

パソコン入門講座のお知らせ

生涯学習文化課 ☎65-6552



初心者向けのパソコン講座を開講します。六荘まちづくりセンターでは、パソコン無料サポートも実施します。詳しくは、お近くのまちづくりセンターに設置している「パソコン講座予定表」をご覧ください。

【申込先】
市民交流センター(地福寺町) ☎65-3366
湖北まちづくりセンター(湖北町速水) ☎78-1287
六荘まちづくりセンター(勝町) ☎62-0198
【問合せ】
NPO法人IT育成会 あすな ☎63-8319

会場	講座名	受講料	開講日	回数
市民交流センター	パソコン基本操作	3,000円	10月4日(月)13時30分~	3回
	ホームページ作成(基礎編)	4,000円	10月4日(月)10時~	5回
湖北まちづくりセンター	エクセル出納簿講座	4,000円	10月4日(月)10時~	4回
	はがき作成講座	2,000円	11月8日(月)10時~	2回
六荘まちづくりセンター	パソコン基本操作	3,000円	11月10日(水)10時~	3回
	ワード初級講座	4,000円	10月5日(火)10時~	5回
	エクセル初級講座	4,000円	11月9日(火)10時~	5回
	エクセル関数活用	4,000円	11月18日(木)10時~	5回
	パワーポイント活用講座	4,000円	10月6日(水)10時~	4回
	ホームページ作成(基礎編)	4,000円	10月7日(木)19時~	5回
	Googleサイトでホームページ	2,000円	10月7日(木)10時~	2回
			2,000円	12月16日(木)19時~

※申込みはすべて先着順になります。開講時間をご確認のうえ、お申し込みください。
※受講には別途テキスト代が必要になります。

受講生募集! 長浜市地域通訳案内士養成研修

長浜観光協会 ☎53-2650 ☎53-3161
えきまちテラス3階(北船町3番24号)
☎kankou@kitabiwako.jp



長浜市を訪れる外国人旅行者に対して、通訳案内ができる「地域通訳案内士」を養成する講座を開講します。ぜひお申し込みください。

【研修期間】11月6日(土)~12月12日(日)のうち9日間(試験を含む)

- 【要件】**
- ①地域通訳案内士として活動する意欲がある人
 - ②すべての研修と口述試験に参加できる人
 - ③TOEIC600点以上もしくは実用英語技能検定2級以上
- ※詳しくはホームページをご確認ください。

【募集期間】9月1日(水)~10月15日(金) 9時~17時

【受講料】1万円(テキスト代等含む)

【申込み】ホームページから申込書をダウンロードして直接、またはFAX、メールで提出してください。



令和3年度後期10月~3月開講 文化・スポーツ講座受講生募集

長浜市民交流センター
ココロとカラダを健康に! 趣味の時間を楽しもう!!
~新型コロナウイルス感染拡大予防対策を行い、安全な講座運営に努めています~

★文化講座

講座名	対象	曜日	時間	回数	受講料	定員	講師(敬称略)	内容
書道・ペン習字講座(火)	一般	火	13時~15時	18回	15,700円 (テキスト代込み)	20人	西川 慶子	実用的な毛筆の筆使いとペン字を中心とした硬筆を基礎から指導します。
書道・ペン習字講座(金)	一般	金	18時30分~20時30分	18回	15,700円 (テキスト代込み)	20人	西川 慶子	実用的な毛筆の筆使いとペン字を中心とした硬筆を基礎から指導します。
色鉛筆画入門講座	一般	金	18時30分~20時30分	12回	12,600円	10人	伊藤 雅康	基本のデッサンの指導や、色鉛筆ならではのテクニックが学べます。
お持ち帰り! 家庭料理講座	一般	土	9時30分~12時	6回	12,600円 (材料費込み)	10人	小谷 實之	身近な家庭料理の作り方を学びます。作った料理はすべてお持ち帰り!
着物着付け講座	女性	木	19時~21時	12回	12,600円	10人	喜田 昇美	着付けの心得から、帯の結び方・晴れ着の着付けまで手結びで指導します。

★スポーツ講座

講座名	対象	曜日	時間	回数	受講料	定員	講師(敬称略)	内容
キッズピクスダンス	小学生	日	10時~11時	12回	8,400円	20人	藤本 朋子	音楽にあわせて楽しく踊れるようにリズム感を養うトレーニングをします。
サルセーション	一般	土	18時45分~19時45分	18回	14,400円	15人	Nancy	音楽を心とカラダで感じ、歌詞を踊りで表現することで、楽しみながら自然に体幹を鍛えていくダンスプログラム。
ZUMBA	一般	土	20時~21時	18回	14,400円	15人	Nancy	アップビートな世界各国のリズムにのせて、楽しく簡単にできるエクササイズ。ストレス解消や脂肪燃焼効果が期待できます。
太極拳(初心者クラス)	一般	月	18時45分~19時45分	12回	9,000円	15人	川合 章子	年齢を問わず、ゆっくりとした動作や体重移動をすることで、足腰の筋力を鍛えます。初心者を対象とした講座です。
朝活! 気功&太極拳(※9月~12月のみ)	一般	日	8時45分~9時45分	10回	7,500円	15人	川合 章子	年齢を問わず、ゆっくりとした動作や体重移動をすることで、足腰の筋力を鍛えます。初心者を対象とした講座です。
リラクソヨガ	一般	土	19時~20時	12回	9,000円	15人	吉川 綾	ゆっくりとした無理のない動きで、心とカラダをリフレッシュしましょう。
ピラティス	一般	土	10時45分~11時45分	12回	9,000円	15人	武若 亜由美	姿勢改善を目的に、エクササイズを通して歪みや偏りをなくしていきます。重点的に足・脚のケアも行い冷えやむくみを改善します。

【申込み】9月4日(土) 8時30分から、長浜市民交流センターで申込受付を開始します(電話予約可能)。定員になり次第受付を終了します。
問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団(長浜市民交流センター) ☎65-3366

長浜文化スポーツ振興事業団
ホームページ 長浜市民交流センターイベント情報



長浜伊香ツインアリーナ&長浜市民体育館 **トレーニング室無料開放 DAY**

筋トレ初心者から経験者まで、高校生以上ならどなたでもご参加いただけます。InBody(体内の筋肉量や脂肪などを測定できる機器)を活用し、トレーナーから測定結果に基づいたトレーニング指導を受けていただけます。その他、トレーニングマシンや有酸素マシンもご利用いただけます。

■長浜伊香ツインアリーナ トレーニング室

【日時】 9月19日(日)
□午前の部 9時30分~11時30分(InBody測定+メニュー提案)
□午後の部 14時~16時(InBody測定+メニュー提案)
□夜間の部 18時~20時(InBody測定のみ)

【定員】 各部10人(事前予約制)
※予約に空きがあれば当日利用可
※各部の合間も無料でご利用いただけます。

【対象】 高校生以上
【料金】 無料

【申込み】 9月4日(土) 8時30分から長浜伊香ツインアリーナで受付を開始します(電話受付可能)。定員になり次第受付を終了します。

問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団
長浜伊香ツインアリーナ ☎82-4119

長浜文化スポーツ振興事業団ホームページ▶
長浜伊香ツインアリーナ イベント情報

■長浜市民体育館 トレーニング室

【日時】 9月19日(日)
□女性の部 13時30分~15時(InBody測定+メニュー提案)
□男性の部 15時~16時30分(InBody測定+メニュー提案)

【定員】 各部20人(事前予約制)
※予約に空きがあれば当日利用可

【対象】 高校生以上
【料金】 無料

【申込み】 9月4日(土) 8時30分から長浜市民体育館で受付を開始します(電話受付可能)。定員になり次第受付を終了します。

問・申 (公財)長浜文化スポーツ振興事業団
長浜市民体育館 ☎63-9806

長浜文化スポーツ振興事業団ホームページ▶
長浜市民体育館 イベント情報