

# 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、多くの市民の皆様へ、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。

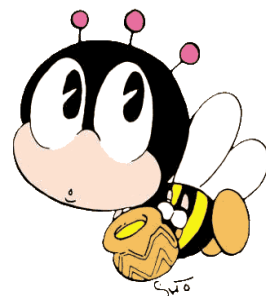


掲載情報は、

**2023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。



# 学びを愉しむ市民コース

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養				
1	各種クラブ活動	三線クラブ、ダンスクラブ、空手クラブ、アートクラブ、軽音楽クラブ (主に小学生対象)	令和5年5月～令和6年3月	大名児童館 917-4069
2	市民の学習・交流講座	市民の学習・交流等の促進に関する講座を実施	5月以降(未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
3	仲井真小学校区まちづくり協議会連携講座	仲井真小学校区まちづくり協議会と連携して、市民の学習・交流等の促進などに関する講座を実施	5月以降(未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
4	プラネタリウム事業「星と音楽のコラボ」	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。	6月・12月予定	牧志駅前ほしぞら公民館 917-3443
5	夏休み工作 夏休みルンルン月曜日	夏休み期間中に図書館所蔵のDVDの上映や工作をすることで子どもたちの居場所づくりや図書館への親しみと利用の促進	7月～8月	繁多川図書館 917-3455
6	夏休み教室	夏休み体験教室など	夏休み期間中	金城児童館 859-0099
7	夏休み教室	体験教室等	夏休み期間中	小禄児童館 857-5377
8	かぎやで風・カチャーシー入門講座	沖縄の祝いの席では欠かせない「かぎやで風・カチャーシー」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(全10回) 毎週水曜日	識名老人福祉センター 854-7877
9	秋の読書週間	(仮)「歴史に残る女たち」に関する資料の特集展示を行います。	10月下旬～11月上旬	石嶺図書館 917-3454

① 趣味・教養

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
① 趣味・教養				
10	プラネタリウム事業 「熟睡プラ寝たリウム」	寝るためのプラネタリウム！ 勤労感謝の日になみ、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 917-3443
11	文化講演会	県内外の講師を招聘して講演会を行う	1月	繁多川図書館 917-3455
12	沖縄県立芸術大学 公開講座 おきげい 教養講座	沖縄県立芸術大学で一般教養と資格教育を担当する教員が、日頃の教育・研究を公開する講座です。普段は知ることのできない県立芸大の一面をぜひ見に来てください。	令和6年1月頃開講 予定※開催日程・ 内容については調 整中となります。 開催日が正式に決 まり次第、沖縄県 立芸術大学ホーム ページにて掲載予 定です。	沖縄県立芸術大 学 全学教育セ ンター 882-5013
13	紅型講座	オリジナルの型紙の作成から染付まで紅型の全工程を体験できる講座	全8回講座 毎週 木曜日 10:30 ～12:30	若狭児童館 867-7266
14	民謡三線初級講座	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 前期：4月～9月 後期：10月～3月	識名老人福祉セ ンター 854-7877
15	民踊講座	60代から98歳の皆さんが健康と生きがいづくり、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	識名老人福祉セ ンター 854-7877
16	琉舞講座	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	識名老人福祉セ ンター 854-7877
17	書道講座	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1・2・3月曜日	識名老人福祉セ ンター 854-7877
18	大正琴講座	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	識名老人福祉セ ンター 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				
19	太鼓講座	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	識名老人福祉センター 854-7877
20	操体法講座	操体法は呼吸法を使って足の先から頭のと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	識名老人福祉センター 854-7877
21	生花講座	60歳以上の那覇市民の方が対象です。草月流（お花代1200円）	第2・4金曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
22	小学生向け講座	季節に合わせた、小学生向けの講座	毎月予定	安謝児童館 862-4341
23	古典三線入門講座	60歳以上の那覇市民の方が対象です 野村流音楽協会 三線の基礎から優しく指導します	毎週火曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
24	大正琴講座	60歳以上の那覇市民の方が対象です。琴生流 初心者でも大丈夫です	毎週火曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
25	古典三線上級講座	60歳以上の那覇市民の方が対象です。 野村琉伝統音楽協会。	毎週金曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
26	民踊講座	みんなで音楽に合わせて楽しく踊り交流を深めます	毎週月曜日 午後1時～3時	壺川老人福祉センター 853-1139
27	琉舞講座	60歳以上の那覇市民の方が対象です。 玉城琉流舞 かぎやで風からはじめます。	毎週水曜日 午後1時～3時	壺川老人福祉センター 853-1139
28	古典三線初級講座	60歳以上の那覇市民の方が対象です。 野村琉伝統音楽協会 三線初心者クラス	毎週土曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 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				
29	民謡三線講座	健康で長寿をめざし 沖縄音楽に合わせてみんなで楽しく踊ります	毎週木曜日 午前 1時～3時	壺川老人福祉セ ンター 853-1139
30	コーラス	みんなで一緒に声を そろえて歌いましょう	未定	壺川老人福祉セ ンター 853-1139
31	スキルアップ研修	整理収納講座（講師：ちねんゆうこ）	未定	公益社団法人那 覇市母子寡婦福 祉会 858-7217
32	オンラインレッスン 講座	スマートフォンの使い方を学び、オンライン 活用法を身に付ける	未定	若狭公民館 917-3446
33	家庭教育学級	未定	未定	首里公民館 917-3445
34	成人講座	未定	未定	首里公民館 917-3445
35	市民講座	未定	未定	首里公民館 917-3445
36	親子ふれあい教室	未定	未定	首里公民館 917-3445
37	乳幼児学級	未定	未定	首里公民館 917-3445
38	青年講座	未定	未定	首里公民館 917-3445
39	高齢者学級	未定	未定	首里公民館 917-3445
40	市民講座（詳細未 定）	未定	未定	牧志駅前ほしぞ ら公民館 917-3443
41	青年講座（詳細未 定）	未定	未定	牧志駅前ほしぞ ら公民館 917-3443

**この情報は、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！  
(6月以降を予定)**

**『市民の友』や  
『各公民館のHP』  
『あけもどろネット』  
などでも、いろいろな生  
涯学習の情報を発信し  
ていきます！**

**この情報は、3月末時点の情報  
です！**

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	42	市民講座	未定	<b>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！(6月以降を予定)</b>  <b>「市民の友」や「各公民館のHP」 「あけもどろネット」などでも、 いろいろな生涯学習の情報を発 信していきます！</b>	未定	石嶺公民館 917-3447
	43	青年講座	未定		未定	石嶺公民館 917-3447
	44	成人講座	未定		未定	石嶺公民館 917-3447
	45	コーラス講座	発声練習をしっかり行った後で、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。	コロナ自粛中	識名老人福祉センター 854-7877	

～ 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・レクリエーション				
② ス ポ ー ツ ・ レ ク リ エ ー シ ヨ ン	1	ヨガ教室  呼吸法（瞑想）を取り入れ、体幹部の強化と柔軟性の向上を図り、心身のバランスを整えます。 場所：那覇市民体育館 会議室	(予定) ①5月11日～6月29日 ② 1月25日～3月14日 毎週木曜日午前/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
	2	ズンバ教室  初めての方も参加できるレベルです。体でビートを刻んでいるうちに、笑顔で汗をかいていきます。引き締め効果抜群のエクササイズです。 場所：那覇市民体育館サブアリーナ	(予定) ① 5月11日～7月2日 ② 10月16日～12月4日 毎週月曜日夜間/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
	3	幼児体操教室  マット・跳び箱・トランポリン等の幼児体操を中心に親子で一緒に運動する内容もあります。 場所：那覇市民体育館サブアリーナ	(予定) ① 5月11日～6月29日 ② 9月7日～10月26日 ③1月25日～3月14日 毎週木曜日/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
	4	ストレッチポール & ひめトレ 骨盤底筋エクササイズ  ストレッチポールで自重を利用して姿勢改善を行い、ひめトレツールを使い骨盤底筋にスイッチを入れ心地よく体を整えていきます。 場所：那覇市民体育館 会議室	5月15日～7月3日 (予定) 毎週月曜日午前/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
	5	令和5年度 那覇市少年少女ドッジボール大会  場所：那覇市民体育館	6月24日 土曜日 (予定)	市民スポーツ課 917-3504
	6	親子・ベビースイミング  保護者とお子様（生後6ヶ月～3歳未満対象）が一緒に入水します。浮力を利用して全身運動で親子のスキンシップを図りながらお子様の健やかな発育を促します。 場所：首里石嶺プール	7月3日～7月28日 (予定) 月曜日・金曜日/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 首里石嶺プール 835-5079

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				
7	夏休み児童（発達・知的障がい児対象）チャレンジスポーツ教室	知的・発達障がい児対象に行います。色々なツールを使って、体を動かす楽しみを指導します。（5～6回） 場所：那覇市民体育館	夏休み（7月・8月）	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
8	夏休み児童 バドミントン教室	バドミントンの基礎からルール、ゲーム運びまで、楽しく指導します。 （全5回） 場所：那覇市民体育館	夏休み（7月・8月）（予定）	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
9	夏休み児童 キッズスイム教室（低学年・高学年の部）	小学生対象に水慣れから始めクロール・平泳ぎの練習をしていきます。 場所：首里石嶺プール	全8回 夏休み（8月）（予定）	NPO法人 那覇市体育協会 首里石嶺プール 835-5079
10	子どもの居場所 夏休み・冬休み	子ども達の「居場所」として公民館のホールや会議室を提供し、子ども同士や地域の人（利用団体など）との関わりができる場を作り安心して遊べる場所を提供する。	夏休み・冬休み開催	中央公民館 917-3442
11	リフレッシュ A QUA エクササイズ	水中ウォーキング・アクアダンス・リラクゼーション等の要素を入れ運動不足解消を目的に、浮力の特性を活かして、膝・腰の負担を軽減して運動することができます。 場所：首里石嶺プール	9月1日～9月22日（予定） 月曜日・金曜日/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 首里石嶺プール 835-5079
12	美筋でボディメイク教室	呼吸法やヨガの動きを取り入れ、コア（体幹）を中心に気になる、ヒップ・太もも、体全体を引き締めしていきます。 場所：那覇市民体育館 会議室	9月6日～10月25日（予定） 毎週木曜日午前/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
13	セルラースタジアム ムーンライトヨガ	野球場の野外芝生で心地よい夜風にあたり、綺麗な満月を見ながらヨガを行います。 場所：沖縄セルラースタジアム那覇	9月29日（予定）	NPO法人 那覇市体育協会 沖縄セルラースタジアム那覇 857-0889



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 ヨ ン	14	水泳教室（初級）  初心者対象に水慣れから始めます。段階的に練習を進め、浮き身の基本から呼吸法の習得、最終的には25m完泳を目標として練習します。 場所：首里石嶺プール	10月2日～11月27日（予定） 月曜日・金曜日/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 首里石嶺プール 835-5079
	15	第18回スポーツフェスティバル in なは  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9日 月曜日（予定）	市民スポーツ課 917-3504
	16	第10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 2023」  場所：沖縄セルラースタジアム那覇～市内各コース	11月12日 日曜日（予定）	市民スポーツ課 917-3504
	17	太陽と海とジョガーの祭典 第37回 NAHAマラソン  場所：奥武山運動公園～南部一円	12月3日 日曜日（予定）	市民スポーツ課 917-3504
	18	新春もちつき大会  健康と子どもたちの成長を願って餅をついて新年を祝う。また、住民間の交流と親睦を深める機会とする。	1月	若狭公民館 917-3446
	19	はつらつ卓球教室  卓球の基礎からルール・ゲームまで分かりやすく指導します。 場所：那覇市民体育館	1月25日～3月14日（予定） 毎週木曜日/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979
	20	ボディーケアで代謝アップ!!  体の歪みやスタイルや姿勢の崩れ、不調の一因です。骨盤や背中を中心に全身の筋肉、関節を動かしながら本来の健康的な状態を目指すエクササイズを行います。 場所：那覇市民体育館 会議室	1月25日～3月15日（予定） 毎週木曜日/全8回	NPO法人 那覇市体育協会 853-6979

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 ヨ ン	21	水泳教室（中級）  クロール25m以上泳げる方対象、4泳法の習得を目標とした中級者向け。個々の状況にあわせ、スタートやターンの練習も取り入れスキルアップを図ります。 場所：首里石嶺プール	2月2日～3月25日（予定） 月曜日・金曜日 /全8回	NPO法人 那覇市体育協会 首里石嶺プール 835-5079
	22	楽しくイスDE体操講座  イスを使って膝にむりなくストレッチ 音楽に合わせて楽しく体づくりができます	第1・3金曜日 午後1時半～3時	壺川老人福祉センター 853-1139
	23	琉球ビクス講座  60歳以上の那覇市民の方が対象です。パーランクーをたたきながら楽しくエクササイズしましょう	第1・3土曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
	24	レク体操講座  音楽に合わせて、体を動かし体操の中での比較的軽い体操なので高齢者の方でも楽しめます	第1・3木曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
	25	太極拳講座  60歳以上の那覇市民の方が対象です。中国伝統の太極拳を基礎から上級者まで指導します	第2・4 木曜日 午前10時～12時	壺川老人福祉センター 853-1139
	26	空手体験教室  空手の基本の型を体験する	年20回程度予定	識名児童館 854-9656

～ 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	男性のための筋トレ &ストレッチ講座	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、体カアップにつなげます。	第1・3木曜日 前期：4月～9月 後期：10月～3月	識名老人福祉センター 854-7877
2	食生活改善推進員活動	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 それぞれの対象者に合わせて、時短や常備野菜などの調理実習を行っています。 ②エプロンシアター 幼稚園～小学生を対象に朝ごはんを食べる大切さについての講話を行っています。 ※食生活改善推進員になりたい方も随時募集しています。	6月～1月（開催日時は要相談） ①1回2時間程度 ②1回15分程度	那覇市保健所健康増進課 853-7961
3	わかさウォーキング教室	健康長寿を目的に「ひやみかちウォーク」参加を目指すウォーキング講座	9月～10月	若狭公民館 917-3446
4	健康体操講座	体全体のバランスを整え、日々の生活を健康で生き生きと過ごせるよう、転倒予防などの運動方法などを行っています。	第1・2・3土曜日 13時～14時50分	辻老人憩の家 864-0580
5	レク体操講座	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1・3火曜日	識名老人福祉センター 854-7877
6	筋力トレーニング講座	ウェ布林ン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	識名老人福祉センター 854-7877
7	ふれあいデイサービス 華富会	65歳以上の一般の方を対象に、高齢者が元気で生き生きと生活することを目的に体操やヨガなどを実施。看護師による健康相談有。（那覇市社会福祉協議会との共催）	第2・4火曜日 10：00～12：00	公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217
8	ママヨガ	乳幼児親子を対象としたヨガ	毎月第3火曜日 (※変更あり)	安謝児童館 862-4341

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
③ 健康				
9	操体法講座	呼吸法を基礎とした ストレッチ体操です	毎週水曜日 午前10時～12 時	壺川老人福祉セ ンター 853-1139
10	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	那覇市口腔保健 支援センター 917-5066
11	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	那覇市口腔保健 支援センター 917-5066
12	働き盛り世代のオンラインdeからだリメイク講座	生活習慣病のリスクが高い働き盛り世代を対象にオンラインで全12回コースの講座（一部実践あり）を実施し、個々にあった健康的な生活習慣の定着を目指します。	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 で告知	那覇市保健所健 康増進課 853-7961
13	「ウォーキング講座」	未定	未定	中央公民館 917-3442
14	こころの健康出前講話	地域で活動されている団体や支援機関等が精神疾患の病態や対応方法について、正しい知識を身につけることができるよう講話を開催します。	未定	保健所地域保健 課 853-7962
15	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 917-3443
16	健康講座	専門医師による健康講話や地域包括支援センターによる 介護予防及び認知症予防等の講座を開催します。	未定	識名老人福祉セ ンター 854-7877
17	応急手当講習会	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。	未定	識名老人福祉セ ンター 854-7877

～ 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	児童館自然体験活動	体験活動をとおして、那覇市内、沖縄県内の自然環境を知ることにより身近な自然環境に関心をもつ機会とする	5月 ホタル観察会 10月 秋の生き物観察会 1月 やんばる自然体験 3月 海の観察会	安謝児童館 862-4341
	2	市民天体観望会	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。	10月～3月予定	牧志駅前ほしぞら公民館 917-3443
	3	なは動物愛護フェスタ	ドッグラン開設、愛犬飼育相談会、愛犬健康相談会を実施予定	11月中旬頃 1日間を予定	那覇市環境衛生課 951-1530
	4	しつけ教室	犬のしつけについて座学と実践を交えて学ぶ	2月頃 4日間を予定	那覇市環境衛生課 951-1530
	5	那覇・南風原クリーンセンター施設見学	那覇市・南風原町の一般廃棄物を処理している那覇・南風原クリーンセンターの施設見学	一部期間を除く平日	那覇・南風原クリーンセンター 098-882-6713
	6	南の島の南極教室2023	南極観測隊OBによる講話を行い、現地の状況や昭和基地での暮らしのお話を伺い南極について関心を深める。	未定	若狭公民館 917-3446

～ ④自然・環境 はここまで ～

次は、⑤職業・産能 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑤職業・産能				
⑤ 職業 ・ 産 能	1 データアナリスト講 座	データ分析の専門家を育成する講座。データを活用した仕事であるプランナー、動画クリエイター、データオペレーターの3つの職業を意識した実践的な講座。	令和5年3月18 日土曜日から1 年間 毎週土曜日 13:00~16: 00	公益社団法人那 覇市母子寡婦福 社会 858-7217

～ ⑤職業・産能 はここまで ～

次は、⑥人材育成 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑥人材・育成				
⑥ 人 材 ・ 育 成	1	女性の副業、企業立上げサポート講座 女性起業コンサルタントによるひとり親家庭の母の副業、企業立上げをサポートする講座（講師：穂山由香）	令和5年7月～ 10月の第1金曜日、令和5年11月10日（金） 18：15～20：15	公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217
	2	英語講座（初級編） 外国人観光客等へうといむち（おもてなし）出来る人材を育成するための語学講座。初級レベル、中学生以上対象、定員20名、全8回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
	3	英語講座（中級編） 外国人観光客等へうといむち（おもてなし）出来る人材を育成するための語学講座。中級レベル、中学生以上対象、定員20名、全8回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
	4	中国語講座（初級編） 外国人観光客等へうといむち（おもてなし）出来る人材を育成するための語学講座。初級レベル、中学生以上対象、定員20名、全8回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
	5	中国語講座（中級編） 外国人観光客等へうといむち（おもてなし）出来る人材を育成するための語学講座。中級レベル、中学生以上対象、定員20名、全8回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
	6	韓国語講座（初級編） 外国人観光客等へうといむち（おもてなし）出来る人材を育成するための語学講座。初級レベル、中学生以上対象、定員20名、全8回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑥人材・育成				
7	韓国語講座（中級編）	外国人観光客等へうとういむち（おもてなし）出来る人材を育成するための語学講座。中級レベル、中学生以上対象、定員20名、全8回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
8	成人講座「星空案内人になろう」	星空と宇宙の基礎知識、望遠鏡の原理や使い方、星空案内を行う際の楽しみ方や注意点を学び、実際に地域などで活躍する星空案内人の資格取得を目指します。	9月～12月予定	牧志駅前ほしぞら公民館 917-3443
9	日常生活支援事業の家庭支援員のための研修	那覇市母子寡婦福祉会及び那覇市母子生活支援センターさくらに家庭支援員として登録し、地域の子育て支援のために活動するための家庭支援員の養成研修。	令和6年2月	公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217
⑥ 人材・ 育成 10	パソコンの使い方講座（初級編）	パソコンの基礎的な使い方を学び、情報収集能力を高める。定員10名程度、全2回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
11	パソコンの使い方講座（中級編）	パソコンの発展的な使い方を学び、情報収集能力を高める。定員10名程度、全2回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
12	タブレットの使い方講座（初級編）	タブレットの基礎的な使い方を学び、情報収集能力を高める。定員10名程度、全2回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314
13	タブレットの使い方講座（中級編）	タブレットの発展的な使い方を学び、情報収集能力を高める。定員10名程度、全2回	5月以降 (未定)	那覇市人材育成支援センター まーいまーい Naha 917-3314



分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑥人材・育成				
⑥ 人材 ・ 育成	14	独自文化継承・発信講座 沖縄の独自文化の継承・発信に関する講座を実施	5月以降 (未定)	那覇市人材育成 支援センター まーいまーい Naha 917-3314
	15	国際相互理解講座 国際相互理解の増進に関する講座を実施	5月以降 (未定)	那覇市人材育成 支援センター まーいまーい Naha 917-3314
	16	沖縄大学連携講座 沖縄大学と連携して、国際相互理解などに関する講座を実施	5月以降 (未定)	那覇市人材育成 支援センター まーいまーい Naha 917-3314

～ ⑥人材育成 はここまで ～

次は、 ⑦育児・子育て →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先	
⑦育児・子育て					
1	春のわくわくこども会	図書館や本に親しんでもらうきっかけづくりとして、絵本の読み語りをするおはなし会を行います。	4月末予定	中央図書館 917-3449	
2	夏休みわくわくこども会	図書館や本に親しんでもらうきっかけづくりとして、絵本の読み語りをするおはなし会を行います。また、図書館で所蔵している懐かしの16mmフィルムの中から、短編アニメーションの映像を厳選し、アニメ上映会を行います。	8月上旬予定	中央図書館 917-3449	
3	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。	9月予定	牧志駅前ほしぞら公民館 917-3443	
⑦ 育 児 ・ 子 育 て	4	秋のわくわくこども会	図書館や本に親しんでもらうきっかけづくりとして、絵本の読み語りをするおはなし会を行います。	10月末予定	中央図書館 917-3449
5	子育てサロン	ひとり親家庭の親や一般家庭の親の子育ての悩みを相談する集い	第3土曜日 9:00~12:00	公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217	
6	秋のうきうきおはなし広場	図書館や本に親しんでもらうきっかけづくりとして、絵本の読み語りをするおはなし会を行います。	読書週間 (10/27~11/9)の時期	小祿南図書館 917-3451	
7	育児講座	アロマ虫よけジェル作り 親子リトミック 等	年6回程度	識名児童館 854-9656	
8	育児講座	乳幼児親子を対象とした講座	開催日未定	金城児童館(つどいの広場さんさん) 859-0099	

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑦育児・子育て				
⑦育児・子育て	9	育児講座	乳幼児親子を対象とした講座	開催日未定（館内もしくは館だよりにてお知らせ） 小祿児童館（つどいの広場ほのぼの） 857-5377
	10	乳幼児学級	未定	未定 小祿南公民館 917-3444
	11	春のうきうきおはなし広場	図書館や本に親しんでもらうきっかけづくりとして、絵本の読み語りをするおはなし会を行います。	未定 小祿南図書館 917-3451
	12	乳幼児学級（ぴよぴよ学級）	未定	未定 中央公民館 917-3442
	13	乳幼児学級	未定	未定 石嶺公民館 917-3447
	14	家庭教育学級	家庭教育に関する学びの場を提供し、情報交換、子育て仲間づくりなどを推進する。	未定 若狭公民館 917-3446

～ ⑦育児・子育て はここまで ～

次は、 ⑧ボランティア・福祉 →

**この情報は、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！（6月以降を予定）**

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先	
⑧ボランティア・福祉					
⑧ ボ ラ ン テ ィ ア ・ 福 祉	1	福祉講座	ふ・く・しとは「ふだんの 暮らしの しあわせ」を求 めることと捉えて分かりやすく説明します。○子ど もの居場所○高齢者○障害ふくし○企業のCSRな ど、様々なジャンルのボランティア講座をコーディ ネートします。お気軽にお問合せください。	随時	社会福祉法人 那 覇市社会福祉協 議会 那覇市ボラン ティア・市民活 動センター 098-857-7766
	2	防犯パトロールみま もり隊	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	毎週月曜日 午後3時～4時	壺川老人福祉セ ンター 853-1139

～ ⑧ボランティア・福祉 はここまで ～

次は、 ⑨安全・防犯・防災 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨安全・防犯・防災				
1	リッカ! ヤーラーキャラバン	親子で楽しめる防災体験プログラム。地域住民はもとより多様な主体と連携しながら、イベントをつくりあげる過程を重視し取り組む。	9月	若狭公民館 917-3446
2	なは防災キャンプ	シーズンごとに場所や条件を変えて楽しく防災を学ぶ	年4回	若狭公民館 917-3446
3	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)	消防局予防課 867-0212
4	教育担当者講習 (有料)	建物の入居者管理、維持管理から消防設備等の保守管理などを請け負う不動産業や、緊急時の駆けつけ対応等を請け負う警備業など防火管理業務の一部を受託する事業所などを対象に、防火・防災管理業務の受託を業とする法人等の教育担当者講習会です。(※甲種防火管理資格者であること)	年1回開催 (9月)	消防局予防課 867-0212
5	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 (7月/ 令和6年1月)	消防局予防課 867-0212
6	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)	消防局予防課 867-0212
7	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。※2日間の講習	年6回開催 (6月/ 7月/9月/10月/ 12月/令和6年1月)	消防局予防課 867-0212
8	普通救命講習 I	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。 ※定員5名~20名程度	随時受付	消防局救急課 867-1199

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑨安全・防犯・防災	9	普通救命講習Ⅲ 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。 ※定員5名～20名程度	随時受付	消防局救急課 867-1199
	10	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	随時受付	消防局救急課 867-1199
	11	防犯パトロール地域見守り隊 健康づくりのウォーキングを兼ねて地域の小・中学校の下课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	識名老人福祉センター 854-7877

～ ⑨安全・防犯・防災 はここまで ～

次は、 ⑩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
⑩イベント・フェスティバル				
1	ネパールニューイヤー セレブレーション	沖縄ネパール友好協会との共催で、ネパールと沖縄双方の文化理解と交流を目的としてネパールのお正月を祝う	4月15日(土) 14時～17時	若狭公民館 917-3446
2	地域交流事業「ガープ川に鯉のぼりを泳がそう」	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月下旬～5月	中央公民館 917-3442
3	第65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 941-7801
4	新高校1年生 激励会	ひとり親家庭の新高校1年生を祝う激励会	令和5年6月17日 土曜日 14:00～17:00	公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217
5	いれいの日のおはなしかい	慰霊の日(6月23日)に関連した内容の読み聞かせを行う。	6月	那覇市人材育成支援センターまーい まーいNaha 917-3314
6	うみそら上映会in若狭海浜公園	若狭海浜公園で懐かしの映画や地域の映像を鑑賞しながら地域交流を図る	6月～10月	若狭公民館 917-3446
7	第30回 なは青年祭	那覇青年育成連合会が主催する「なは青年祭」を通して、市内の青年団体等の連携が図られ、地域活性化の取組に発展することを目的としたイベントになっています。	8月開催予定	生涯学習課(青少年育成室) 917-3509
8	第63回下水道の日	上下水道局庁舎にて、下水道の仕組みや役割などのパネル展をはじめとするイベントを開催します。開催期間中に、局庁舎前にてバガス肥料と花の苗の無料配布を行います。 ※なくなり次第終了	9月10日を中心とした一週間(予定)	上下水道局 総務課 941-7801
9	第18回 やる気・元気旗頭フェスタinなは	那覇市内の小中学校が参加して、旗頭の演舞を披露します。旗頭の練習等を通して、子ども達の成長や子ども達と地域との繋がりを深めることを目的としています。	10月1日(日)開催予定	生涯学習課(青少年育成室) 917-3509

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑩イベント・フェスティバル				
10	世代間交流グラウンド ゴルフ大会	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 854-7877
11	辻老人憩の家地域福祉 まつり	日頃の利用者の活動発表と地域に根差した交流を目的として開催しています。	11月開催予定	辻老人憩の家 864-0580
12	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。毎年、朗読劇や人形劇、お芝居、手遊びなどを行い、「おはなし」に親しむきっかけ作りとして開催しています。	11月予定	中央図書館 917-3449
13	第17回 なは教育の日式典	今年度、著しい活躍のあった小中学生や、他の模範となる善行青少年を称えとともに、多年にわたり社会教育に功績があったかたや、青少年育成にご尽力いただいた方を労い、市民全体で教育に関わる事の大切さを共有します。	12月9日土曜日	生涯学習課 917-3502
14	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、工作会を行います。	12月23日 土曜日 10:30~11:00	石嶺図書館 917-3454
15	クリスマスのおはなし 会	クリスマスの時期に合わせ、大人も子どもも楽しめる内容でのおはなし会を行う。	12月	那覇市人材育成支援センターまーい まーいNaha 917-3314
16	第16回 子どもフェ スタinなは	放課後子ども教室や、地域で実施している児童生徒の文化活動や伝統芸能活動、スポーツ活動の成果を発表します。子どもたちが表現する場や鑑賞機会を通して、達成感や自己肯定感の向上、相互の交流を図ります。	令和6年1月21日 (日) 開催予定	生涯学習課（青少年育成室） 917-3509
17	地域交流事業 新春も ちつき大会	新しい年を迎え親子、地域、楽しく交流するとともに、参加者の健康を祈願しながらもちつきを行います。	1月開催予定	石嶺公民館 917-3447
18	中央公民館まつり	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月開催予定	中央公民館 917-3442
19	識名地域福祉まつり	識名老人福祉センター及び識名児童館の利用者と地域が連携し、地域に根ざした交流の場として行っております。	2月初旬予定	識名老人福祉センター 854-7877
20	牧志駅前ほしぞら公民 館まつり	牧志駅前ほしぞら公民館及び地域で活動しているサークルや団体の皆様が、日頃の活動の成果を発表します。（展示発表、舞台発表、体験教室など）	2月予定	牧志駅前ほしぞら 公民館 917-3443



分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑩イベント・フェスティバル				
⑩ イ ベ ン ト ・ フ ェ ス テ ィ バ ル	21	地域連携事業 石嶺公民館まつり	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事を目的とします。	2月開催予定  石嶺公民館 917-3447
	22	まーいまーいNahaフェスティバル	まーいまーいNahaの利用団体による舞台発表、展示発表、サークル活動体験、図書室のおはなし会など	3月  那覇市人材育成支援センターまーいまーいNaha 917-3314
	23	壺川地域福祉まつり	利用者の日頃の活動発表と地域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	期日未定  壺川老人福祉センター 853-1139

～ ⑩イベント・フェスティバル はここまで ～

次は、 ⑪平和 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑪平和				
⑪ 平和	1 平和学習(読み聞かせと ブックトーク)	慰霊の日にむけての平和学習の一環 小学校・こども園などでの読み聞かせ及びブックトーク	6月	繁多川図書館 917-3455

～ ⑪平和 はここまで ～

次は、 ⑫歴史・伝統 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑫歴史・伝統				
1	沖縄県立芸術大学 芸術文化研究所 文化講座	<p>沖縄の文化、芸能等について、各専門家を招いての講座を予定している。</p> <p>令和4年度は「現代沖縄諸芸術の変遷」と題し、オンライン（オンデマンド）で行い、全14回の講座を実施した。</p> <p>令和5年度(2023年度)もオンライン（オンデマンド）での実施を予定している。</p> <p>開講内容、日程等についての詳細は、沖縄県立芸術大学芸術文化研究所ホームページ (<a href="http://www.ken.okigei.ac.jp/index.html">http://www.ken.okigei.ac.jp/index.html</a>) をご確認ください。</p>	2023年4月～ 2023年7月頃	沖縄県立芸術大学 芸術文化研究所 882-5040
2	学芸員と展示を見よう ～常設展ギャラリー トーク～	<p>月毎に専門の異なる学芸員等が、それぞれ重点的に解説するテーマを掲げながら、常設展示を案内します。</p>	5月～翌2月までの 毎月第3日曜日 10時～11時	那覇市立壺屋焼物 博物館 862-3761
3	第58回 琉球王朝祭り 首里	<p>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。祭り当日は、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。</p> <p>(池端三叉路～鳥堀交差点)</p>	11月3日(金曜日・祝) ※新型コロナウイルスの影響により実施未定となっております。	観光課 862-3276
4	世界遺産解説会	<p>識名園・玉陵にて、学芸員・管理指導員・ボランティアガイドによる解説を聞きながら園内を見学し、世界遺産について学びます。参加者は観覧料無料です。</p>	識名園：毎月第3日曜日 午前9時～午前10時まで、玉陵：毎月第3日曜日 午前11時～正午まで	文化財課 917-3501
5	那覇まちま～い	<p>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。</p>	<p>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。)</p>	那覇まちま～い事務所 860-5780

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑫歴史・伝統				
⑫ 歴史 ・ 伝 統	6	令和5年度 うちなーぐち講座・成果発表 市民が「うちなーぐち」へ触れる場を増やし、その魅力と価値を再認識することで、うちなーぐちの普及啓発と市民文化活動の活性化を図る。	未定	文化振興課 861-7810
	7	高齢者学級 「ふくろしゃ大学」 未定	<b>6月以降、インターネット版 生涯学習メニューブックで、 随時改訂していきます。</b>	未定 石嶺公民館 917-3447

～ ⑫歴史・伝統 はここまで ～

次は、 ⑬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
⑬教育・青少年育成				
⑬ 教育・青少年育成	1	うみそら上映会実行委員会 地域連携事業「うみそら上映会」実施に向けて青年層が企画・運営する	6月～10月	若狭公民館 917-3446
	2	夏休み工作教室 子どもたちに工作の面白さを発見してもらうことを目的とした幼児・小学生向けの夏休み企画です。 (親子5組程度予定)	7月末予定	首里図書館 917-3452
	3	夏休み小学生向け講座 夏休みの宿題に役立つような小学生向け講座を行います。	7月末予定	中央図書館 917-3449
	4	少年教室 未定	7～8月開催予定	石嶺公民館 917-3447
	5	こわ～いおはなし会 「おきなわのゆうれいばなし」 夏休み恒例、あまり怖くないお話会です	夏休み	小祿南図書館 917-3451
	6	夏休み親子工作教室 子どもたちに工作の面白さを発見してもらうことを目的とした小中学生向けの夏休み企画です。	夏休み	若狭図書館 917-3453
	7	夏休みおはなし会 夏に関する絵本の読み聞かせを行います。	夏休み	若狭図書館 917-3453
	8	夏休み講座 小中学生向けの夏休み講座を実施	夏休み(7月～8月)	那覇市人材育成支援センターまーい まーいNaha 917-3314
	9	夏休み工作教室 小学生を対象に工作教室を行い、まーいまーいNaha図書室の利用促進を図る。	夏休み(7月～8月)	那覇市人材育成支援センターまーい まーいNaha 917-3314
	10	夏休み中高生向け講座 普段、那覇市立図書館を利用する機会が少ない中学生・高校生に、図書館に訪れる機会や、本にふれるきっかけをつくるために、夏休みの講座を行います。	8月上旬予定	中央図書館 917-3449
	11	夏休み子ども教室 ひとり親家庭の小学生を対象とする夏休みの習字を習おう習字教室、絵を描こう絵画教室	令和5年8月の2週間 週3回午前中	公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑬教育・青少年育成				
⑬教育・青少年育成	12	ポップアップカードなど作り 大人向けに簡単な手作りの雑貨や文具を作ります。	読書週間（10/27～11/9）の時期	小祿南図書館 917-3451
	13	石嶺中学校コラボ企画：「私のおススメの本をPOPで紹介してみました」 石嶺中学校の生徒が作成した本の紹介ポップを、本と一緒に展示します。	10月下旬～11月上旬	石嶺図書館 917-3454
	14	CGG年末美化清掃プラスONE 青少年健全育成を目的として、地域が一体となって若狭海浜公園や周辺地域の清掃を行う。	12月	若狭公民館 917-3446
	15	少年教室（詳細未定） 未定	<b>6月以降、インターネット版生涯学習メニューブックで、随時改訂していきます。</b>	

～ ⑬教育・青少年育成 はここまで ～

次は、 ⑭親子交流 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑭親子交流				
⑭ 親子 交流	1	家庭教育学級「宇宙の学校」	宇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ぶことができます。	7月～11月予定 牧志駅前ほしぞら公民館 917-3443
	2	夏休み工作教室	小学生を対象にした、親子で参加する工作教室です。内容未定。	7月下旬～8月上旬 石嶺図書館 917-3454
	3	親子ふれあい教室	未定	7月頃 小祿南公民館 917-3444
	4	夏休み工作教室	外部講師を呼んで内容説明。親子で一つ以上の作品を仕上げる手作り工作を開催します。小学生向けの夏休み企画	8月予定 牧志駅前ほしぞら図書館 917-3450
	5	夏休み工作教室	毎年恒例の夏休みの宿題対応手作り工作	夏休み 小祿南図書館 917-3451
	6	親子ふれあい教室「親子星空教室」	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。	10月～2月予定 牧志駅前ほしぞら公民館 917-3443
	7	ひとり親家庭の集い運動会	ひとり親家庭の運動会（沖縄県母子寡婦福祉連合会との共催）	未定 公益社団法人那覇市母子寡婦福祉会 858-7217
	8	親子ふれあい教室	未定	未定 中央公民館 917-3442
	9	家庭教育学級	未定	未定 石嶺公民館 917-3447
	10	親子ふれあい教室	未定	未定 石嶺公民館 917-3447

**6月以降、インターネット版生涯学習メニューブックで、随時改訂していきます。**

～ ⑭親子交流 はここまで ～

次は、 ⑮男女共同参画 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑮男女共同参画				
1	心も身体もリフレッシュ！シェイプアップ体操	「新型コロナウイルス感染症」の発生から3年、家で過ごす時間が増え、運動不足になりがちな毎日です。冷えなどのトラブルを抱えやすい女性を対象に、身体を動かす、血行促進、冷え症の予防・改善や心身のリフレッシュを目指し、ストレッチ体操を行います。	5月～8月頃	なは女性センター 951-3203
2	女性のための法律入門講座 ～子どもがいる女性の離婚～	未成年の子どもがいる場合の離婚についての法律知識（親権・監護権・養育費・面会交流・慰謝料・ハーグ条約など）について学びます。	7月頃	なは女性センター 951-3203
3	「性の多様性と人権」～ありのままの「性」で自分らしく生きる～	本市は、2022年10月に「那覇市パートナーシップ・ファミリーシップ登録」が始まりました。人間を男女2つのカテゴリーに分け、「異性愛規範」によって作り上げられた社会で、生きづらさを感じている人たちがいます。「性」はグラデーションであること、多様な生き方を認めること、性の多様性を尊重する社会の実現が、ジェンダー平等の社会を築く近道だと考えます。ありのままの「性」で自分らしく生きることについて、参加者と一緒に考えます。	10月頃	なは女性センター 951-3203
4	女性と身体セミナー～乳がん～	乳がん罹患率は30代後半から急増しています。また30～64歳の世代では乳がんは女性のがんによる死亡数で1位です。今や、9人に1人が乳がんになる時代だと言われています。（公益財団法人 がん研究振興財団 がんの統計 2022より）。10月は、「乳がんをもっとよく知る月間」です。仕事や子育てで忙しい時期でも、乳がんの知識を深め、検診の大切さを理解し、病院受診の前に、適切なアドバイスを得るために学びます。	10月頃	なは女性センター 951-3203
5	「力と支配～DVと子どもへの虐待」を考える講座	DV家庭で育つことが心理的虐待であると、「児童虐待」の定義に加えられました。DVによって子どもたちが受ける心理的・精神的影響は、はかり知れないものがあります。「家庭」という外から見えにくい場所で起こる暴力の連鎖を断ち切るためには、早めに発見し、対応することで、虐待の深刻化も防げます。子どもの心と体の傷の浅いうちに保護することが可能だからです。「児童虐待防止推進月間」に合わせて、参加者と共に考える機会とします。	11月頃	なは女性センター 951-3203

⑮ 男女共同参画

～ ⑮男女共同参画 はここまで ～

次は、 ⑯市民活動 →



分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
⑩市民活動				
⑩市民活動	1	なは市民活動支援センター講座 市民活動に役立つ講座	令和5年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。 (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	令和5年4月～令和6年3月	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6回、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。	令和5年7月～12月	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(目的: 那覇を知り好きになる)の上級編として、8回程度の講座を開催します。	令和5年7月～12月	まちづくり協働推進課 協働推進グループ 098-861-3846

～ ⑩市民活動 はここまで ～

次は、 ⑪ボランティア養成 →

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先	
①ボランティア育成					
① 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、子どもたちが絵本の楽しさを体験し、絵本に興味・関心が持てるような読書環境づくりの促進ができる人材を養成する。また、受講者自身が本を読むことの楽しみを学び、ボランティア活動をする上での仲間作りをすることを目的とする。	8月予定（全5回） 10:00～12:00	中央公民館 917-3442
	2	おはなしボランティア養成講座	おはなしボランティアとして保育園・こども園・小学校等で活動している方々を対象に、ステップアップのための講座を開催します。読み聞かせの実技だけでなく、活動する上でのルールや心得なども学びます。	9月～10月全5回 講座（予定）	中央図書館 917-3449
	3	母子保健推進員養成育成事業	地域の親子の相談相手として、また市民と行政のパイプ役として活動するボランティアです。母子保健推進員として活動を考えている方へ、那覇市の母子保健に関する講座を行っています。	随時	保健所地域保健課 853-7962
	4	健康づくり推進員養成育成事業	市民ひとりひとりが、心身ともにいきいきと生活できるよう、健康づくりを目的に活動しているボランティアです。活動に関心があり応募してきた方へ、健康に関する講座を行っています。	未定	保健所地域保健課 853-7962

～ ①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。（インターネット版で更新していきます）

分類	講座名	内容等	開催期日 (予定)	問合せ先
<b>未定の講座一覧</b>				
1	高齢者学級 (うりずん大学)	未定	未定	中央公民館 917-3442
2	青年講座	未定	未定	中央公民館 917-3442
3	成人講座	未定	未定	中央公民館 917-3442
4	市民講座	未定	未定	中央公民館 917-3442
5	少年教室	未定	未定	中央公民館 917-3442
6	地域連携事業 (詳細未定)	未定	未定	牧志駅前ほしぞら 公民館 917-3443
7	成人講座	未定	未定	繁多川公民館 917-3448
8	高齢者学級	未定	未定	繁多川公民館 917-3448
9	健康講座	未定	未定	繁多川公民館 917-3448
10	青年講座	未定	未定	繁多川公民館 917-3448
11	少年教室	未定	未定	繁多川公民館 917-3448
12	家庭教育学級	未定	未定	繁多川公民館 917-3448
13	地域連携事業	未定	未定	繁多川公民館 917-3448

**この情報は、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！  
(6月以降を予定)**

**『市民の友』や  
『各公民館のHP』  
『あけもどろネット』  
などでも、いろいろな生  
涯学習の情報を発信し  
ていきます！**

生涯学習メニューはここまで！

出前講座へ続きます