

身になる！

聞いてみたい
この講座！

ようこそ
町おもしろもん

習ってみたい
あの先生！

ミニ体験講座

金沢区民活動センターが主催し、金沢区「街の先生」・登録団体が実施する講座です



2025 年

9月2日(火)～29 日(月)

8/13(水) 9時～申込み開始 (先着順)

金沢区内区民利用施設・金沢区民活動センターにて実施。詳細は中面をご覧ください。
注意:事前予約が必要です！あらかじめ講師へご連絡ください

8/13(水)9時～
申込み開始(先着順)

お申込みは直接講師へ
氏名・電話番号など



講

座

一

覧

六浦地区センター

8(月) ♪チェロを弾いてみましょう

体験用のチェロ大人用と子供用各1台用意します。
弾き方はお教えします。

時 間:15時～18時
参加費:無料 定 員:5名
持ち物:なし
講 師:目黒 未由佳
連絡先:090-2008-9356

24(水) イスヨガと季節の薬膳茶

再び注目の東洋医学！秋の体調を軽い体操と
お茶で整えましょう！

時 間:13時30分～14時30分
参加費:500円 定 員:10名
持ち物:動きやすい服装、汗拭きタオル、
水分補給の飲み物
講 師:まさえ先生
連絡先:090-6022-3104(松本)
makie416@gmail.com



六浦南コミュニティハウス

14(日) もしものとき「ペットのために」

病気などで飼育困難な時、災害時に、ペットを守る
方法をご説明します。

時 間:10時～12時
参加費:無料 定 員:20名
持ち物:筆記用具
講 師:名倉 武之
連絡先:090-5314-2209
yumekamon.kana@gmail.com



28(日) これって危ない？危なくない？
スマホ安心講座+相談会

この電話番号出ても大丈夫？キャッシュレスって
安心？などスマホの疑問にお答えします。

時 間:10時15分～11時45分
参加費:無料 定 員:20名
持ち物:スマートフォン、筆記用具
講 師:スマホアドバイザーチーム金沢
連絡先:080-4051-8893 羽持(はもち)
hello@citizen-ship.net



柳町コミュニティハウス

24(水) こぎん刺し

津軽の伝統工芸こぎん刺しの技法を用いて
ミニフレームを作ります。

時間:13時～15時
参加費:800円 定 員:各15名
持ち物:メガネ(必要な方)
講 師:相澤 千鶴
連絡先:090-2541-3449
chiichan.a.926@gmail.com

25(木) わかる遺言書作成について

遺言書の作成と効果について、事例を交えてわかり
やすく説明します。

時 間:13時10分～14時50分
参加費:300円 定 員:20名
持ち物:筆記用具(必須)
講 師:石川 秀俊
連絡先:080-2076-7308

29(月) ビーズアクセサリ作り

きれいなアクセサリを作り、オシャレと頭の体操
を目指します。

時 間:13時～15時
参加費:800円 定 員:8名
持ち物:小さなハサミ
講 師:湯瀬 鈴子
連絡先:090-9363-0811
bellebelle1512@gmail.com



各講座の申込みは直接講師までお願いします

並木北コミュニティハウス

20(土) 三味線を弾いてみよう

三味線の構造とバチの構え方の説明をして、実際に弾いてみます。

時 間:10時~11時30分
参加費:無料 定 員:6名
持ち物:なし(三味線をお持ちの方はご持参下さい)
講 師:豆吉
連絡先:090-1844-9365(富永)
okeikosyami216@gmail.com

21(日) ペン字を習おう(幼児から大人)

幼児は入学準備に正しい平仮名を、小学生から一般は美しい文字と見せ方を

時 間:10時10分~11時30分
参加費:無料 定 員:20名
持ち物:なし(道具貸し出しあり)
講 師:金沢書道協会
連絡先:090-2255-4740(近藤)ショートメッセージ可
yuask68106@icloud.com

28(日) やさしいダンス&ゆったりリラックスヨガ講座

初心者の方でも行いやすく、楽しくストレス解消していきます。お気軽にご参加ください。

時 間:10時~11時30分
参加費:500円 定 員:14名
持ち物:ハンドタオル、飲み物、ヨガマットかヨガマット替わりのバスタオル、運動着
講 師:蒲原 美樹
連絡先:080-2596-8929
puyuanmeishu@gmail.com

並木コミュニティハウス

17(水) 足の衰え予防!!高齢者体操

下半身を軸にバランス力を強化して転倒・ふらつきを予防します!

時 間:13時~14時30分
参加費:無料 定 員:20名
持ち物:タオル、飲み物、動きやすい服装
講 師:片野坂 千春
連絡先:080-5133-6510
c.k0216@icloud.com

27(土) プロ直伝!カラオケ上達講座

講師と一緒に歌いながら、カラオケのコツを学ぶ楽しい講座です。

時 間:9時30分~11時20分
参加費:無料 定 員:30名
持ち物:筆記用具、録音機材(あれば)
講 師:阿部 きみえ
連絡先:045-785-3506
jewelrybox5577@gmail.com

金沢地区センター

12(金) 木目込みで作るまり飾り

7センチの吊るして飾れるまりを作ります。

時 間:12時30分~14時30分
参加費:700円 定 員:8名
持ち物:エプロン
講 師:池田 真加漣
問合せ:090-5490-9210
makanami321@gmail.com

富岡並木地区センター

6(土) 筆ペン写経の脳トレで心安らかに

般若心経の読誦、意味の解説後に手本をなぞり書きしていただきます。

時 間:10時~11時30分
参加費:100円 定 員:20名
持ち物:筆ペン(貸し出し可)、文鎮(なくても可)、下敷きまたはこれらに代わるもの
講 師:写経の会
連絡先:070-8523-7925(渡辺)
kakuzan75@gmail.com

小田コミュニティハウス

13(土) お箏を弾いてみませんか?

箏で「さくらさくら」を弾き、尺八は音を出してみましよう。お子様からお年寄りまでご参加お待ちしております。

時 間:13時30分~14時30分
参加費:無料 定 員:15名
持ち物:箏爪(お持ちの方)
講 師:金沢三曲会
連絡先:045-771-6330(柳下)
080-5080-1240(梅田)ショートメッセージ可
*電話に出られない場合は留守電に入れてください。折り返します。

富岡コミュニティハウス

13(土) お祭りの太鼓・篠笛無料体験教室

小学2年生から大人まで、未経験のかたでも大丈夫です。

時 間:10時~11時30分
参加費:無料(笛購入希望者のみ300円) 定 員:10名
持ち物:ハンカチ、飲み物、タオル
講 師:小早川 誠
連絡先:090-8720-9419
kobayakawa8@yahoo.co.jp



各講座の申込みは直接講師までお願いします

金沢公会堂 和室

2(火) 気軽に楽しめる茶道体験

お菓子のいただき方とお抹茶の点て方

時 間:10時~11時30分
参加費:500円 定 員:10名
持ち物:白ソックス
講 師:金沢茶道会
連絡先:090-5818-0319 (田宮)



金沢区民活動センター“ゆめかもん”

14(日) 鍵盤ハーモニカ体験会

音符が読めなくても大丈夫! 脳と呼吸を鍛えながら楽しく合奏♪

時 間:14時~15時
参加費:無料 定 員:10名(60歳以上)
持ち物:ハンカチ、飲み物
講 師:横山 由佳子
連絡先:070-3774-1282
kenhamo3melody@gmail.com

西金沢コミュニティハウス

23(火・祝) みんなのウクレレ体験会

音楽知識は不要。その日に弾けるようになる。
楽器無しで参加可。

時 間:10時~11時50分
参加費:500円 定 員:10名程度
持ち物:なし(ご自身のウクレレ持参での参加も可能)
講 師:平 一廣
連絡先:090-6945-4452
peaceman.taira@gmail.com

23(火・祝) スマホの部屋

スマートフォンの「聞きたい」「知りたい」が聞ける講座

時 間:14時~16時
参加費:無料 定 員:7名程度
持ち物:スマートフォン、筆記用具
講 師:スマホサポーターズ! かなざわ
連絡先:050-7118-0735(ナカザワ)
sumasapo.kanazawa@outlook.com

金沢公会堂 多目的室

19(金) 大人のためのピアノはじめて講座

初心者向け、3人までのグループ講座でピアノを体験できます。

時 間:9時30分~10時/10時30分~11時
参加費:100円 定 員:各回3名
持ち物:なし
講 師:Tutti 音楽サロンピアノサークル
連絡先:045-349-3258(松下)
pianotaiken2025@gmail.com

19(金) 踊って楽しもう! 民謡体験

民謡(盆踊り曲)をCDに合わせて輪になって踊ります。

時 間:13時15分~14時30分
参加費:無料 定 員:10名
持ち物:上履き(シューズ)
講 師:千原 良子
連絡先:090-1459-4785
uin27589@nifty.com

大道コミュニティハウス

10(水) はじめようブレスト・アウェアネス

乳がんの早期発見・早期治療につながる
セルフチェックを学ぼう。

時 間:10時~11時
参加費:無料 定 員:10名
持ち物:なし
講 師:伊久美 知佳
連絡先:090-5360-6429
cikumi.k.j@gmail.com



24(水) ストリートピアノデビューの前に

緊張も分かちあう、はじめてのピアノ弾き合い会

時 間:10時~11時30分
参加費:無料 定 員:12名
持ち物:楽譜、少しの勇氣
講 師:松下 直美
連絡先:045-349-4088
cotorimusic@gmail.com

29(月) 安心感を伝えるコミュニケーション入り口講座

安心できる関係づくりを心理学x実践でサポートします。

時 間:9時30分~11時30分
参加費:無料 定 員:10名
持ち物:筆記用具
講 師:河合 崇
連絡先:090-3572-9065
w.aim.creative@gmail.com



主催:金沢区民活動センター“ゆめかもん”

Tel : 045-788-7803 mail : kz-kumincenter@city.yokohama.lg.jp