

岐阜文化再発見～民話ライブ「一石山」～

松尾芭蕉と縁のある妙照寺で、金華地区に伝わる民話「一石山」の朗読、住職の話やサクソ演奏をお楽しみください。
◆日時 5月30日(木)午後2時～3時 ◆場所 妙照寺(梶川町14)
◆出演 犬飼嶺さん(防犯演奏家) ◆定員 50人
◆参加費 500円 ◆申込・問 5月15日(必着)までに市ホームページの申込フォームまたは郵便番号・住所、氏名、電話番号をはがき(1枚2人まで)で文化芸術課「岐阜文化再発見」係(〒500-8701司町40-1・☎214-4973)へ。申込者多数の場合は抽選。HP 1025489



「日本語学習サポート入門」講座

◆日時 6月30日、7月7日・21日、8月4日の各日(午前10時～正午(全4回))
◆場所 市庁舎12階第1研修室
◆対象者・定員 地域の日本語教室などで外国人に日本語学習支援ボランティアをしてみたい人、現在活動中で学び直したい人など/45人
◆申込・問 5月8日(木)～6月27日(木)に岐阜市国際交流協会ホームページの申込フォームまたは電話で(公財)岐阜市国際交流協会 ☎263-1741へ。先着順。
詳細はこちら⇒



梅・らっきょうの漬け方体験会

◆日時・内容 ①和歌山県産梅の漬け方体験会=6月1日(土) ②徳島県産らっきょうの漬け方体験会=6月1日(土) ③鳥取県産らっきょうの漬け方体験会=6月4日(火) ※時間はいずれも午後1時～3時 ◆場所 中央卸売市場(西部新所2-5) ◆定員 ①30人 ②③各20人 ◆申込・問 5月16日(必着)までに講座名、代表者の郵便番号・住所、氏名、年齢、電話番号、参加人数(1組2人まで)、梅・らっきょうに関する質問(任意)、返信表面に郵便番号・住所、氏名を往復はがきで岐阜中央青果株(〒500-8607西部新所2-5・☎080-3283-0838・☎080-3283-0833(午後1時～4時))へ。申込者多数の場合は抽選。



第35回市民プロデュース公演応援プロジェクト(公募)採択事業Vol.75 みんなで歌おう!「希望のうた」ワークショップ

オリジナルソング「希望のうた」を歌いながら行う、ボイストレーニングのワークショップです。姿勢改善・誤嚥防止・口角アップなど、体を元気にするヒントを見つけましょう。
◆日時 5月26日(日)午前10時～午後1時
◆場所 文化センター練習室(金町5-7-2) ◆参加費 500円(小学生以上)
◆申込・問 電話でNatural Voices ☎080-5293-7950へ。Natural Voices公式LINEなどでも申込可。◎詳細は、岐阜市文化センターホームページに掲載。

岐阜市生涯学習センター〈ハートフルスクエアG内(JR岐阜駅東エリア)〉

①山登りを趣味にする ～山の魅力と注意点～
◆日時 6月22日(土)午後2時～3時30分
◆講師 かほさん(YouTubeチャンネル「かほの登山日記」)
◆定員 80人 ◆受講料 300円
◆申込締切 6月5日(木)

②パソコン指導者養成講座 パソコン指導カレバアップ
◆日時 6月27日、7月4日・11日・18日・25日、8月1日・8日の各日(午後1時30分～4時30分) ◆対象者 ワード・エクセル・パワーポイントを使った経験があり、地域で活動している指導者またはこれから指導を始めたい人 ◆定員 20人 ◆受講料 2,100円 ◆申込締切 6月13日(木)

【共通】◆場所 ハートフルスクエアG(橋本町1-10-23)
◆申込・問 各締切日(必着)までに講座名、郵便番号・住所、氏名、年代、電話番号、②は指導経験または今後の活動予定を往復はがき・Eメール(1人1通)もしくは返信用はがきを持参して直接生涯学習センター(〒500-8521橋本町1-10-23・☎268-1050・☎hsg_lecture@ccn.aitai.ne.jp)へ。申込者多数の場合は抽選。

ドリームシアター岐阜の催し

①子どもセミナー
①新聞記者から学ぶ 新聞活用術 ②プラバンで工作
③ポンポン蒸気船を作ろうA④ ⑤ヒップホップに挑戦
④木でビー玉迷路を作ろうA④ ⑤ヒップホップに挑戦

◆期日 ①～③6月1日(土) ④⑤6月9日(日)
◆時間 ①②④⑥午後1時30分～3時30分 ③午後1時30分～3時 ④⑤午前9時30分～11時30分 ◆対象者 ①小学3年生～中学生 ②③小学4年生～中学生 ④小学1～4年生 ⑤小中学生 ◆定員 ①③⑤各15人 ②8人 ④各12人 ◆申込締切 ①～③5月15日(木) ④⑤5月22日(木)
②ちびっこ親子セミナー はじめての英語遊び
◆日時 6月6日・13日・20日の各日(午前10時～11時30分(全3回))
◆対象者・定員 2～3歳児と保護者/8組
◆申込締切 5月15日(木)

【共通】◆申込 各締切日(必着)までに往復はがきでドリームシアター岐阜へ。②はドリームシアター岐阜ホームページの申込フォームでも申込可。申込者多数の場合は抽選。◆場所・問 ドリームシアター岐阜(〒500-8813明德町6・☎262-2811)
◎参加費など、詳細はドリームシアター岐阜ホームページに掲載。詳細はこちら⇒

青少年会館「春の青年講座」

北青少年会館、東青少年会館、青山青少年会館、青少年ルームで、スパイスカレーやプリン作りなどの講座(全4講座)を開催します。
◆期間 5月25日(土)～6月16日(日) ※日時は講座により異なる
◆対象者 高校生以上の人
◆申込 5月1日(木)～13日(月)に岐阜市青少年会館ホームページの講座申し込みシステムから申し込み。申込者多数の場合は抽選。◎詳細は、ホームページに掲載。
問 中央青少年会館 ☎266-0566 詳細はこちら⇒

岐阜高専の公開講座

科学やものづくりに興味を抱いてもらえるような講座を開催します。
◆期間 6月～10月 ※9講座開催
◆対象者 小中学生(一部社会人)
◆受講料 無料(一部講座は材料費必要)
◆申込 各講座開催日の1か月前までに岐阜工業高等専門学校ホームページの申込フォームから申し込む。申込者多数の場合は抽選。
問 岐阜工業高等専門学校 ☎320-1213 詳細はこちら⇒

サンライフ岐阜の教室

●体験 初めてのゆるゆるフラメンコ教室
◆日時 6月6日(木)午前10時30分～11時30分
◆定員 20人
◆受講料 500円
◆場所・申込・問 5月30日(木)午後9時までに電話またはEメールでサンライフ岐阜(長良1029-3・☎233-9321(月曜日を除く午前9時～午後9時(祝日は午後5時まで))・☎sunlife-gifu@pj9.so-net.ne.jp)へ。申込者多数の場合は抽選。

なぎなた教室

◆日時 毎週土曜日の午後3時～5時
◆場所 市民総合体育館(九重町4-24)
◆対象者 市内在住の人
◆申込・問 住所、氏名、年齢、電話番号をEメールで岐阜市なぎなた協会・堀(☎080-1382-7196・☎gifu.naginata@outlook.com)へ。※年齢を問わず、誰でもできる生涯スポーツです。見学や体験などは無料ですので、気軽にお問い合わせください。

いきいき筋トレサポーター養成講座

◆日時 6月17日(月)、7月2日(火)・8日(月)・22日(月)、8月6日(火)・26日(月)、9月9日(月)の午前9時30分～11時30分(全7回) ※その他、地域活動の見学や研修会あり。詳細は講座内でお知らせ。
◆内容 いきいき筋トレ体操の講義と実技、体力年齢測定など ◆対象者・定員 市内在住の健康な75歳未満で全日程出席でき、週1回～月1回程度お住まいの地域で、現在活動しているいきいき筋トレサポーターとともにボランティア活動ができる人/25人 ◆場所・申込・問 5月13日(月)から電話で北保健センター(長良東2-140・☎232-7681)へ。先着順。持ち物は問い合わせ。

ながら川ふれあいの森の催し

●自然散策会「森の色探し」
◆日時 5月22日(木)午前10時～正午
◆集合場所 四季の森センター前の東屋(三田洞字日向平211) ◆参加費 500円(保険代)
※事前申込不要。前日の天気予報177の午後5時発表で美濃地方の降水確率が30%以上の時は中止。
問 NPO法人ふれあいの森自然学校・中山 ☎090-2685-8856、四季の森センター ☎237-6677



6月の健康講座・教室

●クアオルト®健康ウォーキング

◆定員 各20人 ◆申込・問 5月8日(木)～講座開催日前日の開館日時に電話で柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」☎214-3760(午前9時～午後9時 ※日曜・祝日は午後5時まで)へ。先着順。◎詳細は、市ホームページ(HP 1004261)に掲載。
コース(所要時間:約2時間30分～3時間) 日程(集合:午前9時) 集合場所
金華山・長良川・岐阜公園 6/6(木)・11(火)・23(日) 岐阜公園総合案内所(大宮町1)
百々ヶ峰・ながら川ふれあいの森 16(日)・20(木)・25(火)・30(日) 四季の森センター(三田洞字日向平211)
柳ヶ瀬・粕森公園・梅林公園 2(日) ウゴクテ(徹明通2-18 柳ヶ瀬
金公園・岐阜駅・清水川 9(日) グラッスル35 3階)

●出張健康づくり教室

◆申込・問 5月20日(月)(必着)までに市ホームページの申込フォームまたは教室名(日時)、郵便番号・住所、氏名、年齢、電話番号をはがきもしくは開館日時に直接柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」(〒500-8879徹明通2-18柳ヶ瀬グラッスル35 3階・☎214-3760)へ。申し込みは1日1教室。申込者多数の場合は抽選。※持ち物は問い合わせ。HP 1023920

会場	教室名	期日	時間	定員
北保健センター(長良東2-140)	レッツ!シェイプからだほぐしヨガ	6/7(金)	14:00～14:45 15:15～16:00	30人
	かんたん筋力トレーニング やさしいヨガ	10(月)	10:00～10:45 11:15～12:00	15人
東部コミュニティセンター(芥見4-80)	かんたん筋力トレーニング 整うストレッチ	19(水)	14:00～14:45 15:15～16:00	30人

●長良川健康ステーション

◆開館時間 午前7時30分～午後9時
◆休館日 木曜日(祝日の場合は翌平日)
◆申込・問 5月20日(月)(必着)までに教室名(日時)、郵便番号・住所、氏名、年齢、電話番号をはがきまたは開館日時に直接長良川健康ステーション(〒502-0842早田字北堤外内・☎215-0605)へ。申込者多数の場合は、その教室のみの申込者を優先して抽選。※室内用運動靴を持参。

教室名	定員	日程など詳細
はじめてのヨガ	各20人	市ホームページ(HP 1004320)または、同施設で配布する教室カレンダーに掲載。
モーニングヨガ		
ゆるめて、ほぐして、のぼす「からだバー®」		
ポールエクササイズ		
しなやかな身体を作る「バレット」		

イベントなどにAEDを貸し出し

◆対象団体 おおむね10人以上の市民が参加する非営利のイベントなどを開催する団体 ◆貸出期間 貸出日から7日以内 ◆使用料 無料(AEDの運搬費や使用に伴う部品代は借受者が負担) ※その他貸出条件あり
◆申込・問 空き状況を電話で保健所健康づくり課 ☎252-7180 に確認の上、貸出日の7日前までに市ホームページの申込フォームまたは貸出申込書などを開庁日時に直接保健所健康づくり課(都通2-19)、南保健センター(西部藁野1-75-2)、北保健センター(長良東2-140)のいずれかへ。
HP 1001539

高齢者福祉施設の講座

①和楽園の短期講座
●スマートフォンの楽しみ方 受講無料
◆日時 6月6日(木)午前10時～正午 ◆定員 15人 ◆申込締切 5月15日(木) ◆場所・申込先・問 和楽園(〒500-8114金竜町5-10-3・☎246-4101) ※スマートフォン(iPhone)は当日貸し出し。

②みやこ老人センターの講座
●落語を聞いて笑トレ 受講無料
◆日時 6月7日(金)午後1時30分～3時 ◆定員 16人
◆天平琴 初心者クラス
◆日時 6月10日・24日、7月8日・22日、8月5日の各日(午前10時～11時30分(全5回)) ◆定員 10人 ◆受講料 1,500円(教材費)

●古写真と新聞でさぐる歴史
◆日時 6月11日、7月9日、8月6日の各日(午後1時30分～3時(全3回)) ◆定員 20人 ◆受講料 150円(教材費)

●昔ばなしの世界① 桃太郎と一寸法師
◆日時 6月12日、7月10日の各日(午後1時30分～3時(全2回)) ◆定員 20人 ◆受講料 200円(教材費)

●手話入門 聞こえないってどういこと 受講無料
◆日時 6月17日(月)午後1時30分～3時30分 ◆定員 20人

●岐阜市の遺跡を学ぶ～発掘調査最前線～
◆日時 6月18日、7月23日、8月20日の各日(午後1時30分～3時(全3回)) ◆定員 20人 ◆受講料 500円(教材費)

●終活セミナー 受講無料
◆日時・内容 ①6月20日(木)=税理士から聞く相続税・贈与税、②7月18日(木)=私のエンディングノートと生前整理 ※時間はいずれも午後1時30分～3時 ◆定員 各20人 ※1講座のみの受講も可。ただし2講座受講者を優先。1講座のみの場合は、申込時に①または②を記入。

●腰痛・腰痛のためのエクササイズ 受講無料
◆日時 6月24日(月)午後1時30分～3時 ◆定員 10人

●パステルアート 和(NAGOMI)
◆日時 6月25日(火)午後1時30分～3時 ◆定員 10人 ◆受講料 600円(教材費)

【共通】◆申込締切 5月17日(金) ◆場所・申込先・問 みやこ老人センター(〒500-8309都通2-23福祉健康センター4階・☎252-4738)

③友楽園の短期講座

●歴史講座
◆日時・内容 6月15日(土)=土佐藩祖山内一豊筆頭家老 岐阜市太郎丸 深尾和泉守、7月20日(土)=古文書にみる源頼朝の一生を教える美濃国守護 梶原景時、8月17日(土)=古文書にみる西美濃の歴史 土岐系図・車記 ※時間はいずれも午前10時～11時30分(全3回) ◆定員 24人 ◆受講料 各500円(資料代) ◆申込締切 5月21日(火) ◆場所・申込先・問 友楽園(〒500-8804京町1-64・☎263-6767)

【①～③共通】◆対象者 市内在住の60歳以上の人 ◆申込方法 各締切日(必着)までに往復はがき(1講座1人1枚)に講座名、郵便番号・住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、②は過去の受講回数、返信表面に郵便番号・住所、氏名を記入して郵送、または日曜・祝日を除く午前9時～午後5時に返信用はがきを持参して直接各申込先へ。申込者多数の場合は抽選(②は受講回数の少ない人を優先して抽選)。

モーニングパーク ヨガ 3rd

◆日時 5月12日(日)午前8時30分～9時30分 ※雨天中止。中止の場合は、市ホームページ(HP 1022148)などに掲載。
◆場所 金公園芝生広場(金町5)
◆定員 150人 ※事前申込不要
◎持ち物など、詳細は市ホームページに掲載。
問 柳ヶ瀬健康運動施設「ウゴクテ」 ☎214-3760

