

令和8年度(6月開講) 河合町民大学 学生募集

河合町民大学では、みなさんが健康的で豊かな毎日を過ごすための生涯学習活動支援として、学習や体験の機会を提供しています。



新規講座 (P2~3)

和食の基本講座、大人の学校給食講座
楽しいペン字講座、パワーヨガ講座



通年講座 (P4)

フラワーアレンジメント講座、古典講座
古文書講座、筆文字アート講座
本格和菓子講座、ふんわりヨガ講座



セミナー (P5~6)

生涯学習セミナー、歴史セミナー
遺跡学セミナー



スポーツ教室 (P6)

わくわくスポーツ教室、スポーツ吹矢教室



青少年教室 (P7)

かわい寺子屋教室、親と子の体験教室

いろいろなことに
挑戦しようすな♪



申込方法、お問い合わせ先は、裏面をご覧ください。

町外在住の方も受講できます！

※ すべての講座、セミナー、教室 受講料2,000円追加

※ 定員超過の場合は町内の方を優先

新規講座

○定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
 ○定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
 ○内容・日程等は変更となる場合があります。
 ○開講後は受講料等の返金はできません。

◆和食の基本講座

☆新規☆ プロの料理人から和食の“いろは”を学びます！
 (事前にアレルギー調査をします)

毎日の食事で親しんでいる和食を、より彩り豊かで美味しくするため、魚のさばき方や出汁の取り方を学びます。毎回、出来上がった料理を試食します。



- 講習月 6～2月 5回 (偶数月)
- 日時 第4木曜日 9:30-12:00 (12月のみ第2木曜日)
- 場所 町立公民館
- 講師 佐伯 誠紀
- 受講料 4,000 円
- 材料費 5回分 10,000 円 (受講料と一括支払)
- 対象 成人
- 定員 12名

6/25	本格和食出汁の取り方 ～ 一番出汁で作るお吸物 ～	
8/27	魚のおろし方と下処理	
10/22	季節の酢の物とだし巻き卵	
12/10	オリジナル粕汁の作り方	
2/25	ひなちらし寿司	

◆大人の学校給食講座

☆新規☆ なつかしの給食で心と体の健康UP！
 (事前にアレルギー調査をします)

年代によって思い出の給食メニューはさまざま。いつの時代も、給食の献立は栄養バランスを考えて作られてきました。

栄養学のプロと楽しく作って美味しく食べましょう♪



- 講習月 6～2月 8回 (9月は休講)
- 日時 第2土曜日 10:00-13:00
- 場所 町立公民館
- 講師 畿央大学 上西 梢
- 受講料 4,000 円
- 材料費 8回分 8,000 円 (受講料と一括支払)
- 対象 成人
- 定員 12名

6/13	学校給食の定番メニューを作ろう【和食編】	
7/11	学校給食の定番メニューを作ろう【洋食編】	
8/ 8	学校給食の定番メニューを作ろう【中華編】	
10/10	昔なつかしい学校給食を作ろう	
11/14	郷土料理を取り入れた学校給食を作ろう	
12/12	行事食(クリスマス)の学校給食を作ろう	
1/ 9	世界の料理を取り入れた学校給食を作ろう	
2/13	リクエストメニューで学校給食を作ろう	

新規講座

○定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
 ○定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
 ○内容・日程等は変更となる場合があります。
 ○開講後は受講料等の返金はできません。

◆楽しいペン字講座

☆新規☆

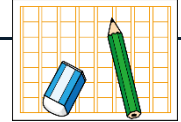
キレイな文字のコツをつかんで印象UP!

ご自宅にあるボールペンや鉛筆、筆ペンを使い学習します。

何歳からでも上達でき、日常のさまざまな場面で役に立つ、生活実用講座です。

6/19

ご自分の住所・氏名の練習

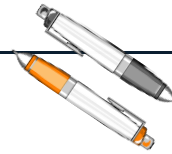


7/17

平仮名の練習

9/18

カタカナの練習



10/16

都道府県の練習



11/20

漢字・仮名交じり文を書こう

12/18

慶弔用語の練習



1/15

やさしい掲示文の練習

2/19

プレゼント用 カード作り(大切な言葉を…)

- 講習月 6～2月 8回 (8月は休講)
- 日時 第3金曜日 10:00-11:30
- 場所 町立公民館
- 講師 西脇 絢穂
- 受講料 4,000 円
- 材料費 8回分 1,000 円 (受講料と一括支払)
- 対象 成人
- 定員 10名

◆パワーヨガ講座 (初級入門編)

☆新規☆

現役世代も参加しやすい週末の夜に短期集中開催。
 柔軟性や体力、基礎代謝UPで猛暑を乗り越えましょう!!

“パワーヨガ”という名前から「ハードルが高く、難しく、きつい」と思われがちですが、動きや効果を1つずつ丁寧に説明します。ヨガが初めての方でも、安心してご参加いただけます。



- 講習月 7月 4回
- 日時 毎週金曜日 19:00-20:30
- 場所 町立公民館
- 講師 湊 千恵
- 受講料 2,000 円
- 材料費 なし
- 対象 成人
- 定員 10名

7/ 3

パワーヨガの呼吸法
 ～太陽礼拝 前半の動き～



7/10

パワーヨガの呼吸法
 ～太陽礼拝 後半の動き～



7/17

パワーヨガの呼吸法
 ～太陽礼拝に流れでチャレンジ～



7/24

パワーヨガの呼吸法
 ～太陽礼拝に基本ポーズをプラス～

通年講座

○定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
 ○定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
 ○内容・日程等は変更となる場合があります。
 ○開講後は受講料等の返金はできません。

◆フラワーアレンジメント講座

季節に合わせた作品で、暮らしに彩りを添えましょう♪



- 講習月 6月～2月 8回
- 日時 第1土曜日 13:30-15:30 (8月休講、1月は第2土曜日)
- 場所 町立公民館
- 講師 鈴木 千加
- 受講料 4,000円
- 材料費 1回 3,300円 (毎回、次回分を支払)
- 対象 成人
- 定員 10名

◆古典講座

『源氏物語』を題材に取り上げます。昨年読み進めた「薄雲巻(前半)」までのあらすじと「朝顔巻」を読みます。実際に原文を読み解きながら、古典に親しみましょう。



- 講習月 6月～3月 10回
- 日時 第2土曜日 10:30-12:30 (9月・11月は第3土曜日)
- 場所 町立公民館
- 講師 奈良学園大学 鍵本 有理
- 受講料 4,000円
- 材料費 なし
- 対象 成人
- 定員 15名

◆古文書講座

中級～上級の経験者向け。河合町をはじめ県内に残る史料を中心に、レベルの高い文書に取り組み、実用的な力を身につけます。



- 講習月 6月～2月 8回
- 日時 第4土曜日 14:00-16:00 (8月休講)
- 場所 町立公民館
- 講師 奈良大学 奥本 武裕
- 受講料 4,000円
- 材料費 なし
- 対象 成人
- 定員 15名

◆筆文字アート講座

筆ペンや絵の具で気軽に描けるアート書画です。心あたたく元気な毎日を過ごせるよう、世界に1つだけのオリジナル作品を描きましょう。



- 講習月 6月～2月 8回
- 日時 第2金曜日 13:30-15:30 (8月休講)
- 場所 町立公民館
- 講師 矢追 昭子
- 受講料 4,000円
- 材料費 新規の方 2,200円 継続の方 700円 (受講料と一括支払)
- 対象 成人
- 定員 15名

◆本格和菓子講座

(事前にアレルギー調査をします)

とても奥深い和菓子の世界ですが、ご家庭でも身近に親んでもらえるよう、製菓のポイントやコツを伝授します。毎月さまざまなメニューをご用意しますので、ぜひ挑戦してください。



- 講習月 6月～2月 8回
- 日時 第1土曜日 10:00-12:00 (8月休講) (1月のみ第3土曜日)
- 場所 町立公民館
- 講師 西川 英男
- 受講料 4,000円
- 材料費 8回分 8,000円 (受講料と一括支払)
- 対象 成人
- 定員 12名

◆ふんわりヨガ講座

“心と体に効くヨガ”をモットーに安全でケガのないメニューをこなし、心身ともにふんわり軽くなり楽しんでいただける初心者も大歓迎のレッスンです。



- 講習月 6月～12月 14回
- 日時 第1・第3火曜日 (11月は第2・第3火曜日) 13:30-14:30
- 場所 町立公民館
- 講師 吉村 望
- 受講料 4,000円
- 材料費 なし
- 対象 成人
- 定員 15名



セミナー

○定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
 ○定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
 ○内容・日程等は変更となる場合があります。
 ○開講後は受講料等の返金はできません。






◆生涯学習セミナー 全6回

さまざまなジャンルの体験活動をとおして、
 より豊かで健康的な毎日を過ごすためのセミナーです。

生涯学習セミナーでは、趣味や生きがいづくり、また交流の輪を広げるきっかけとなるメニューを用意しています。



- 講習日 金曜日
13:30-15:30
- 受講料 3,000円
- 材料代 1,000円
(受講料と一括支払)
- 対象 成人
- 定員 25名

6/19	季節の俳句入門 ～日常のささいな出来事を詠みましょう♪～		場所 町立公民館 講師 奥田 好子
7/17	創作おりがみ① ～脳トレ効果もあります!!～		場所 町立公民館 講師 原 友子
9/25	コーヒーの豆知識 & 飲み比べ ～日々一杯をさらに美味しく♪～		場所 町立公民館 講師 柴田 俊和
10/16	現地郷土学習(終日) 天川村 洞川地区 ※詳細な日程は別途通知		集合 町立公民館 ※現地までマイクロバス
11/20	リトミック音楽体験 ～季節の音楽に合わせて心も体もリフレッシュ!～		場所 町立公民館 講師 加藤 幸
12/18	創作おりがみ② ～脳トレ効果もあります!!～		集合 町立公民館 講師 原 友子

◆歴史セミナー 全6回

6月～10月は大河ドラマで注目の『豊臣秀長』関連です。
 11月・12月は世界文化遺産登録をめざす『飛鳥・藤原』関連です。

昨年に続いて『奈良まほろばソムリエの会』から講師をお招きします。今年は、55年ぶりに奈良の地が舞台となる大河ドラマに関連した内容、また今夏、県内4件目の世界文化遺産に登録される(!?) 飛鳥・藤原京について学びます。



- 講習日 水曜日
13:30-15:00
- 講師 奈良まほろばソムリエの会
- 受講料 3,000円
※別途、施設入館料が掛かる場合があります。
- 対象 成人
- 定員 25名

6/ 3	“大和大納言” 豊臣 秀長 ～太閤を支えた賢弟～	【講義】 場所 町立公民館 講師 徳南 毅一
7/ 1	宮大工 中井 正清 ～法隆寺から日本一の棟梁になった職人～	【講義】 場所 町立公民館 講師 西川 誠
9/ 2	秀長百万石の居城 ～大和郡山城と城下町を巡る～①	【講義】 場所 町立公民館 講師 大江 弘幸
10/ 7	秀長百万石の居城 ～大和郡山城と城下町を巡る～② ※詳しい日程等は、別途通知します。	【現地学習】 場所 大和郡山市 講師 大江 弘幸 ※現地までマイクロバス
11/ 4	飛鳥・藤原京 ～飛鳥宮から平城京“躍動する都”～	【講義】 場所 町立公民館 講師 橋本 厚
12/ 2	飛鳥の歩き方 ～万葉歌碑編～ ※詳しい日程等は、別途通知します。	【現地学習】 場所 明日香方面 講師 西川 年文 ※現地までマイクロバス

セミナー

- 定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
- 定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
- 内容・日程等は変更となる場合があります。
- 開講後は受講料等の返金はできません。

◆遺跡学セミナー 全7回

河合町職員が講師となり、町内の古墳・史跡を座学と現地学習で学びます。実際に歩いて、文化財の魅力にふれましょう。

河合町は、県内有数の古墳などの史跡が存在する町です。
また、シガゾウの化石が出土した県内唯一の市町村ということはお存じでしょうか？
令和7年度までの発掘調査で明るみになった最新の情報を加えて、“見て聞いて歩いて”町内の遺跡や史跡を学びます。
※随行の自動車はありません。



- 講習日 木曜日 13:30-
- 講師 観光振興課 吉村 公男
- 受講料 3,000 円
- 対象 成人
- 定員 20名

9/10 河合町の遺跡概要(前半)

【講義】
場所 町立公民館

9/24 河合町の遺跡概要(後半)

【講義】
場所 町立公民館

10/22 南部の遺跡1(7km)
～ナガレ山古墳などの
馬見丘陵公園周辺の遺跡巡り～

【現地学習】
集合 保健センター

11/ 5 北部の遺跡1(5.7 km)
～大輪田駅から
大輪田・薬井周辺の遺跡巡り～

【現地学習】
集合 大輪田駅

11/19 南部の遺跡2(7.8 km)
～佐味田宝塚古墳
牧野古墳(広陵町)などの遺跡巡り～

【現地学習】
集合 保健センター

11/26 北部の遺跡2(6.4km)
～長林寺・大塚山古墳
広瀬神社などの遺跡巡り～

【現地学習】
集合 保健センター

12/10 北部の遺跡3(3.2km)
～フジ山古墳
シガゾウ化石産出地などの遺跡巡り～

【現地学習】
集合 町立公民館

スポーツ教室

- 定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
- 定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
- 内容・日程等は変更となる場合があります。
- 開講後は受講料等の返金はできません。

◆スポーツ吹矢教室 全6回

忍者などの武器として扱われていた吹矢が、誰でも参加しやすいスポーツ吹矢となって登場！呼吸法と集中力を身につけ、的を射るスリルを楽しみませんか。



- 講習月 6～12月
- 日時 第3木曜日 14:00-15:30
- 講習場所 町立体育館 (高塚台 3-4-2)
- 受講料 1,000 円 (保険料込み)
- 材料費 なし
- 対象 成人
- 定員 15名

◆わくわくスポーツ教室 全12回

軽スポーツを通じて健康・体力の維持に努め、仲間との交流を深めることにより、生きがいの高揚を図ります。

【内容】

- ・卓球
- ・スリータッチボール
- ・グラウンドゴルフなど



- 講習月 6～3月
- 日時 第2木曜日 ほか 13:30-15:30
- 講習場所 町立体育館 ほか (高塚台 3-4-2)
- 受講料 3,000 円 (保険料込み)
- 材料費 なし
- 対象 55歳以上の成人
- 定員 25名

青少年教室

○定員を超えた場合は、①町内優先、②抽選とします。
 ○定員の半数に満たないときは、開講しない場合があります。
 ○内容・日程等は変更となる場合があります。
 ○開講後は受講料等の返金はできません。

◆かわい寺子屋教室 全4回

すさみ町での自然体験は、海水浴や友達との共同生活で2日間を過ごします。

他にも工場見学と料理体験を予定しています!



- 曜日 土曜日
※7月は木曜～金曜
- 受講料 7,000円
(材料代・保険料込)
- 対象 小4～中3
- 定員 25名

6/27 10時～12時	すさみ町の事前説明会 & レクリエーション	場所 町立公民館
7/30(木) ～31(金) 8時出発	1泊2日自然体験(終日) 和歌山県すさみ町 (海水浴など) ※詳細な日程は別途通知	集合 町立公民館 ※現地までバス
10/10 8時30分出発	工場見学 京都府久御山町 コカ・コーラボトラーズジャパン	集合 町立公民館 ※現地までマイクロバス
11/28 10時～13時	料理体験(KAWAI BLACK 使用) “黒豆とベーコンのパスタ” & スープ	場所 町立公民館 講師 西川 英男

◆親と子の体験教室 全6回

少しずつ自分でできることが増えてきた新入学からのお子さんと保護者で、お出かけしたり、体験したり、...

知的好奇心を刺激するプログラムにチャレンジします♪



- 曜日 土曜日
- 受講料 1人 3,500円
(子ども1人・保護者1人の場合 7,000円)
(材料代・保険料込)
- 対象 小1～小3と保護者
※幼児以上の弟妹も同料金で参加可
- 定員 10組(計25名)

7/4 8時30分出発	潮干狩り(終日) 三重県津市 御殿場浜 ※詳細な日程は別途通知	場所 町立公民館 ※現地までマイクロバス
7/18 9時～10時	ぶどう狩り体験 ※こども園駐車場 集合	場所 町有地ぶどう園
10/17 10時～12時	みんなで作ろう ハロウインの音! ～音楽体験&楽器作り～	場所 町立公民館 講師 加藤 幸
11/7 8時30分出発	低山ハイキング(終日) 曾爾村 曾爾高原 ※詳細な日程は別途通知	場所 町立公民館 ※現地までマイクロバス
12/12 10時～12時	“手軽で簡単”陶芸体験	場所 中央公民館(旧館) 講師 陶芸同好会
1/30 10時～13時	料理体験(KAWAI BLACK 使用) “黒豆チーズバーガー” & サラダ	場所 町立公民館 講師 西川 英男

● **申込期日** 令和8年4月24日（金）まで随時受付中（はがきは当日消印有効）

※定員に満たないときは、二次募集を行う場合があります。
詳しくは、問い合わせ先までご連絡ください。

● **申込方法** 下記3つのいずれかの方法で申し込み

簡単手続き！

① インターネット URLまたは二次元コードから申し込んでください

<https://logoform.jp/f/BjAVF>



② 往復はがき 1講座につき1枚往復はがきを送ってください

【往信面記入事項】 1. 希望する講座 2. 郵便番号・住所 3. 氏名（ふりがな）
4. 電話番号 5. 年齢・性別 6. 学校名・学年 or 勤務先（在勤の場合）
保護者氏名（未成年の申し込みの場合）

【返信面記入事項】 申込者住所・氏名

③ 窓口 下記の各施設の窓口で直接申し込んでください

1講座につき1枚、申込者住所・氏名を記入した官製はがきを持参してください

● **受講決定** 令和8年5月中旬 はがき又はメールで通知

● **申し込み・問い合わせ**

☆各講座・セミナー
☆かわい寺子屋教室
☆親と子の体験教室



生涯学習課：生涯学習係
（町立公民館内）※月曜休み
電話 0745-57-2271

〒636-0071 河合町高塚台3-4-2

☆わくわくスポーツ教室
☆スポーツ吹矢教室



生涯学習課：スポーツ振興係
（スポーツ管理棟内）※月曜休み
電話 0745-56-4600

〒636-0061 河合町山坊85

アンケートご協力をお願い!

町民大学では、これからも皆様のニーズに応じた講座やセミナーの開催に向け、アンケートを実施します。二次元コードからアンケート入力フォームに進みますので、たくさんのご意見をいただきますよう、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

