

令和7年度出前講座メニュー(町民編) ※町民が講師

分野	No.	講 座 名	備考
文化	1	将棋講座	
	2	短歌入門	
	3	楽しい川柳講座	
	4	茶道教室	
	5	昔のわら細工(しめ縄など)	
	6	郷土芸能「鶏舞」	
	7	日本舞踊入門	
	8	着物の着付入門	
	9	暮らしのマナー・礼儀作法講座	
教養	10	日商簿記入門	
	11	白鳥を観察しよう	
	12	山草講座	
	13	接客・接遇講座	
趣味	14	デジタル写真を撮ろう	
	15	パソコン講習	
	16	アロマ・メモリーオイル講座	※
	17	つまみ細工	
健康	18	くみ紐ストラップ	
	19	レクリエーションゲーム講習	
	20	レクリエーションダンス講習	
	21	体操・呼吸法・ストレッチ講習会	
	22	気功講習	
	23	ヨガ教室	
	24	ピラティス ダンスレーション	
	25	3B体操	
	26	体の痛みへのセルフケア講座	
	27	歩行トレーニング	

分野	No.	講 座 名	備考
スポーツ	28	ソフトテニス講習会	
	29	ファイン・ボール講習会	
	30	フォーピーボール講習会	
	31	少林寺拳法入門	
	32	スピードスケート教室	
	33	マラソン教室	
	34	ニュースポーツ体験	
	35	体力測定をしてみよう	
音楽	36	音楽講座(ピアノ、合唱など)	
	37	箏曲(琴)入門	
幼児	38	保育体験	
	39	子育て親楽ルーム おやぐ	
地域活動	40	町内会活動の実践事例	
	41	子ども会指導者講座	
その他	42	各種ものづくり体験	
	43	向山駅ミュージアム見学	
	44	おいらせ音頭振付講習	
	45	おいらせよさこいソーラン振付講習	
	46	紙芝居講座	
	47	本町地区まち歩き	※
	48	キャリア教育・形成講座	※
	49	おいらせ歴史と自然かるた教室	
	50	郷土の自然と歴史教室(屋内外問わず)	※
	51	発酵麹スイーツ、発酵Veganスイーツ、 酵素シロップ、酵素クラフトコーラ 講座	
	52	特製メニュー(ご要望により調整)	

※は1カ月以上前の申し込みが必要な講座です。