香芝市中央公民館

時間割は中面と裏面で





夏のかしばアカデミー 時間割 (要予約)



	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)
第1研修室	図工 体験型 定: 10人 ¥: 500円/人 初心者向け AIって楽しい! 「AIはじめの一步講座」 Yume.AI.CS: ゆめAI塾 中本 弘子 対象 どなたでも (AI触ってみたいけど、ちょっと不安と思っているかた) 持物 パソコンまたはスマートフォン Googleアカウントをします。 →既にお持ちのかた: 当日ログインできるようにパスワードの確認をお願いします。 新しく作成するかた: 市ホームページに資料を掲載しておりますのでご確認ください。	社会 聴講型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 「お身内(成長期~適齢期)へ結婚・恋愛サポート」するなら講座 @karakarakankan 対象 どなたでも 持物 スマートフォン (なくても可) まだ成長期でも適齢期超えでも! 結婚・恋愛に困らないよう、今からできることは? 自身の出会いにも応用可! 【お相手斡旋なし】	外国語 交流型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け 元エミレーツCAが教える! 海外で通用する人の考え方と行動 山岡 咲良 対象 どなたでも (海外に興味のあるかた、海外に移住を考えているかた、留学を考えているかたなど) 持物 筆記用具	図工 体験型 定: 10人 ¥: 100円 (資料代) PayPay払可 初心者向け 捨てるのちょっと待った! Windows10PCを蘇らせる方法 リタプラス香芝 熊本 孝司 対象 パソコンを触ってインターネット閲覧をしたことがあるかた 持物 不要 (初期化して良いノートパソコンがあればお持ちください (Mac不可))
	社会 聴講型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 訪問販売・特殊詐欺かな? と思ったとき使える! 予行演習体験講座 勧誘・詐欺バスターズ 対象 どなたでも 持物 不要 自身、家族が不本意契約を結ばない、騙されないために! 訪問販売歴〇年の講師だからこそ、実践的受け答え、回避法をロープレ!	社会 聴講型 定: 24人 ¥: 200円/人 初心者向け はじめの愉快的な「日本神話」 日本神話を普及する会 大和 令央奈 対象 18歳以上 持物 筆記用具	社会 聴講型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 香芝の宝物どんづる峯と地下壕 香芝どんぼし会 澤谷 務 対象 どなたでも 持物 不要	
第2研修室	社会 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け みんなの防災・ペットの防災 あいのぼう 対象 どなたでも 持物 非常用持ち出し袋 (お持ちのかた)	社会 聴講型 定: 24人 ¥: なし 中級者向け なぜ歴史を学ぶのか ~過去に生きる私たち~ 阪本 健太郎 対象 中学生以上 持物 筆記用具	国語 聴講型 定: 24人 ¥: 200円/人 初心者向け 古事記及び日本書紀に基づく日本神話について、初心者を対象に分かりやすく面白く説明します。	外国語 聴講型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 初心者大歓迎! 旅行で使える中国語 岡本 充央 対象 どなたでも 持物 筆記用具
	社会 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け カラフル防災ブレスレットを作ってみよう! チームBOUSAI 対象 どなたでも 持物 不要	図工 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 初心者向け 粘土でサボテンを作ろう ほっこり屋線(あを) 対象 小学1年生以上 持物 不要	国語 交流型 定: 20人 ¥: 500円/人 初心者向け ありのまま、世界の味方になれるセルフコミュニケーション こぼりし ゆきこ 対象 18歳以上 持物 筆記用具、飲み物、おやつ	外国語 聴講型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 中国大陸はもちろん、近年人気の台湾、その他東南アジアなどで使われている中国語を楽しく学んでみませんか? 初心者大歓迎です。
第3研修室	理科 交流型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 天気を理解するための基本について実験を通して学びましょう 中尾 恵輔 対象 小学3年生以上 (小学3年生~4年生はできる限り保護者同伴) 持物 筆記用具 簡単な実験を交えて、お天気を考え、理解するための基礎、基本を、気象予報士と学びましょう。	社会 体験型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 香芝市の二上山博物館って、どんなところ?どこにあるの? 香芝市二上山博物館ボランティアガイドの会会員多数 対象 どなたでも (小学3年生以下は保護者同伴) 持物 筆記用具、軍手	家庭 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け これから楽しく生きる はじめてのエンディングノート (向)未来サポーター燈(あかり) 森 祥子 対象 18歳以上 持物 ペン	国語 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 初めての演劇ワークショップ 夏のかしばアカデミーシアター こが さおり 対象 60歳以上 持物 動きやすい服装、屋内用運動靴、筆記用具、飲み物 経験不要! やりたい! やってみたい! 気持ちがあれば大丈夫! みんなで楽しみましょう!
	数学 聴講型 定: 24人 ¥: なし 初心者向け 初心者向け、資産運用セミナー 谷 春彦 対象 高校生以上 持物 不要	社会 聴講型 定: 20人 ¥: なし 初心者向け 成人、高齢者対象 川柳入門講座 米永 繁夫 対象 18歳以上 持物 不要	家庭 聴講型 定: 20人 ¥: 300円/人 初心者向け 薬膳で養生 夏から秋の過ごし方 黒斗 のり 対象 どなたでも 持物 筆記用具	国語 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け きれいな字を書こう! 寺地 寿和子 対象 5才~7才の子ども 持物 筆記用具(芯の柔らかい鉛筆、下じき、消しゴム)、8マスノート(使用中のものでも可)
第4研修室	家庭 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け シニアメイク 今さら聞けないメイク基礎知識 渡辺 結花里 八木 裕子 対象 50歳以上 持物 普段使っているメイク道具、鏡	体育 体験型 定: 15人 ¥: 500円/人 (ニギルゼン) 初心者向け 気持ちよく動きたいかたへ、「重心たいそう」をおすすめします 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、飲み物	家庭 体験型 定: 10人 ¥: 500円/人 初心者向け 美味しい紅茶の淹れ方と自分好みの紅茶選び 日本紅茶協会認定 ティーインストラクター 前山 桂子 対象 18歳以上 持物 エプロン	公民館1階に休憩場所と授乳スペースがあります
	家庭 交流型 定: 20人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 「なんで片付かないの?」がスッキリわかる! 片付け基礎セミナー おなみ@整理収納アドバイザー 対象 どなたでも (講座内容はママ向けになります) 持物 筆記用具(お子さまがご一緒の場合は遊び道具)	図工 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 初心者向け 子どもからおとなまで楽しめるドット曼茶羅(まんだら)アート制作 ツキモリミナ 対象 小学2年生以上 持物 汚れてもいい服装	家庭 体験型 定: 10人 ¥: 200円/人、200円/組 (親子) 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 どなたでも (小学生以上) 持物 消しゴム・鉛筆2本(Bか2B)、黒マーカーペン1本(にじまないもの) 色をつけるための画材はなんでもよい 一例: 色鉛筆、絵の具(筆、筆洗、筆ふき、パレット) など 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」か写真、描きたい人の写真など 新聞紙2枚(汚れ防止のため) 絵が苦手でも、初心者でも、似顔絵は身近な画材で描けます。自由な表現で一緒に楽しみましょう!	公民館1階に休憩場所と授乳スペースがあります
第5研修室	図工 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 (保護者も費用がかかります) 初心者向け 【親子対象】子どもからおとなまで楽しめるドット曼茶羅(まんだら)アート制作 ツキモリミナ 対象 親子対象(年中以上の子どもとその保護者) 持物 汚れてもいい服装 ドット曼茶羅(まんだら)は色とりどりの小さな点をたくさん並べてつくるキレイなアートです。丸や花火のような形をひとつひとつ点を打ちながら描きます。子どもから大人までみんなが楽しめるやさしいアートです。	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
	理科 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 初心者向け つくって光らせよう! ミニLEDランタン 作って学ぶ寺子屋クラブ 対象 小学生対象(小学1年生~3年生は保護者同伴) 持物 不要	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	図工 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 呼吸と発声の基本でまずはウォーミングアップ! 聴き手に届く朗読、声を出して文章を読む楽しさを体験してください。	公民館1階に休憩場所と授乳スペースがあります
第6研修室	家庭 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け シニアメイク 今さら聞けないメイク基礎知識 渡辺 結花里 八木 裕子 対象 50歳以上 持物 普段使っているメイク道具、鏡	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
	家庭 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け シニアメイク 今さら聞けないメイク基礎知識 渡辺 結花里 八木 裕子 対象 50歳以上 持物 普段使っているメイク道具、鏡	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
第9研修室	家庭 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け シニアメイク 今さら聞けないメイク基礎知識 渡辺 結花里 八木 裕子 対象 50歳以上 持物 普段使っているメイク道具、鏡	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
	家庭 体験型 定: 24人 ¥: 500円/人 初心者向け シニアメイク 今さら聞けないメイク基礎知識 渡辺 結花里 八木 裕子 対象 50歳以上 持物 普段使っているメイク道具、鏡	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
美術工芸室	図工 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 (保護者も費用がかかります) 初心者向け 【親子対象】子どもからおとなまで楽しめるドット曼茶羅(まんだら)アート制作 ツキモリミナ 対象 親子対象(年中以上の子どもとその保護者) 持物 汚れてもいい服装 ドット曼茶羅(まんだら)は色とりどりの小さな点をたくさん並べてつくるキレイなアートです。丸や花火のような形をひとつひとつ点を打ちながら描きます。子どもから大人までみんなが楽しめるやさしいアートです。	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
	図工 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 (保護者も費用がかかります) 初心者向け 【親子対象】子どもからおとなまで楽しめるドット曼茶羅(まんだら)アート制作 ツキモリミナ 対象 親子対象(年中以上の子どもとその保護者) 持物 汚れてもいい服装 ドット曼茶羅(まんだら)は色とりどりの小さな点をたくさん並べてつくるキレイなアートです。丸や花火のような形をひとつひとつ点を打ちながら描きます。子どもから大人までみんなが楽しめるやさしいアートです。	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
視聴覚室	理科 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 初心者向け つくって光らせよう! ミニLEDランタン 作って学ぶ寺子屋クラブ 対象 小学生対象(小学1年生~3年生は保護者同伴) 持物 不要	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物
	理科 体験型 定: 12人 ¥: 500円/人 初心者向け つくって光らせよう! ミニLEDランタン 作って学ぶ寺子屋クラブ 対象 小学生対象(小学1年生~3年生は保護者同伴) 持物 不要	理科 体験型 定: 10人 ¥: 500円/組 (一家族あたり) 初心者向け 親子ではじめるクワガタの捕まえかた、育てかた(初級編) ヒガッシー 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 不要	家庭 体験型 定: 10人 ¥: なし 初心者向け 回して遊ぼう 山添 和久 対象 親子対象(小学生とその保護者) 持物 作品を持って帰る入れ物	国語 体験型 定: 15人 ¥: 100円/人 初心者向け 楽しく「声書き」! 朗読ボイストレーニング 中山 由美子 対象 高校生以上 持物 筆記用具、飲み物