

学びを愉しむ 市民コース

学びを愉しむ市民コースとは？

那覇市の各部署・関係施設が提供している学級・講座・イベント事業等の情報を、「趣味・教養」「スポーツ・レクリエーション」などに分かりやすくまとめています。生涯学習の情報を提供し、多くの市民の皆様に、生きがいづくりと地域社会の発展に役立てていこうというものです。

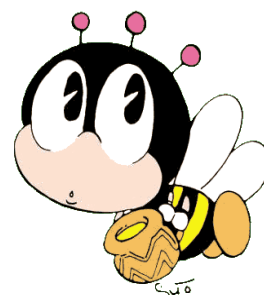


掲載情報は、

2026年3月末時点 のものであり、

変更になる場合があります。詳しくは

各担当課にお問い合わせください。



分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養				
① 趣 味 ・ 教 養	1 高齢者学級 スマホ講座①	アンドロイドのデモ機で各種機能の使い方を学ぶ。	4月8日(水曜日) 4月15日(水曜日) 4月22日(水曜日)	中央公民館 098-917-3442
	2 高齢者学級 はじめてのスマホ体験講座	スマホは持っているが、電話での使用のみという皆様、使えるようになると便利な様々な機能について、体験してみませんか？	4月17日(金曜日) 4月24日(金曜日)	石嶺公民館 098-917-3447
	3 市民講座 スマホ講座 アイホン編	生きがいづくりのための「生活・趣味アプリ」「ゆんたくアプリ」を楽しく体験する。	4月20日(月曜日) 4月23日(木曜日) 4月27日(月曜日) 4月30日(木曜日)	小禄南公民館 098-917-3444
	4 成人講座 知って安心！みんな 幸せ 「終活セミナー」	財産相続、医療・介護の希望等、思い立った時が始め時をみんなで学びます。	4月	小禄南公民館 098-917-3444
	5 高齢者学級 シニアスマホ講座 アンドロイド編	生きがいづくりを目的として、「生活・趣味アプリ」やLINEなどに重点を置いた学習プログラム	5月	小禄南公民館 098-917-3444
	6 高齢者学級 80代の「スマホ入門」 アンドロイド編	80歳以上の高齢者向けに開発した学習プログラム	5月	小禄南公民館 098-917-3444
	7 市民講座 笑顔で脳トレ！基礎 から始める「健康 マージャン」	「人生100年時代」フレイル予防や仲間づくりとしてのマージャンを基礎から学ぶ4回講座	5月～6月	小禄南公民館 098-917-3444
	8 高齢者学級 うりずん大学	口腔ケア、特殊詐欺、「若返る」運動のコツ、琉球の歴史	6月3日(水曜日) 6月10日(水曜日) 6月17日(水曜日) 6月24日(水曜日)	中央公民館 098-917-3442
	9 夏休み教室	体験教室等	夏休み期間中(館内 もしくは館だよりにてお知らせ)	小禄児童館 098-857-5377
	10 成人講座 那覇を彩る「うるく 紺地」	琉球王国時代から戦前まで小禄の代表的な織物であったうるく紺地を機織り体験で学ぶ	8月	小禄南公民館 098-917-3444
	11 かぎやで風・チャーシュー入門講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄の祝いの席では欠かせない「かぎやで風・チャーシュー」を習得し琉舞への第一歩を踏み入れることができます。	9月～11月予定 毎週水曜日 (全10回)	識名老人福祉センター 098-854-7877

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養				
① 趣 味 ・ 教 養	12 外国語初級講座 (英語・中国語・韓国語)	基礎的な語学を学ぶ	10月～12月	人材育成支援センター まーいまい Naha 098-917-3314
	13 プラネタリウム関連 事業「熟睡プラ寝た リウム」	場所：牧志駅前ほしぞら公民館 内容：寝るためのプラネタリウム！勤労感謝の日 にちなみ、日頃お疲れ気味の皆様を満天の星々が 快眠へと導きます。プラネタリウムでゆっくりリ ラックスしてみませんか？	11月予定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	14 民踊同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄民謡の曲に合わせて、簡単な振り付けで踊り やすいので、誰でも気軽に始められます。	毎週月曜日 13時～14時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	15 民謡三線講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	民謡三線を大好きな方々が集まり、講師のもとで 楽しく演奏しています	毎月第1・2・3・4 月曜日 10時～12時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	16 書道教室 ※60歳以上の那覇 市民対象	美しい文字歌・三線古典音楽	毎月第1・3月曜日 10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	17 和太鼓同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	太鼓を打つことで、全身運動になり、気分もスッ キリします。仲間と息を合わせて楽しく元気な時 間をすごせます。	毎週月曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	18 民舞 ※60歳以上の那覇 市民対象	民謡に合わせて、皆で楽しく和気あいあい踊って います。	毎週月曜日 午後1時 ～午後2時50分	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	19 古典三線上級講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	古典三線を大好きな方々が集まり、講師のもとで 楽しく演奏しています	毎月第1・2・3・4 月曜日 13時～15時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	20 民踊講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	60代から98歳の皆さんが健康と生きがいく り、コミュニケーションづくりに沖縄の民踊を楽 しく踊られています。	第1～4月曜日 10時～12時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	21 書道講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	基本的な筆使いで楷書から草書まで丁寧な添削指 導を行っています。	第2・3・4月曜日 10時～12時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	22 コーラス講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	ピアノの伴奏で、童謡等を先生の指導の下、元気 に明るく皆で楽しく歌っています。	毎月第2・4月曜日 10時～12時	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	23 囲碁同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	楽しく囲碁ができます。	毎週月曜日 13時～16時	安謝老人憩の家 098-862-4341

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養	① 趣味・教養			
	24 コーラス同好会 (ビブラカンパニー) ※60歳以上の那覇市民対象	ヴォイストレーナーやピアニストを揃え、童謡や唱歌を中心に、映画音楽や流行歌なども歌っています。	第1・3月曜日 15時10～17時	金城老人憩の家 098-859-0099
	25 ヨガサークル同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	アクティブに生きる事をモットーにアクティブなセラピーヨガを実践しています。	第2・4月曜日 15時10～17時	金城老人憩の家 098-859-0099
	26 フォークダンス同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	外国民謡に合わせて、優雅に楽しく皆で踊ること、健康でいきいきとした時間を楽しめます。	第2・4火曜日 13時～14時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	27 コーラス講座 ※60歳以上の那覇市民対象	発声練習から始めて、懐かしい唱歌や童謡、お馴染みの歌まで楽しく歌っています	毎月第1・3火曜日 10時～12時	末吉老人福祉センター 098-886-3510
	28 光史流太鼓・三板講座 ※60歳以上の那覇市民対象	琉球太鼓や三板(さんば)を使い、歌や踊りを皆で楽しく活動しています	毎月第2・4火曜日 10～12時	末吉老人福祉センター 098-886-3510
	29 民謡三線初級講座 ※60歳以上の那覇市民対象	工工四を見ながら、安波節、デンサー節、かたみ節他数曲を指導します。	第1～4火曜日 13時～15時	識名老人福祉センター 098-854-7877
	30 古典三線入門講座 ※60歳以上の那覇市民対象	1年間の期間限定の講座です。全くの三線初心者の方へ三線の構え方、工工四の読み方から教えます。安波節から始め3～4曲弾けるようになります。	令和8年4月7日 (火)～令和9年3月23日(火)まで 毎週火曜日 10時～12時	壺川老人福祉センター 098-853-1139
	31 大正琴講座 ※60歳以上の那覇市民対象	学校唱歌から民謡まで様々なジャンルを弾きます。先生指導の下、皆で楽しく弾いています。	毎週 火曜日 10～12時	壺川老人福祉センター 098-853-1139
	32 社交ダンス講座 ※60歳以上の那覇市民対象	リズムに合わせて楽しく踊ります。ダンスを通して仲間づくりができ、生活に潤いが生まれ、足腰を鍛えるにもダンスは最適です。	第2・4(火曜日) 10時～11時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
	33 コーラス講座 ※60歳以上の那覇市民対象	歌うことは健康に良いと言われます。心身ともに爽やかな気持ちになれます。和やかな雰囲気と一緒に歌っています。	第1.3(火曜日) 13時～14時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
	34 音楽リズム体操講座 ※60歳以上の那覇市民対象	テンポのいいリズムに合わせて体操する方が、より脳に大きな刺激となり、脳が活性化されボケや認知症予防にうってつけの体操です。	第1.3(水曜日) 13時～14時50分	辻老人憩の家 098-864-0580

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養	① 趣味・教養			
	35 ペン字同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	美しい文字を楽しく学べます。	毎月1・3水曜日 午前10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	36 三板（サンバ）同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄の楽器三板を指先を使い打つことで認知症予防、沖縄民謡のリズムに合わせて楽しい時間を過ごします。	毎月第1・3水曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
	37 ペン習字同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	字を書くことは指先を動かし集中力を高める良い時間になります。きれいな字を書く楽しさを味わってもらえます。	毎月第2・4水曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
	38 大正琴講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	懐メロから琉球民謡まで色々なジャンルの曲を大正琴の独特な音色に乗せて楽しく演奏します。	第1・3・4水曜日 10時～12時	識名老人福祉センター 098-854-7877
	39 うたごえ講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	講師の先生によるピアノ演奏に合わせて歌う。大きく口を開けて歌うことにより心と身体の健康づくりを行う。	毎月第2・4水曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
	40 琉舞講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	琉球舞踊を楽しく学べます。	第2・4水曜日 13～15時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	41 エンジョイ！エクササイズ同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	補助具としてボールやベルを使いいながら行う体操の為、身体能力に関係なく、無理なく楽しく体操を行う。	第1・3水曜日 午前10時～11時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	42 エアロダンス同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	介護予防のための筋力トレーニング運動を行っての運動プログラムを組み、高齢者に必要な基礎的な体力づくりをしていく。	第2・4水曜日 午前10時～11時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	43 日舞（藤扇流）同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	日本の伝統的な踊りを、和気あいあいと楽しく踊っています。	毎週水曜日 15時10分～17時	金城老人憩の家 098-859-0099
	44 フラダンス同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	フランスダンスを楽しく学べます。	毎月第1・3木曜日 13時～15時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	45 デジカメサークル若竹同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	デジタルカメラに興味をお持ちの方、もっと詳しく教えてほしい方、初心者大歓迎！	第2・4木曜日 15時10分～17時	金城老人憩の家 098-859-0099

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養	① 趣味・教養			
	46 いけばな（草月流）同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	お花が好き！というだけで、気軽に始められ、生活に弾みが生まれます。	第1・3木曜日 13時～14時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	47 書道（日本習字）同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	基本的な筆遣いで、楷書から草書まで、丁寧な添削指導を行っています。	第1・3木曜日 午前10時～11時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	48 カラオケ講座 ※60歳以上の那覇市民対象	カラオケ好きな方々が集まって、歌謡曲全般を皆で楽しく歌っています	毎月第1・2・3・4木曜日 13時～15時	末吉老人福祉センター 098-886-3510
	49 三線初級 工工四短期講座 ※60歳以上の那覇市民対象	沖縄の伝統楽器である三線の演奏を基礎から習得します。工工四の読み方（三線の楽譜）から始めます。	第2・4木曜日 15時～17時	識名老人福祉センター 098-854-7877
	50 そろばん同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	そろばんは脳と指先を使う楽しい脳の体操です。記憶力を使い考える楽しさや達成感が得られます。	毎週木曜日 10時～11時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
	51 琉舞 ※60歳以上の那覇市民対象	玉城流の琉舞講座です。かぎやで風、浜千鳥、貫花、谷茶前など15曲ほど練習します。	毎週木曜日 午後1時～午後2時50分	壺川老人福祉センター 098-853-1139
	52 民謡三味線民謡 ※60歳以上の那覇市民対象	沖縄民謡を皆で楽しく弾いています。	毎週木曜日 午後1時～午後2時50分	壺川老人福祉センター 098-853-1139
	53 歌・三線古典音楽講座 ※60歳以上の那覇市民対象	歌・三線古典音楽を楽しく学べます。	毎月第2・4木曜日 13時～15時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	54 チュンジー同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	チュンジー（沖縄将棋）ができます。	毎週金曜日 13時～16時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	55 民謡講座 ※60歳以上の那覇市民対象	健康と生きがいづくり、コミュニケーションをとりながら仲間と一緒に楽しく曲に合わせて踊っています。	第1・2・3（金曜日） 13時～14時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
	56 古典三味線上級 ※60歳以上の那覇市民対象	野村流伝統音楽協会の講師が沖縄古典音楽を指導します。かぎやで風から古典音楽・舞踊曲などを唄三線で楽しみましょう。	毎週金曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 098-853-1139

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養				
① 趣 味 ・ 教 養	57 生花 ※60歳以上の那覇 市民対象	草月流の講師に教わりながら、皆で楽しくお花を生花てます。	毎週金曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	58 楽しいバルーンア ート ※60歳以上の那覇 市民対象	風船アート作成に手先を使う工作が脳の老化予防に役立ち活性につながります。	毎月第1・3金曜日 10時～11時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	59 コーラス講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	発声練習をしっかりと行った後で、童謡や文部省唱歌など小中学校で習った曲を練習します。小中学校の頃を思い出しながら歌詞の内容を想像し、楽しく歌っています。また、大きな声で歌うのでストレス解消にもなります。	第2・4金曜日 10時～12時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	60 ペン習字講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	字をきれいに書きたい方や印象アップしたい方へお勧め致します	毎月第2・4金曜日 10時～12時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	61 琉球舞踊講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄の伝統的な琉球舞踊を気軽に楽しみながら、コミュニケーションを図ります	毎月第2・4金曜日 13時～15時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	62 民謡舞踊講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	楽しく踊る輪の中で、皆とふれあう喜びを共有します。心も体も元気になります	毎月第1・3金曜日 13時～15時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	63 三線入門講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	三線の基礎から指導します。分りやすく親切丁寧な指導をします。	毎週（金曜日） 10時～11時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
	64 三線初級同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	伝統楽器「三線」始めてみませんか！工工四の読み方、チンダミを覚え沖縄の音を一緒に楽しみましょう。	第2・4金曜日 13時～14時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	65 墨絵同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	墨絵の基本を丁寧に指導します。好きな物を自由に描く、墨絵の濃淡表現を楽しみましょう。	第2・4金曜日 15時10分～17時	金城老人憩の家 098-859-0099
	66 三線（野村流）同好 会 ※60歳以上の那覇 市民対象	古典音楽から民謡まで、わかりやすく教えてくれます。	第1・3金曜日 13時～14時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	67 アート水引むすび同 好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	手工芸が好きな方、お祝儀袋等に使われる色水引を使い水引結びの基本から動物ブローチ、小物作りを一緒に楽しみましょう。	第1・3金曜日 10時～11時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	68 琉球舞踊講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	初心者大歓迎です。琉舞の基礎的な所作から応用的な内容まで、親切・丁寧に指導します。足腰も鍛えられます。	月2回（土曜日） 10時～11時50分	辻老人憩の家 098-864-0580

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養	① 趣味・教養			
	69 民謡カラオケ講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄の伝統的なうちなー民謡を気軽に楽しみながら、コミュニケーションを図ります	毎月第1・2・3・4 土曜日 10時～12時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	70 琉舞講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄の伝統舞踊を4名の講師が祝いの席では欠かせない「かぎやで風」をはじめ、親切・丁寧に分かりやすく指導します。	第1～4土曜日 (但し第2・4は自 習) 10時～12時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	71 琉舞「優舞の会」講 座 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄伝統芸能の琉舞を習い、心と体を動かし楽しみながら健康増進を図りましょう。	毎月第1・3土曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	72 太鼓講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄の伝統古典音楽・舞踊曲に合わせて楽しく稽古しています。太鼓は講師が貸し出しています。	第1・3土曜日 13時～15時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	73 三線入門講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	美ら島の音色「三味線」を奏でてみませんか、基本から丁寧に指導いたします。	毎月第2・4土曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	74 古典三味線初級 ※60歳以上の那覇 市民対象	沖縄民謡や古典を皆で楽しんで弾いています。	毎週土曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	75 社交ダンス同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	ダンスを通して、仲間づくりができ、足腰を鍛える事も出来ます。	毎週土曜日 10時～11時50分	金城老人憩の家 098-859-0099
	76 ハワイアンフラ同好 会 ※60歳以上の那覇 市民対象	ハワイアンフラのメロディーに加え、歌謡曲を取り入れて踊っています。	毎週土曜日 15時10分～17時	金城老人憩の家 098-859-0099
	77 高齢者学級 スマホ 講座②	アンドロイドのデモ機で各種機能の使い方を学ぶ。	未定	中央公民館 098-917-3442
	78 プラネタリウム関連 事業「星と音楽のコ ラボ」	場所：牧志駅前ほしぞら公民館 内容：満天の星、きらめく星座、神秘的なそらの世界へ、素敵な音楽とともにプラネタリウムでしか味わえない特別な時間を過ごすことができます。	未定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	79 高齢者学級 シニアチャレンジ講 座	高齢者が新たな発見に取り組む学びの場を提供する。	未定	小禄南公民館 098-917-3444

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養				
① 趣味・ 教養	80 家庭教育学級 季節 の和菓子作り（仮 名）	未定	未定	石嶺公民館 098-917-3447
	81 市民講座 日本の伝 統文化である「茶 道」の魅力に触れて みませんか！	季節の和菓子と一碗のお茶で心豊かなひととき を！ お茶を点てる体験もできます！ 畳に座れ なくても大丈夫 親子参加也大歓迎	未定	石嶺公民館 098-917-3447
	82 高齢者学級 スマホ 講座 1	スマートフォン初心者のために学習し、その利便 性を学ぶ。	未定	首里公民館 098-917-3445
	83 高齢者学級 スマホ 講座 2	スマートフォン初心者のために学習し、その利便 性を学ぶ。	未定	首里公民館 098-917-3445
	84 青年講座	未定	未定	首里公民館 098-917-3445
	85 成人講座	未定	未定	首里公民館 098-917-3445
	86 高齢者学級	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448
	87 提案事業 アートな 部活動	アートに興味関心を持つ生徒の居場所づくりを行 う。美術部の無い中学校と連携し、文化系部活動 の地域移行を目的とする。	未定	若狭公民館 098-917-3446

～ ① 趣味・教養 はここまで ～

次は、②スポーツ・レクリエーション →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先	
② ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ヨ ン	② スポーツ・レクリエーション				
	1	子どもの居場所（夏休み） ニューススポーツ石嶺教室	未定	7月～8月	石嶺公民館 098-917-3447
	2	第21回スポーツフェスティバル	体力測定会、スポーツ教室等 場所：那覇市民体育館、那覇市民首里石嶺プール、漫湖公園市民庭球場	10月12日(月曜日)	市民スポーツ課 098-917-3504
	3	第13回那覇市健康ウォーキング大会「ひやみかち なはウォーク2026」	場所：沖縄セルラースタジアム那覇及び市内各コース	11月14日(土曜日) ※予定	市民スポーツ課 098-917-3504
	4	太陽と海とジョガーの祭典 第40回NAHAMラソン	場所：奥武山運動公園及び南部一円	12月6日(日曜日)	市民スポーツ課 098-917-3504
	5	末吉森たんけんウォーキング	クイズやゲームを楽しみながら、末吉公園をたんけんウォーキング。	2月中旬予定	市民スポーツ課 098-917-3504
	6	健康ウォーキング講座	歩くことで、いつでもどこでも誰でも気軽に楽しみながら健康づくりができるようウォーキングの基礎から学ぶ。	開催日は、市民の友や那覇市ホームページで告知	市民スポーツ課 098-917-3504
	7	地域スポーツ教室	那覇市スポーツ推進委員によるスポーツ教室。那覇市内の各地域で、ニュースポーツ体験や、ストレッチ講座、ウォーキング講座、健康測定などを実施。	開催日は、市民の友や那覇市ホームページで告知（年に数回実施）	市民スポーツ課 098-917-3504
	8	グラウンドゴルフ ※60歳以上の那覇市民対象	グラウンドゴルフが楽しめます。	毎週月曜日 10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	9	ハートフル卓球同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	児童館の遊戯室を利用して活動しています。男女和気あいあいと爽やかな汗を流しています。	毎週月曜日 午後12時30分～14時30分	金城老人憩の家 098-859-0099
	10	グラウンドゴルフ同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	金城公園で活動しています。一緒に体を動かしましょう。	毎週月・木曜日 午前9時00分～10時30分	金城老人憩の家 098-859-0099
	11	民謡講座 ※60歳以上の那覇市民対象	楽しく民謡が学べます。	毎週火曜日 10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	12	卓球同好会 ※60歳以上の那覇市民対象	楽しく卓球ができます。	毎週水曜日 10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先	
② ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ョ ン	② スポーツ ・ レクリエーション				
	13	ボウリング同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	スカイレーン（那覇市具志）で活動しています。	毎週水曜日 14時～16時	金城老人憩の家 098-859-0099
	14	ロコモ体操同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	ロコモ体操ができます。	毎月第1・3木曜日 10時～11時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	15	太極拳講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	太極拳が楽しく学べます。	毎月第2・4木曜日 10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	16	上地竜空手・古武道 同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	空手・古武道が楽しく学べます。	毎週木曜日 11時30分～12時45 分	安謝老人憩の家 098-862-4341
	17	ボウリング同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	楽しくボーリングができます。	毎週金曜日 10時～12時	安謝老人憩の家 098-862-4341
	18	成人講座 首里城下町Night Walk	健康増進を目的に、正しい姿勢と歩幅を意識しながら夜の首里界限を歩く。	未定	首里公民館 098-917-3445

～ ②スポーツ・レクリエーション はここまで ～

次は、③健康 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
③ 健康				
1	食生活改善推進員による講座	ボランティアである食生活改善推進員が、市民の食生活改善のお手伝いをします。①料理教室(野菜たっぷり、簡単にバランスの良い食事)②エプロンシアター(主に保育園、こども園)	6月～1月(開催日時 は要相談) ① 1回3時間程度 ② 1回15分程度	保健所健康増進課 098-853-7961
2	レク体操講座 ※60歳以上の那覇市民対象	レクリエーションをとおして皆で和気あいあいとした雰囲気の中で楽しみながら健康維持のため体力づくりをしています。	第1・3(月曜日) 10時～11時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
3	太極拳講座 ※60歳以上の那覇市民対象	ゆっくりとした動きで、肩の力を抜いて、心身をリラックスして健康な体をつくります。	第1・3(月曜日) 13時～14時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
4	うるくエイサー隊講座 ※60歳以上の那覇市民対象	沖縄芸能のエイサーでリズム感と身体を動かし楽しみながら健康維持を図ります。	毎週月曜日 15時～16時	小禄老人福祉センター 098-857-7365
5	やさしいサンバ講座 ※60歳以上の那覇市民対象	サンバ音楽に身体を乗せてダンスを楽しみサンバステップを丁寧に指導します。	毎月第1・3火曜日 15時～16時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
6	ヨガトレッチ講座 ※60歳以上の那覇市民対象	ヨガのゆっくりとした動きと筋トレを組み合わせた体操です。呼吸を深めることで代謝が上がり血液やリンパの流れを改善し、全身の血行を促進します。	第1・3(火曜日) 15時～16時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
7	レク体操講座 ※60歳以上の那覇市民対象	レク体操で楽しく体を動かしながら、和やかな雰囲気の中で健康維持を図ります。	第2・4火曜日 10時～12時	識名老人福祉センター 098-854-7877
8	操体法講座 ※60歳以上の那覇市民対象	呼吸法を使って、ゆっくりと体を動かします。難しい運動ではないので、どなたでもご参加頂けると思います。	毎月第1・2・3水曜日 10時～12時	壺川老人福祉センター 098-853-1139
9	レク体操講座 ※60歳以上の那覇市民対象	60～90歳代までの方々が参加している優しい体操です。健康づくり、仲間づくりにつながります	毎月第2・4水曜日 10～12時	末吉老人福祉センター 098-886-3510
10	足腰強化体操講座 ※60歳以上の那覇市民対象	足腰強化のストレッチや筋トレを行うことで、筋力低下を防ぎ、体力アップになります	毎月第1・3水曜日 13時～15時	末吉老人福祉センター 098-886-3510
11	スクエアステップ講座 ※60歳以上の那覇市民対象	「あたま」と「からだ」と「こころ」に効く歩く脳トレ運動です。	第2・4(水曜日) 10時～11時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
12	琉球ビクス講座 ※60歳以上の那覇市民対象	琉球舞踊やエイサーの動きを取り入れ身体を動かし楽しみながら健康維持を図ります。	毎月第2・4木曜日 15時～16時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
13	ヨガ講座 ※60歳以上の那覇市民対象	呼吸法を取り入れ、体幹部の強化と筋肉や関節を動かし、しなやかな身体を目指します	毎月第1・3木曜日 10時～12時	末吉老人福祉センター 098-886-3510

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
③ 健康				
③ 健 康	14 レク体操 ※60歳以上の那覇 市民対象	音楽を流して体を動かして、皆で元気に楽しく体操しています。	木曜日（2.4週）午前 10時～12時	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	15 男性のための筋トレ &ストレッチ講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	男性の方を対象とした講座。大小各種のボールや イスを使って筋トレとストレッチを行い、筋力低 下を防ぎ、体力アップにつなげます。	第1・3木曜日 15時～17時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	16 操体法講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	操体法は呼吸法を使って足の先から頭のでっぺん まで手入れするのでとても体が柔軟になります。 「風邪をひかなくなった」「転ばなくなった」 「病院へ行く回数が少なくなった」等、操体法を 終えて帰るときは体が軽くなっています。	第1・3木曜日 10時～12時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	17 太極拳講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	ゆっくりとした動きで、呼吸法を使って全身の筋 力やバランスを鍛え、「気血（きけつ）」の巡り をよくなる体への効果と、脳の活性化やリラク ス効果などが期待できます。	毎週 木曜日 10～12時	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	18 操体法講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	呼吸法取り入れたゆっくりとした体操。体の調子 を整え、柔軟性のある健康な身体づくりを目指し ます	毎月第1・3金曜日 10時～12時	末吉老人福祉セン ター 098-886-3510
	19 楽しくイスDE体操 ※60歳以上の那覇 市民対象	イスを使って膝や足に無理なく、体力づくりと脳 の活性化ができます。	毎週金曜日（1.3週） 午後1時半～3時	壺川老人福祉セン ター 098-853-1139
	20 レク体操講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	楽しいレクリエーション体操は身体機能の維持向 上だけでなく、脳を活性化して生き活きます。	毎月第1・3金曜日 10時～11時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	21 リラックスヨガ講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	体のバランスを整え深呼吸をすることで積極的な 思考、忍耐力、安定力がつきます。	毎月第2・4金曜日 10時～11時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	22 筋力トレーニング講 座 ※60歳以上の那覇 市民対象	ウェ布林グトレーニングやストレッチ、筋力 アップゲーム等により日々体力をつけ交流を図り ます。	第1・3金曜日 10時～12時	識名老人福祉セン ター 098-854-7877
	23 空手入門「上地流空 手道」講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	有酸素運動であり、武術を身に着けながらできる 健康のためのエクササイズとして健康増進を図 る。	毎月第2・4金曜日 15時～16時45分	小禄老人福祉セン ター 098-857-7365
	24 フレトレボディメイ ク同好会 ※60歳以上の那覇 市民対象	生活の基本である足腰に不安のある方、体力アッ プを考えている皆さん！講座教室よりレベルアッ プしていきながら転倒防止や足腰の痛みを改善し よう！	第1・3金曜日 15時10分～17時	金城老人憩の家 098-859-0099

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
③ 健康				
③ 健 康	25 琉球ピクス講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	パーランクーや、太鼓を使って皆で楽しく体を動かしています。	毎月第1・3土曜日 10時～12時	壺川老人福祉センター 098-853-1139
	26 のびのびアップ体操 講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	テニスボールを使った体のケアを中心に行います。膝・腰・肩などの痛みを軽減させ動きやすい体づくりを目指します。	第1・3(土曜日) 13時～16時50分	辻老人憩の家 098-864-0580
	27 リンパ整体講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	体のリンパ環境と身体を整えることで病気に負けない、健康で元気な体作りの整体です。	毎月第2・4土曜日 13時～14時45分	小禄老人福祉センター 098-857-7365
	28 健康講座 ※60歳以上の那覇 市民対象	専門医師や専門職による健康講話や地域包括支援センター主催での介護予防及び認知症予防等の講座を開催します。	年4回予定	識名老人福祉センター 098-854-7877
	29 むし歯予防講演会	乳幼児のむし歯予防について、歯科医師・歯科衛生士が講話をします。	開催日は、市民の友や健康増進課ホームページで告知	口腔保健支援センター 098-917-5066
	30 かみかみ講演会	授乳期から離乳食開始までの「乳児の食べる機能の発達」について、歯科医師・歯科衛生士が講話をします。	開催日は、市民の友や健康増進課ホームページで告知	口腔保健支援センター 098-917-5066
	31 働き盛り世代のからだリメイク講座	肥満の割合が高い働き盛り世代を対象にした、管理栄養士による食事支援、運動指導士によるストレッチ指導をととして、生活習慣改善を目指します。	申込期日及び開催期間は、市民の友や健康増進課ホームページ、SNSで告知	保健所健康増進課 098-853-7961
	32 成人講座 ウォーキング講座(仮名)	未定	未定	石嶺公民館 098-917-3447
	33 健康講座	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448

～ ③健康 はここまで ～

次は、④自然・環境 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
④ 自然・環境	④ 自然・環境			
	1	みんなのGWイベント	みんなのプログラム（プロジェクトワイルドやネイチャーゲーム、夜の観察会、空気であそぼう等）を体験できるGW限定のイベントです。要予約で各プログラム参加費500円（保険代込み）	GW期間中 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	2	キッズマンデープロジェクト	セミの抜け殻調べ、アリ調べ、クモの巣調べ等。自然系の調べ学習の手法を体験し、夏休みの自由研究のやり方を学びます。要予約で参加費500円（保険代込み）	7月～8月夏休み期間中の月曜日 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	3	2026年度 琉球大学公開講座	庭園や景観づくりを学ぶ為の散策会を実施します。	2月予定 福州園 098-943-6078
	4	空と森のおさんぽ	風と陽光を感じ、雲を見ながら森を歩きましょう。お花や生き物に出会い、末吉公園の季節と一緒に味わうイベントです。要予約で参加費500円（保険代込み）	毎月第1土曜日10時から12時 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	5	安謝川クリーンアップ大作戦	末吉公園内を流れる安謝川の清掃活動です。せせらぎを聞きながら、水を感じながら、川をきれいにしましょう。水辺の生き物に会えるかもしれません。参加費無料（ボランティア活動）	毎月第2土曜日10時から12時 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	6	緑化講習会(全12回開催予定)	植物、緑化に関する講習、観察会を実施します。	毎月第2日曜日 9時30分～11時 緑化センター 098-862-1947
	7	自然を感じるゲーム（ネイチャーゲーム）	みる、きく、かぐ、さわるで自然をより身近に感じることができるゲームです。末吉公園の季節を楽しみましょう。要予約で参加費500円（保険代込み）	毎月第3土曜日10時から12時 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	8	親子で森の遠足	末吉公園の生き物や植物の楽しい解説を聞きながら、森の中を散策しましょう。身近な自然を知り、那覇の森、末吉公園の素晴らしさを体験しましょう。要予約で参加費500円（保険代込み）	毎月第4日曜日9時30分から12時 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	9	お花めぐり	各月、その季節の花を訪問するプログラムです。花の咲く環境や季節を感じて知ることができます。要予約で参加費500円（保険料込み）	毎月第4日曜日14時から16時 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	10	ふちゃぎづくり、ムーチーづくり等季節行事イベント	伝統行事を自然の中で体験し、人の生活と自然のつながり、豊かな自然のありがたさを体験的に学びます。要予約で参加費500円から600円程度材料費によって変更あり。	行事時期に合わせて実施 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	11	プロジェクトワイルドプログラム体験	野生の生き物の生態や特徴、人との関わりや生態系、環境問題などをゲーム形式で楽しく体験する室内中心のプログラムです。講師派遣料（1時間あたり4,000円から）と施設使用料がかかります。	随時、相談に応ず 那覇市立森の家みんな 098-882-3195

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
④ 自然・環境	④ 自然・環境			
	12	プロジェクトウェット プログラム体験	水の性質、役割や自然界にある水のこと、人と水の関係などをゲーム形式で体験する室内中心のプログラムです。講師派遣料（1時間あたり4,000円から）と施設使用料がかかります。	随時、相談に応ず 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	13	ネイチャーゲーム プログラム体験	みる、きく、かぐ、さわるで自然を体験するプログラムです。探し物をしたり、葉っぱをよく観察したり、カードを使ったりして自然体験をします。講師派遣料（1時間あたり4,000円から）と施設使用料がかかります。	随時、相談に応ず 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	14	森の指令ゲーム	末吉公園に設置されたコースで指令にある生き物や植物などをチーム対抗で探すプログラムです。末吉公園の身近な自然と季節を知ることができます。講師派遣料（1時間あたり4,000円から）と施設使用料がかかります。	随時、相談に応ず 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	15	お天気プログラム	雲の種類、天気図の見方、ペットボトルを使った実験あそびなどを通して、空を身近に感じるプログラムです。講師派遣料（1時間あたり4,000円から）と施設使用料がかかります。	随時、相談に応ず 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	16	末吉公園の自然観察会	ガイドの解説を聞きながら、末吉の森を散策するプログラムです。昼はもちろん、夜の森歩きも楽しいです。講師派遣料（1時間あたり昼間4,000円から、夜間5,000円から）と施設使用料がかかります。	随時、相談に応ず 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	17	地球温暖化防止啓発 アニメ上映会	地球温暖化防止啓発を目的に作成されたアニメの上映会を行います。	未定 環境政策課 098-951-3392
	18	エコドライブ体験会	エコドライブシミュレーターを使った、エコドライブ体験会を行います。	未定 環境政策課 098-951-3392
	19	エネルギーを学ぼう！地球温暖化対策 体験講座NAHA	自転車発電や手回し発電などを体験することでエネルギーについて学びます。	未定 環境政策課 098-951-3392
	20	プロジェクトワイルド等環境教育プログラムのエドゥケーター養成講座	野生動物や水資源などを通して、自然を学ぶ環境教育プログラム（プロジェクトワイルド、プロジェクトWET、グローイングアップワイルドなど）の指導者を育成する講座です。対象18歳以上で、参加費1500円と別途テキスト代実費負担あり。	未定 那覇市立森の家みんな 098-882-3195
	21	ネイチャーゲーム リーダー養成講座	感覚を使った自然遊びをとおして自然に触れる活動であるネイチャーゲームの指導者の養成講座。対象18歳以上で、参加費未定	未定 那覇市立森の家みんな 098-882-3195

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
④ 自然・環境				
④ 自然・環境	22 プラネタリウム関連 事業「市民天体観望 会」	場所：牧志駅前ほしぞら公民館 内容：天体望遠鏡を通して季節毎に楽しめる天体 や天文現象をプラネタリウム職員の解説を聞きな がら観察します。	未定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	23 南の島の南極教室 2026	南極観測や観測隊員の生活について学ぶ講座を開 催し、南極の自然環境や研究活動の重要性を伝え る。講座では、観測活動の遂行と、極地における 共同生活の記録、南極の生態系などを紹介し、参 加者が南極を身近に感じられるよう工夫する。さ らに、地球環境の変化と南極の関係について学ぶ ことで、環境保全への意識を深める機会とする。	未定	若狭公民館 098-917-3446

～ ④自然・環境 はここまで ～

次は、⑤人材育成 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑤ 人 材 育 成	⑤人材育成			
	1	異文化理解促進講座 異国の文化を学ぶ	7月～2月	人材育成支援センター まーいまーい Naha 098-917-3314
	2	観光関連講座 観光業について学ぶ	9月	人材育成支援センター まーいまーい Naha 098-917-3314
	3	うとういむち外国語講座 インバウンドに対応できる人材を育成する。	9月～1月	人材育成支援センター まーいまーい Naha 098-917-3314
	4	那覇市IT創造館市民向け講座 初心者向けにスマホを使った写真編集や生成AI活用方法、ネット詐欺対策講座等。	第4水曜日 13:30～15:00	那覇市IT創造館 098-941-7000
	5	成人講座 未定	未定	牧志駅前ほしぞら公民館 098-917-3443

～ ⑤人材育成 はここまで ～

次は、 ⑥育児・子育て →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑥ 育 児 ・ 子 育 て	⑥育児・子育て			
	1 育児講座	ベビーマッサージ	5月～6月開催予定 (11時～12時)	那覇市総合福祉センター（金城児童館） 098-859-0099
	2 乳幼児学級 乳幼児救急	いざというときにどういった行動をとるべきかについて夫婦間で学ぶ。	5月17日（日曜日） 9月13日（日曜日）	中央公民館 098-917-3442
	3 思春期関連講座	思春期特有の課題について学ぶ	6月	人材育成支援センター まーいまーいNaha 098-917-3314
	4 乳幼児学級 「すこやか子育て応援教室」	乳幼児を持つ保護者を対象に子どもの健やかな成長を応援する講座	10月 12月	小禄南公民館 098-917-3444
	5 乳幼児学級 リトミック&コンサート	乳幼児向けのリトミック、ピアノとフルートのクリスマスコンサート。	12月予定	中央公民館 098-917-3442
	6 おはなし会・朗読会	季節に合わせたお話や世界の絵本のお話会など	毎月1回～2回	人材育成支援センター まーいまーいNaha 098-917-3314
	7 育児講座	乳幼児親子を対象とした講座	未定（館内もしくは館 だよりにてお知らせ）	小禄児童館 （つどいの広場ほのぼの） 098-857-5377
	8 家庭教育学級 乳幼児学級「にゅうじランド」	乳幼児の保護者を対象に、子どもの健やかな成長のため、子育てについて学んだり、仲間づくりをしたり、様々なプログラムを実施します。同じ子育て中の仲間と一緒に楽しく学ぶことができます。	未定	牧志駅前ほしぞら公民館 098-917-3443
	9 乳幼児学級	乳幼児を育てる世帯への学びと参加者のコミュニケーション	未定	首里公民館 098-917-3445
	10 乳幼児学級	未定	未定	若狭公民館 098-917-3446
	11 家庭教育学級	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448

～ ⑥育児・子育て はここまで ～

次は、 ⑦ボランティア・福祉 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先	
⑦ボランティア・福祉					
⑦ ボ ラ ン テ ィ ア ・ 福 祉	1	おはなしボランティア養成講座(中級編)	保育園・こども園・小学校等で活動している方々を対象としたおはなしボランティアのステップアップ講座。	9月～10月全5回講座 (予定)	中央図書館 098-917-3449
	2	家庭教育学級「読み聞かせボランティア養成講座」	読み聞かせの基礎や実践方法を学び、読み聞かせを通して子どもたちが絵本に興味・関心を持てるよう、読書環境づくりの促進ができる人材を養成する。	未定	中央公民館 098-917-3442
	3	市民講座 手話を楽しく学ぼう！	聴覚障がい者とのコミュニケーションのしかたを学ぶ	未定	小祿南公民館 098-917-3444

～ ⑦ボランティア・福祉 はここまで ～

次は、 ⑧安全・防犯・防災 →

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑧ 安全・防犯・防災	⑧安全・防犯・防災			
	1 応急手当講習会	併設の児童館と各利用者を対象に心肺蘇生法やAED(自動体外式徐細動器)の取り扱いを学びます。	6月予定	識名老人福祉センター 098-854-7877
	2 スマホ講座	安全に使いこなすことを学ぶ	6月	人材育成支援センターまーいまいーいNaha 098-917-3314
	3 青年講座 防災キャンプ	アウトドア体験で災害時の疑似体験をする。HUGゲームで避難所運営について学ぶ。	12月予定	中央公民館 098-917-3442
	4 みまもり隊 ※60歳以上の那覇市民対象	健康づくりのウォーキングを兼ねて、地域の小・中学校の下校時間に合わせて見守りパトロールを行います。那覇市防犯協会の活動に協力し、市内の防犯活動にも参加します。	毎週月曜日 午後3時～4時	壺川老人福祉センター 098-853-1139
	5 みまもり隊 ※60歳以上の那覇市民対象	健康づくりのウォーキングを兼ねて地域の小・中学校の下校時間に合わせて見守りパトロールを行います。	第1・3(水曜日) 15時～16時	辻老人憩の家 098-864-0580
	6 防犯パトロール地域見守り隊 ※60歳以上の那覇市民対象	健康づくりのウォーキングを兼ねて地域の小・中学校の下校時間に合わせて見守りパトロールを行います	第1・3金曜日 15時～16時	識名老人福祉センター 098-854-7877
	7 乙種防火管理講習(有料)	「乙種防火管理者」の資格を取得するための講習会で、火災予防に関する知識を習得し、防火管理者として必要な業務について学びます。受講資格は、市内在住又は市内の事業所にお勤めで、防火管理者として選任される予定のある方です。	年1回開催(8月) (ホームページに掲載します。)	消防局予防課 098-867-0212
	8 防火・防災管理新規講習(併催・有料)	「防火管理者(甲種)」と「防災管理者」の資格を同時に取得するための講習会で、防火防災管理に関する知識を習得し、防火防災管理者として必要な業務について学びます。受講資格は、市内在住又は市内の事業所にお勤めで、防火管理者又は防災管理者として選任される予定のある方です。	年2回開催(8月/11月) (ホームページに掲載します)	消防局予防課 098-867-0212
	9 防火・防災管理再講習(併催・有料)	収容人員が300人以上の特定用途防火対象物の防火管理者または防災管理者に選任されている方が、当該講習を受講した翌年4月1日を基準として、5年以内に受講するものとなります。受講資格は、市内在住又は市内の事業所にお勤めで、現に収容人員が300人以上の特定用途防火対象物の防火管理者又は防災管理者に選任されている方です。	年2回開催(8月/11月) (ホームページに掲載します。)	消防局予防課 098-867-0212
	10 応急手当普及員講習	事業所及び防災組織等において、当該事業所の従業員又は防災組織等の構成員に対して、普通救命講習の指導に従事するインストラクターを育成する講習です。(8時間×3日間)	年に4回(ホームページに掲載)	消防局救急課 098-867-1199

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑧ 安全・防犯・防災	⑧安全・防犯・防災			
	11 甲種防火管理新規講習(有料)	「甲種防火管理者」の資格を取得するための講習会で、火災予防に関する知識を習得し、防火管理者として必要な業務について学びます。受講資格は、市内在住又は市内の事業所にお勤めで、防火管理者として選任される予定のある方です。	年6回開催(5月/6月/9月/11月/令和9年1月/令和9年3月) (ホームページに掲載します)	消防局予防課 098-867-0212
	12 救命入門コース	心肺蘇生法とAED取扱いを中心とした講習。受講対象は概ね10歳から可能。※定員5名～14名まで→救急課対応 ※定員15名以上→最寄りの消防署対応	年6回(ホームページに掲載) 出前講座は随時受付	消防局救急課 098-867-1199
	13 普通救命講習3	主に小児、乳児、新生児に対する心肺蘇生法及び大出血時の止血法を中心にAED(自動体外式除細動器)の取り扱いまでを勉強します。(3時間) ※定員5名～30名程度	年8回(ホームページに掲載) 出前講座は随時受付	消防局救急課 098-867-1199
	14 上級救命講習	成人及び小児、乳児、新生児に対する心肺蘇生法(人工呼吸や心臓マッサージ)及びAED取扱い、観察要領、気道異物除去、止血法、外傷の手当、搬送法などを勉強します。(8時間)	年に8回(ホームページに掲載)	消防局救急課 098-867-1199
	15 普通救命講習1	成人に対する心肺蘇生法及び大出血時の止血法を中心にAED(自動体外式除細動器)の取り扱いまでを勉強します。(3時間) ※定員5名～30名程度	毎月(ホームページに掲載) 出前講座は随時受付	消防局救急課 098-867-1199
	16 消費生活出前講座	消費者被害の未然防止、拡大防止を目的とし、悪質商法の事例紹介や契約に関する助言等を行う出前講座を開催しています。	随時	市民生活安全課 098-862-9955
	17 防火講話	地域や職場における防火対策等について指導・講話等を行います。	随時受付 (ご希望の日程をご相談ください)	消防局 西消防署 098-868-1230 098-866-0119
	18 消防署見学	消防署のしくみや仕事内容を、庁舎と車両の見学をしながら学べます。	随時受付 (ご希望の日程をご相談ください)	北消防署 098-867-9915
	19 地域連携事業	未定	未定	首里公民館 098-917-3445
	20 プロポーザル事業	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448

～ ⑧安全・防犯・防災 はここまで ～

次は、 ⑨イベント・フェスティバル →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨ イ ベ ン ト ・ フ ェ ス テ ィ バ ル	⑨イベント・フェスティバル			
	1 春のおはなし会	こども読書週間の特別おはなし会。	4月予定	石嶺図書館 098-917-3454
	2 春のわくわくこども会	絵本読み語りと16mmアニメ上映会。	4月末予定	中央図書館 098-917-3449
	3 地域連携事業 「ガープ川にこいのぼりを泳がそう」	近隣保育園・こども園の園児や児童と一緒に掲揚会を開き「手作り鯉のぼり」をガープ川に掲げる。	4月中旬から5月末	中央公民館 098-917-3442
	4 春のうきうきおはなし広場	こども読書週間の特別おはなし会。	4月～5月予定	小祿南図書館 098-917-3451
	5 春のキラキラおはなし会	こども読書週間の特別おはなし会。	4月～5月予定	牧志駅前ほしぞら図書館 098-917-3450
	6 こども読書週間おはなし会	こども読書週間のテーマに沿った工作と読み聞かせ。	4月～5月予定	若狭図書館 098-917-3453
	7 こども読書週間特別おはなし会	こども読書週間のテーマに沿った読み聞かせと手遊び。	5月予定	繁多川図書館 098-917-3455
	8 第68回水道週間	水道の現状や課題について理解と関心を深め、水への親しみを喚起し、今後の水道事業の取組について協力を得ることを目的として毎年実施しております。水道ポスターコンクールをはじめ、水道相談コーナーや水の飲み比べ、水道ポスターコンクール入賞作品展示及び表彰式等をイベント会場で行います。	6月1日～6月7日	上下水道局 総務課 098-941-7801
	9 夏休み小学生向け講座	夏休みの宿題に役立つ小学生向け講座。	7月末予定	中央図書館 098-917-3449
	10 夏休み工作教室	親子で参加する夏休み手作り工作企画。	7月～8月予定	牧志駅前ほしぞら図書館 098-917-3450
	11 夏休み映写会	夏休み特別映写会。	7月～8月予定	小祿南図書館 098-917-3451
	12 夏休み親子教室	親子で参加する夏休み手作り工作企画。	7月～8月予定	小祿南図書館 098-917-3451
	13 キラキラサマー子ども応援隊	夏休みの子ども企画と特別おはなし会。	7月～8月予定	牧志駅前ほしぞら図書館 098-917-3450
	14 地域連携事業 子どもの居場所 「小学生も中学生も高校生も公民館においてよ」	自由に遊ぼう (公民館ホール解放)	7月～8月予定	中央公民館 098-917-3442

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨ イ ベ ン ト ・ フ ェ ス ティ バ ル	⑨イベント・フェスティバル			
	15	地域連携事業 子どもの居場所 「小学生も中学生も 高校生も公民館にお いでよ」	ニュースポーツ体験	7月～8月予定 中央公民館 098-917-3442
	16	地域連携事業 子どもの居場所 「小学生も中学生も 高校生も公民館にお いでよ」	絵画教室	7月～8月予定 中央公民館 098-917-3442
	17	地域連携事業 子どもの居場所 「小学生も中学生も 高校生も公民館にお いでよ」	お習字	7月～8月・12月予定 中央公民館 098-917-3442
	18	夏休みおはなし会	夏休み期間に開催する特別なおはなし会	8月8日（土曜日） 若狭図書館 098-917-3453
	19	夏休み工作	親子で参加する宿題応援プログラム	8月15日（土曜日） 若狭図書館 098-917-3453
	20	夏休みわくわくこども会	絵本読み語りと16mmアニメ上映会。	8月上旬予定 中央図書館 098-917-3449
	21	夏休み工作教室	宿題応援の簡単な工作と図書紹介。	8月予定 繁多川図書館 098-917-3455
	22	夏休みこわーいおはなし会	怪談・お化け話で読書の楽しさを体感。	8月予定 繁多川図書館 098-917-3455
	23	夏休み親子工作教室	小学生対象の親子工作教室。	8月予定 石嶺図書館 098-917-3454
	24	第66回下水道の日	上下水道局庁舎または那覇市役所本庁舎にて、下水道の仕組みや役割などのパネル展を開催します。	9月10日を中心とした一週間（予定） 上下水道局 総務課 098-941-7801
	25	世代間交流グラウンドゴルフ大会	併設の識名児童館利用児童とセンター利用者の親睦交流を目的に行います。	10月頃 識名老人福祉センター 098-854-7877
	26	秋のおはなし会	読書週間の特別おはなし会。	10月予定 石嶺図書館 098-917-3454
	27	市民講座 「ウォーキング講座」	健康長寿を意識し、個人でも取り組みやすいウォーキングを取り入れて運動習慣を身に付ける。	10月予定 中央公民館 098-917-3442
	28	秋のわくわくこども会	絵本読み語りと16mmアニメ上映会。	10月末予定 中央図書館 098-917-3449
	29	秋のキラキラおはなし会	読書週間の特別おはなし会。	10月～11月予定 牧志駅前ほしぞら図書館 098-917-3450

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨ イ ベ ン ト ・ フ ェ ス テ ィ バ ル	⑨イベント・フェスティバル			
	30	秋のうきうきおはなし広場	読書週間の特別おはなし会。	10月～11月予定 小祿南図書館 098-917-3451
	31	辻地域福祉まつり	利用者の日頃の活動成果発表と地域のふれあいと交流を目的に地域福祉まつりを開催します。	11月中旬 辻老人憩の家 098-864-0580
	32	おはなしがいっぱい	那覇市内の各図書館で活動しているおはなしボランティアによるおはなし会。	11月予定 中央図書館 098-917-3449
	33	秋のわくわくおはなし会	読書週間のテーマに沿った読み聞かせと手遊び。	11月予定 繁多川図書館 098-917-3455
	34	地域講師派遣 神原トックリキワタ祭り	神原中学校区の児童生徒や職員、保護者、地域の方々との連携、交流、防災についての学びの場を設ける。	11月予定 中央公民館 098-917-3442
	35	かなぐすく地域福祉まつり	金城老人憩の家を中心に総合福祉センター入居団体、金城児童館をはじめ地域と連携したまつり、今年度は開設30執念を記念した祭りとなります。	11月予定 金城老人憩の家 098-859-0099
	36	壺川地域福祉まつり	利用者の日頃の活動発表と地域の学校・保育園・自工会・企業とのふれあいと交流を目的に地域福祉まつりを開催します。	11月予定 壺川老人福祉センター 098-853-1139
	37	中高生向け企画	近隣の中学校とのコラボ企画。	11月～12月予定 中央図書館 098-917-3449
	38	地域交流会・まーいフェスタ	舞台発表・展示・体験	11月・2月 人材育成支援センターまーいまーいNaha 098-917-3314
	39	公民館まつり～利用団体成果発表会～	利用団体が主体となって、日頃のサークル活動の成果を発表し、地域住民との交流の場とする。	12月5日（土曜日） 繁多川公民館 098-917-3448
	40	地域連携事業 「豆腐の月」	地域の食文化を体験したり、味わう。	12月5日（土曜日） 繁多川公民館 098-917-3448
	41	末吉地域福祉まつり	利用者の日頃の活動の発表の場となり、学校や保育園、企業や地域住民との交流の場とします	毎年12月上旬頃 末吉老人福祉センター 098-886-3510
	42	クリスマスわくわくこども会	クリスマスおはなし会と16mmアニメ上映会。	12月予定 中央図書館 098-917-3449
	43	クリスマスおはなし会	クリスマスに関する読み聞かせと工作会。	12月予定 石嶺図書館 098-917-3454
	44	クリスマスおはなし会	クリスマスパネルシアターと読み聞かせ。	12月予定 繁多川図書館 098-917-3455

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨ イ ベ ン ト ・ フ ェ ス ティ バ ル	⑨イベント・フェスティバル			
	45 地域連携事業 「新春もちつき会」	地域で活動する団体や若者たちと連携して、地域の人々が交流を深めることのできる「新春もちつき会」を開催し、地域力の活性化をめざす。また、地域や近隣で健全育成や文化継承を行っている団体に、活動発表の場を提供し、今後の活動の発展を願い、来館者が伝統文化に触れる機会とする。	1月	繁多川公民館 098-917-3448
	46 真和志中学校コラボ企画	真和志中学生の作成したポップ展示をおこなうコラボ企画。	1月～2月予定	牧志駅前ほしぞら図書館 098-917-3450
	47 識名地域福祉まつり	識名老人福祉センター利用者の日頃の活動成果を発表するとともにセンター及び識名児童館の利用者と地域が一体となり、地域に根ざした交流の場として行っております。	2月初旬	識名老人福祉センター 098-854-7877
	48 うるく地域ふれあい祭り	小禄老人福祉センター、小禄児童館の利用者と地域が連携し地域交流の祭りをします。	令和9年 2月頃予定	小禄老人福祉センター 098-857-7365
	49 公民館まつり	利用団体が主体となって、日頃のサークル活動の成果を発表し、地域住民との交流の場とする。	2月予定	中央公民館 098-917-3442
	50 公民館まつり	利用団体が主体となって、日頃のサークル活動の成果を発表し、地域住民との交流の場とします。	2月予定	牧志駅前ほしぞら公民館 098-917-3443
	51 公民館まつり	利用団体が主体となって、日頃のサークル活動の成果を発表し、地域住民との交流の場とする。	2月予定	石嶺公民館 098-917-3447
	52 公民館まつり	利用団体が主体となって、日頃のサークル活動の成果を発表し、地域住民との交流の場とする。	2月予定	若狭公民館 098-917-3446
	53 公民館まつり	利用団体が主体となって、日頃のサークル活動の成果を発表し、地域住民との交流の場とする。	2月予定	小禄南公民館 098-917-3444
	54 公民館まつりわくわくこども会	絵本読み語りと16mmアニメ上映会。	2月予定	中央図書館 098-917-3449
	55 公民館まつりリユース資料提供会	除籍資料のリサイクル提供会。	2月予定	中央図書館 098-917-3449
	56 公民館まつり（おはなし会）	公民館まつり特別おはなし会。	2月予定	牧志駅前ほしぞら図書館 098-917-3450

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨ イ ベ ン ト ・ フ ェ ス テ ィ バ ル	⑨イベント・フェスティバル			
	57 さくらルーム	参加者同士が、学びあい・教えあい・分かち合う場をつくっていく居場所づくり	毎月第1・3火曜日の 14時～16時	中央公民館 098-917-3442
	58 地域連携事業 ネパールニューイヤーパーティー	ネパール（ビクラム歴）のお正月にあわせ、ネパール料理や民族衣装の試着、文化紹介や演舞と一緒に楽しんで、新年を祝いながら互いの交流を深める。	未定	若狭公民館 098-917-3446
	59 地域連携事業 うみそら上映会 in 若狭海浜公園	地域の多様な機関・団体と連携・協働して開催する。若狭海浜公園で野外上映会を行う。地域や世代を超えて幅広く参加し、多世代の交流の場とする。	未定	若狭公民館 098-917-3446
	60 地域連携事業 CGG年末美化清掃プラスONE	各地域団体が一体となって若狭地域にある公園、道路、地域の清掃を実施する。また、清掃終了後にはプラスONE活動としてふるまいなべ（豚汁）を食べて、参加者同士の交流を深める。	未定	若狭公民館 098-917-3446
	61 リッカ！ヤールーキャラバン！事前合同研修会	防災・減災の知識を楽しく学び、多世代交流を促進することを目的とする。事前研修会では、「リッカ！ヤールーキャラバン！」の理念と実践方法を学び、他の地域や学校、自治会での開催を検討してもらうことを目指す。若狭公民館はそのつなげ役となり、地域への普及を支援し、地域防災能力の向上につなげていく。	未定	若狭公民館 098-917-3446
	62 地域連携事業 新春もちつき大会	地域の方々の健康と子どもたちの健やかな成長を願って餅をついて新年を祝う。また、地域住民同士の交流と親睦を深め、豊かな潤いのある地域づくりをする。	未定	若狭公民館 098-917-3446
	63 成人講座	未定	未定	首里公民館 098-917-3445

～ ⑨イベント・フェスティバル はここまで ～

次は、 ⑩平和 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑩ 平和	⑩ 平和			
	1 地域連携事業 「平和の礎」名前を 読み上げる集い 2026中央公民館	公民館の近隣住民やサークル会員の有志で、「平和の礎」に刻まれた沖縄戦で亡くなった方々の名前を読み上げる集いに参加し、恒久平和を願う。	6月7日（日曜日）	中央公民館 098-917-3442
	2 市民講座 平和朗読 会	第2次世界大戦を振り返り、継承してく	6月	首里公民館 098-917-3445
	3 市民講座（平和講 座）	開催場所：牧志駅前ほしぞら公民館 内容：改めて平和の有難さを感じ、平和のために 今できる事を考える機会とします。	6月予定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	4 慰霊の日特別おはな し会	慰霊の日をテーマにした絵本読み聞かせ。	6月予定	繁多川図書館 098-917-3455
	5 地域連携事業 平和学習 「摩文仁のアン マー」を読む	読み聞かせのボランティア活動を通し児童と保護 者が朗読劇を発表する。	6月	小禄南公民館 098-917-3444
	6 市民講座 10・10 空襲	1010空襲の実相を学び、平和の尊さを願う。	10月4日（日曜日）	中央公民館 098-917-3442
	7 市民講座	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448

～ ⑩平和 はここまで ～

次は、 ⑪歴史・伝統 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑪ 歴 史 ・ 伝 統	⑪ 歴史・伝統			
	1 地域連携 三線入門	三線の初級者に、基礎的な技術から歴史的背景まで、学ぶ場を提供する。	4月	小禄南公民館 098-917-3444
	2 市民講座 「あんやたん！」意 外と知らない琉球・ 沖縄の歴史	首里城復元に併せ、琉球王国の歴史や琉歌をシリーズで学びます	6月 9月 12月	小禄南公民館 098-917-3444
	3 第61回 琉球王朝 祭り首里	かつて琉球王国の王都として栄えた首里は、今でも、世界遺産「首里城跡」をはじめ、たくさんの史跡が見られ伝統芸能も盛んな町です。祭当日は、王朝時代を彷彿とさせる古式行列を中心に、各自治会の青年部や婦人部、こども会の参加による祝賀パレード、旗頭演舞などが、華やかに、勇壮に行われます。	11月3日(火・祝)	観光課 098-862-3276
	4 高齢者学級 ふくら しゃ大学	未定	11月～12月(金曜日)	石嶺公民館 098-917-3447
	5 琉球文化講座	座学とフィールドワークを通して学ぶ	1月	人材育成支援センターまーいまい Naha 098-917-3314
	6 那覇まちま～い	那覇の歴史や文化に詳しいガイドが、楽しい解説やローカルなネタを交えて、那覇市内をご案内します。那覇のまちを散策すると、今までに知らなかった発見があるかもしれません。	随時(要予約) 日曜日・月曜日・木曜日・金曜日・土曜日 (火曜日・水曜日は定休日ですが、祝日の場合は通常開催します。)	那覇まちま～い事務所 098-860-5780
	7 高齢者学級 守礼大 学	未定	未定	首里公民館 098-917-3445
	8 市民講座	未定	未定	首里公民館 098-917-3445

～ ⑪歴史・伝統 はここまで ～

次は、 ⑫教育・青少年育成 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑫ 教 育 ・ 青 少 年 育 成	⑫教育・青少年育成			
	1 青年講座 ゲームで学ぶ税金・ 社会保障 「ライフリテラ シー」	社会への第一歩として、社会人基礎力や税金、社 会保障をゲームで楽しく学びます。	5月	小祿南公民館 098-917-3444
	2 少年教室	未定	7月～8月予定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	3 少年教室	一人で調理できる夏休み中の昼食づくり	8月	中央公民館 098-917-3442
	4 少年教室 「夏休み宿泊学習」	夏休み期間中の自主学習として、青少年に、自然 体験や集団生活の機会を提供し、創造性豊かな人 間形成をめざす。	未定	小祿南公民館 098-917-3444
	5 少年教室 宿泊学習	学年も学校も違う子どもたちが、非日常の宿泊学 習を通して交流する	未定	首里公民館 098-917-3445
	6 地域連携事業	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448
	7 学社融合事業	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448

～ ⑫教育・青少年育成 はここまで ～

次は、 ⑬親子交流 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑬ 親子交流	⑬親子交流			
	1 親子ふれあい教室 親子で体験「うるく 紺地」	沖縄産業の父「儀間真常」が広めた“うるく紺地” の体験を通し親子で真常の功績を学ぶ	7月	小禄南公民館 098-917-3444
	2 親子ふれあい教室 「親子でレッツeス ポーツ」	親子でeスポーツを体験し、親が子どもの興味を 理解する場の提供とインターネットリテラシーに ついて学ぶ。	8月予定	中央公民館 098-917-3442
	3 夏休み工作	親子で工作	8月	人材育成支援セン ターまーいまい Naha 098-917-3314
	4 親子ふれあい教室 「親子星空みるみる 会」	親子で冬の星座について学ぶ。望遠鏡で月や惑星 の観察や宇宙について学ぶ。	11月予定	中央公民館 098-917-3442
	5 親子ふれあい教室 親子で楽しくムー チー作り	沖縄の伝統行事「ムーチー」の由来について学習 し、親子で会話を楽しみながら、実際にムーチー 作りを体験しませんか？	1月（土曜日）	石嶺公民館 098-917-3447
	6 親子ふれあい教室 「防災マップを作ろ う！」	親子で小学校区を歩き防災や地域の自然マップを 作る	未定	小禄南公民館 098-917-3444
	7 親子ふれあい教室	小学生とその保護者がともに「首里」について学 習し、親子間のコミュニケーションを育む	未定	首里公民館 098-917-3445
	8 少年教室	未定	未定	繁多川公民館 098-917-3448
	9 親子ふれあい教室 「親子星空教室」	開催場所：牧志駅前ほしぞら公民館 内容：親子で楽しく星について学びます。プラネ タリウムで星を探したり、望遠鏡で月や惑星の観 察、その他、工作や宇宙について学習します。	未定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	10 家庭教育学級「宇宙 の学校」	開催場所：牧志駅前ほしぞら公民館 内容：宙につながる工作や実験などを親子で一 緒に取り組みます。講座外では、親が先生とな って身近なものを使い、家庭においても取り組 める教材で楽しく学びます。	未定	牧志駅前ほしぞら公 民館 098-917-3443
	11 親子ふれあい	未定	未定	若狭公民館 098-917-3446

～ ⑬親子交流 はここまで ～

次は、 ⑭男女共同参画 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑭ 男 女 共 同 参 画	⑭男女共同参画			
	1 成人講座	一人ひとりが料理を通じて感謝の気持ちを伝え、 夫婦や家族の関係を良好に保つことの大切さを考 える講座。	未定	中央公民館 098-917-3442

～ ⑭男女共同参画 はここまで ～

次は、 ⑮市民活動 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑮ 市民活動	⑮市民活動			
	1 なは市民活動支援センター講座	市民活動を行う 団体（または、個人）に対して市民活動に必要なスキルとなるファシリテーション等の講座、活動の基盤となる会計講座等全5回程度の講座を開催します。	4月～12月（予定）	まちづくり協働推進課 なは市民活動支援センターグループ 098-861-5024
	2 ボランティア講座	地域の課題解決や魅力向上につなげることを目的に、ボランティアをしたい人とボランティアを求める団体のマッチングを行います。また、ボランティアをするための基本的な知識習得を目的とした基礎講座も行います。 （例）学習支援ボランティア、食料配布ボランティア、子どもの居場所ボランティア	4月～3月（予定）	まちづくり協働推進課 なは市民活動支援センターグループ 098-861-5024
	3 なは市民協働大学	よりよい暮らしを実現することを目的に、本市における協働の取組みについて学び、地域づくりに参加するきっかけとなる講座を開催します。全7回程度、座学やフィールドワークを行い、受講生同士の交流を図ります。	7月～12月（予定）	まちづくり協働推進課 なは市民活動支援センターグループ 098-861-5024
	4 なは市民協働大学院	地域課題の解決に向けた動きをつくり出すコーディネーター的視点を持った人材の発掘・育成を目的とし、なは市民協働大学の上級編として、全8回程度の講座を開催します。	7月～12月（予定）	まちづくり協働推進課 協働推進グループ 098-861-3846
	5 青年講座 うみそら上映会実行委員会	地域や世代を超えた幅広い方々に参加してもらい、上映内容や方法を企画立案し、地域交流・情報交換の場をつくる。	未定	若狭公民館 098-917-3446

～ ⑮市民活動 はここまで ～

次は、 ⑯ボランティア育成 →

分類	講 座 名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑩ ボラン ティア ア 育 成	⑩ボランティア育成			
	1	家庭教育学級 読み聞かせボラン ティア 養成講座「入門編」	読み聞かせの基礎を学びボランティア活動のきっ かけを育む4回講座	4月 5月 小祿南公民館 098-917-3444
	2	食生活改善推進員養 成育成事業	料理教室などを通して食改善推進活動するボラン ティアです。食に興味がある方やボラティアを考 えている方を養成する事業を行っています。	随時 保健所健康増進課 098-853-7961
	3	ふくし講座	内容：身近な福祉について一緒に考えてみません か？ ※当事者や団体等を調整した際には、講師謝礼や 交通費がかかる場合があります。	随時 那覇市ボランティ ア・市民活動セン ター 098-857-7766
	4	青年講座	未定	未定 繁多川公民館 098-917-3448

～ ⑩ボランティア育成 はここまで ～

次は詳細が未定の講座です。

分類	講座名	内 容 等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑩未定				
この情報は、2026年3月末時点の情報です！ インターネット版の 生涯学習メニューブックでは、改訂版を発行する予定です！ 「市民の友」、「各課・各機関のHPやSNS」、「あけもどろネット（那覇市生涯学習情報提供サイト（那覇市公式HP上））」 などでも、色々な生涯学習の情報を発信するので、ぜひご覧ください！				
⑪未定	1 高齢者学級（詳細未定）	高齢期の生活課題、健康と食事、体操、歴史、音楽、自然など幅広いテーマを学びながら、生きがいづくり、仲間づくりの場として実施しています。	未定	牧志駅前ほしぞら公民館 098-917-3443
	2 青年講座	未定	未定	牧志駅前ほしぞら公民館 098-917-3443
	3 地域連携事業	未定	未定	牧志駅前ほしぞら公民館 098-917-3443
	4 家庭教育学級	未定	未定	若狭公民館 098-917-3446

公民館の講座・学級等

1 市民講座

市民を対象に、趣味・教養・生活課題等、地域の学習ニーズと地域課題等を反映させた講座を企画・実施し、サークル活動への移行をめざす。

2 成人講座

成年を対象に、社会問題や地域課題等を反映させた講座を企画・実施し、市民の積極的な社会参加を促進する。

3 高齢者学級

高齢者を対象に、高齢期の生活課題を反映させると共に、生き甲斐づくり・仲間づくり・積極的な社会参加を促す講座を企画・実施し、同時に高齢者の人材を活用した世代間交流の促進を図る。

4 少年講座

児童生徒を対象に、創造性豊かな人材育成をめざして、集団学習・自然体験・異世代交流等の機会を提供する。

5 青年講座

青年を対象に、一般教養、青年の生活課題についての理論と実践を、さまざまな交流と楽しい仲間づくりをとおして学び、積極的な地域参加を促進する機会とする。

6 親子ふれあい教室

親子を対象に、自然・社会体験等の場を通して親子のコミュニケーションを更に深め、よりよい親子関係の形成をめざす。

7 家庭教育学級

子育て中の保護者を対象に、家庭教育に関する学習機会の提供、情報交換、仲間づくり等を推進することを通して、家庭と地域の教育力の向上を図る。

8 乳幼児学級

乳幼児の保護者を対象に、親の役割と責任を自覚し、子どもの健やかな成長のためのよりよい家庭環境づくりと家庭の教育力を高めるための学習機会を提供する。

9 地域連携事業

地域の伝統文化継承や教育力の向上と活性化をめざし、地域関係団体と連携した事業を開催し、又、地域の学習団体の相互の研鑽をめざし、実践発表と研修の機会を提供する。

10 プラネタリウム関連事業

市民・親子・青少年を対象に、宇宙の構造や運動等の天体学習をとおして、自然科学的な思考力、洞察力を育成するとともに、星空の美しさを感じてもらい情緒を豊かにする。

11 地域学習支援事業

地域の団体が行う社会活動のうち、地域に根ざした生活課題、教育、芸術及び文化に関するもので講師を招聘し学習する事業に対し、講師を派遣することをもって地域教育活動を支援する。

那覇市 各公民館などのホームページリンク先一覧

★中央公民館

<https://www.city.naha.okinawa.jp/kurasitetuduki/sankaku-kyoudou/1002706/1004745/1004747/index.html>

中央公民館



★牧志駅前ほしぞら公民館

<https://www.city.naha.okinawa.jp/kurasitetuduki/sankaku-kyoudou/1002706/1004745/1004766/index.html>

ほしぞら公民館



★小禄南公民館

<https://www.city.naha.okinawa.jp/kurasitetuduki/sankaku-kyoudou/1002706/1004745/1004758/index.html>

小禄南公民館



★首里公民館

<https://www.city.naha.okinawa.jp/kurasitetuduki/sankaku-kyoudou/1002706/1004745/1004833/index.html>

首里公民館



★若狭公民館

<https://cs-wakasa.com/kouminkan/>

若狭公民館



★石嶺公民館

<https://www.city.naha.okinawa.jp/kurasitetuduki/sankaku-kyoudou/1002706/1004745/1004813/index.html>

石嶺公民館



★繁多川公民館

<http://nahashi-hantagawa-kouminkan.com/>

繁多川公民館



★人材育成支援センターまーいまーい Naha

<https://www.city.naha.okinawa.jp/kurasitetuduki/sankaku-kyoudou/1002706/1004850/index.html>

まーいまーい Naha



～詳細につきましては、各公民館へ直接お問い合わせください～