三木町健康生きがい中核施設

サンサン館みき

令和6年7月期講座（令和6年7月～9月）

受講生募集!!

6月2日(日)から受付開始

■ 館窓口での受付は午前8時から（午前7時に開館し、準備が整い次第受付整理券を配布します）
■ TEL・FAXでの受付は午後1時から　■ 場所:香川県木田郡三木町大字氷上2940番地1

TEL 087-891-0333
FAX 087-891-0339

夏の特別講座

①講師名　②日 時　③受講料　④その他
※子ども対象講座で「保護者同伴」の表記がない講座は、お子様のみでご受講ください。
※T-19、T-20講座の受講料は、1組分（子ども1名と保護者1名）の金額です。
※材料費等は受講料と一緒にお支払いください。（一部の講座を除く）
※T-37講座は、当館のWindows10搭載のデスクトップパソコンを使用します。講座で使用するエクセルは、2016バージョンです。

子ども対象講座

T-1 天体望遠鏡を作って夜空を観測しよう（小・中学生対象・小学2年生以下は保護者同伴）

手作り望遠鏡キットを使って、マイ天体望遠鏡を作ります。天体望遠鏡は小型ですが、月や惑星・二重星を観ることができ天体観測入門には最適です。天体望遠鏡の操作を練習した後で、春から夏の星座や二重星を観測します。
①天体望遠鏡博物館　②7月6日（土）16:30～20:30
③330円（サンサン館みき事務手数料として）④材料費 3,000円

T-2 和三盆干菓子作り体験教室（小学生対象）

好きな形の菓子木型を選んで、かわいらしい和三盆を型どっていきます。口の中でスッと溶ける、甘くて美味しい和三盆!お抹茶といっしょに、その場で作りたてを食べる貴重な体験で、夏の思い出を作りましょう。※12個程度の和三盆が作れます。
①豆花 上原 あゆみ　②7月20日（土）10:00～11:30
③880円　④材料費1,000円

T-3 グラスに入ったキャンドルづくり!【午前の部】
T-4 グラスに入ったキャンドルづくり!【午後の部】（3歳～小学生対象・小学生未満は保護者同伴）

グラスにカラーサンドを敷いて、貝殻や夏の思い出を飾って、透明感あふれるキャンドルをつくりましょう!さらにもう1個カラフルなろうそく作りもチャレンジするよ!
①キャンドルハウス～cocoa～ 岡田 千恵
②【午前の部】7月20日（土）10:00～11:30
　【午後の部】7月20日（土）13:00～14:30
③880円　④材料費720円

T-5 お花がいっぱいつまったキャンドルづくり【午前の部】
T-6 お花がいっぱいつまったキャンドルづくり【午後の部】（年長～小学生対象・保護者同伴）

花畑のような美しさを持つキャンドルを自分の手で作りましょう!お花をきれいに飾り付けて、自分で蝋を溶かして流し込んで「ボタニカルキャンドル」を作ってみませんか?
①キャンドルハウス～cocoa～ 岡田 千恵
②【午前の部】7月20日（土）10:00～11:30
　【午後の部】7月20日（土）13:00～14:30
③880円　④材料費1,120円

T-7 夏の海を感じる!透明マリンソープ作り【午前の部】
T-8 夏の海を感じる!透明マリンソープ作り【午後の部】（年長～小学生対象・小学3年生以下は保護者同伴）

夏の海を感じる『マリンソープ』を作ってみませんか?透明で涼しげな石鹸を手作りします。楽しみながら、海の宝石をイメージした石鹸をつくりましょう。
①toivo 松井 優美
②【午前の部】7月21日（日）10:00～11:30
　【午後の部】7月21日（日）13:00～14:30
③880円　④材料費800円

T-9 和紙ちぎり絵でうちわを飾り付けよう!（小学生対象）

和紙ちぎり絵で飾り付けてオリジナル「うちわ」を作ります。片面は先生が用意した見本をもとにアサガオを貼り付け、もう片面は自由に飾り付け出来ます。和紙の独特な色味を使い分けて暑さを吹き飛ばす「うちわ」を作りましょう。
①和紙ちぎり絵講師 小西 桂子　②7月24日（水）10:00～12:00　③880円　④材料費800円

T-10 紙すきセットを使って!楽しい紙すき体験 ～しおりやはがきを作ろう～（5歳～小学生対象・保護者同伴可）

紙をすいて自分で紙を作ります!紙のリサイクルについて学びながら、自分で作った紙を様々な色で飾り付け、子どもたちの思いを込めた一筆を書きます。世界に一つだけのしおりや、ハガキを作って、大切な人に贈りましょう!
①ひなた書道教室 主宰 豊田 陽子
②7月24日（水）10:00～12:00
③880円　④材料費400円

T-11 夏の子ども絵画教室 ～観察して魚を描こう～（小学生対象）

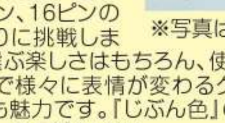
お魚をモチーフに、観察したり触ったりしながら楽しく絵を描きます。よく観て魚の特徴を発見して描く、こんな色があったと発見して描く!子どもたちの発見を絵に表現してみましょう。
※魚の種類は入荷状況によって変わります。

①画家 ACHA（芳本武一）
②7月24日（水）10:00～12:00
③880円　④材料費450円

T-12 SDGsにつながるアート『ディンプルアート』（5歳児～小学生対象・保護者同伴可）

廃材ガラスからうまれた絵の具で、SDGsにつながるアートを楽しもう!下書きのしてある「ひまわり」「かき氷」から選んで、キラキラとステンドグラス調の作品が完成します!
①ディンプルアート普及協会認定講師 善生 智恵子
②7月25日（木）10:00～12:00
③880円　④材料費700円
※絵の具にエタノール成分が含まれるため、アルコールアレルギーのある方にはおすすめしていません。

T-13 糸かけマンダラアート ～じぶん色の作品を作ろう!～（年長～小学生対象・小学3年生以下は保護者同伴）



※写真はイメージです

好きな色糸を選び、くぎ打ちしたボードに糸かけを楽しみながらオリジナルのオブジェを作ります。今回は2色の板で24ピン、16ピンの作品づくりに挑戦します。色を選ぶ楽しさはもちろん、使う色やその組み合わせで様々に表情が変わるグラデーションの美しさも魅力です。「じぶん色」の作品づくり、ぜひ楽しんでくださいね!
①色彩教室 Re*room 香川高松教室 たかはし ゆみ
②7月25日（木）10:00～12:00
③880円　④材料費1,500円

T-14 運動がきっと好きになる!子ども体操 体験教室（3歳～6歳児対象）

体を動かすのが好きな子も、苦手な子も無理なく楽しく、運動神経を高める絶好のチャンス!走る、ジャンプなど基本動作から、マット運動・跳び箱・ボール遊びを取り入れて、全身を上手にコントロールする力を養ってみませんか?楽しい新しい体験に出会えるはず!
①ともこ体育クラブ代表（健康運動指導士・日本スポーツ協会公認コーチ）中村 倫子 ②7月25日（木）・8月8日（木）14:00～14:45 ③1,760円（2回分）

T-15 子どもの器械体操 体験教室（6歳～9歳児対象）

柔軟性・筋力・バランス感覚を養い、集中力を高めることができる器械体操!ブリッジや逆立ち、側転に挑戦してみませんか?新しい仲間と出会い「できる!」楽しさや喜びを味わってみよう!

①ともこ体育クラブ代表（健康運動指導士・日本スポーツ協会公認コーチ）中村 倫子
②7月25日（木）・8月8日（木）15:15～16:00 ③1,760円（2回分）

T-16 キラキラハーバリウムのボトルを作ろう!①
T-17 キラキラハーバリウムのボトルを作ろう!②（小学生対象・保護者同伴可）

キラキラビーズの飾りを付けたハーバリウムの2wayボトルを作ってみませんか?お好きな花の色やビーズを選んで作成します。（事前に、お花の色は、赤・青・黄・緑・紫・ピンク・オレンジ系から選んで頂きます）
①植物雑貨クリエイター 中井 真弓
②T-16 7月27日（土）10:30～11:30
　T-17 7月29日（月）9:30～10:30
③880円　④材料費1,500円

T-18 「地元のダイヤを磨く」庵治石手磨き・デコ体験教室（年長～小学生対象・保護者同伴可）

「花こう岩のダイヤモンド」と呼ばれる庵治石を使って、2つの作品を作ります。庵治石の話を聞いた後、石磨き体験用の丸い石で、2種類の砥石を使った石磨きの体験をします。また、好きな石を選んでラインストーンやペイントで自由に飾りつけをします。持ち帰った2つの作品は、ペーパーウェイトやマグネットとしても使えます。庵治石に触れながら作品を作ってみましょう。
①庵治石石磨きプロジェクト 主宰 中野 志保
②7月27日（土）13:30～14:45
③880円　④材料費1,500円

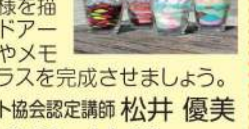
T-19 親子料理① T-20 親子料理② ～ハワイカフェ風ワンプレート～（年長～小学生の親子対象）

南の島を感じるハワイカフェ風ワンプレートを作ります。夏にぴったり豚肉のBBQソース煮、流行りのふわふわパンケーキ、南の島と言えばフルーツサラダと盛りだくさんです。親子でハワイの雰囲気を味わいながら夏を満喫しましょう。

【メニュー】・豚肉のBBQソース煮
・ふわふわパンケーキ ・フルーツサラダ

①ジュヌヴィエーヴ料理教室 山中 美妃子
②T-19　7月28日（日）10:00～13:00
　T-20　8月 4日（日）10:00～13:00
③1,320円　④材料費1,600円

T-21 カラーサンドアート教室 ～メモクリップ～（小・中学生対象）



美しい色に染められたサラサラの砂を、透明なグラスにそっと積もらせて綺麗な模様を描いていく「カラーサンドアート」にチャレンジ!写真やメモが飾れるオリジナルグラスを完成させましょう。
①カラーサンドアーティスト協会認定講師 松井 優美
②7月28日（日）10:00～11:30
③880円　④材料費1,000円

T-22 もふもふ苔玉! モスペット作り（小・中学生対象）

植物を髪の毛に見立てて、苔玉をつくります。手や足をつけカラフルに仕上げたかわいい苔玉キャラクターです。ポップなカラーといつもにこにこの笑顔で、お部屋の雰囲気を明るく和ませてくれます!「四国初の講師」と一緒につくってみませんか?
①モスペット認定講師 松井 優美
②7月28日（日）13:00～14:30
③880円　④材料費1,600円

T-23 フクロ!フクロウを作ろう①
T-24 フクロ!フクロウを作ろう②（年少～小学生対象・小学3年生以下は保護者同伴）

子どもたちの想像力を引き出す、フクロフクロウを作ります。紙袋を使って、自分だけのユニークなフクロウを作りましょう!色を塗ったり、モコモコの装飾で立体的に仕上げて、フクロウに命を吹き込みます。
①絵描き・絵画指導講師 宮脇 智矢
②T-23　7月28日（日）14:00～15:30
　T-24　7月31日（水）14:00～15:30
③880円　④材料費550円

T-25 子ども書道教室 ～夏休みの宿題対応～（小学3～6年生対象）

筆の持ち方から「うったて」「とめ」「はらい」など筆遣いの基礎を楽しみながら学びます。夏休みの書道の宿題にも対応できますので、課題をお持ちください。
①ひなた書道教室 主宰 豊田 陽子
②7月29日（月）10:00～12:00 ③880円

T-26 夏の子どもの絵画教室 ～自由課題コース～（小学生対象）

夏休みの絵の課題や、夏の思い出、描きたいモチーフ等、先生のヒントやアドバイスから、創造力を働かせて、魅力のある作品を完成させましょう。
※描きたい課題や、思い出の写真等をお持ちください。

①画家 ACHA（芳本武一）
②7月31日（水）10:00～12:00
③880円　④材料費50円

T-27 子ども服リメイク ～カルトナージュ～（小学生対象・保護者同伴）

サイズの合わなくなった子ども服を使って、かわいい小箱を作ります。クローゼットの中にある大切な服を今、使えるものに3R（リユース・リデュース・リサイクル）してみましょう。※服がなくてもハンカチ程度の薄いハギレで代用できます。
※子ども服は薄めのものをご用意ください
①藤澤 尚子 ②8月1日（木）13:30～15:30
③880円　④材料費500円

T-28 夏休みワクワク木工作 ～3次元のカラクリ装置を作ってみよう!～（小学生対象・小学3年生以下は保護者同伴）

自分でビー玉が転がる仕組みを考えて作ります。最後はドミノ倒しでゴールイン。カラフルに色を付けて、ビー玉を転がして遊びましょう。（縦30×横30㎝×高さは自由）
①木工教室 癒楽木 主宰 青木 節子
②8月2日（金）10:00～12:00
③880円　④材料費1,870円

T-29 墨絵ワークショップ（小学生対象・保護者同伴可）

豊かな表現力を育むこのワークショップでは、参加者一人ひとりが自分だけの作品を生み出します。前半では自分で墨を擦って、筆の使い方や濃淡の表現を学び、墨流しでコースターを作ります。後半は自由な発想で墨を使って絵を描きます。墨の魔法に触れ、濃淡の美しさを描く楽しさを体験しましょう。
①現代水墨画 日本水墨画美術協会 会員 市原 増夫
②8月2日（金）13:30～15:30
③880円　④材料費 無料

T-30 子どもの裏千家茶道教室（5歳児～小学生対象・保護者同伴可）

茶道の基礎や礼儀作法がお子さまにもやさしく学べる講座です。堅苦しくない、それでいて、凛とした雰囲気の中で、おいしいお茶（抹茶）とお菓子を心から楽しみましょう。お茶のいただき方やおじぎの仕方など、子どもの頃から知っておきたいこともたくさん学ぶことができます。

①裏千家流准教授 貞中 宗美
②8月4日（日）10:00～11:30
③880円　④材料費300円

T-31 金属で遊ぼう!～銅線でくねくね!～（小学4年生～中学生対象）

銅線をくねくね曲げて、自由なアイデアでオブジェをつくりましょう!ロケットや鳥などを自分で打ち出して、飾り付ければ世界で一つだけの作品が完成です。トンカチでトントンカンカン♪夢中になってたたきましょう!
①赤松彫金教室 主宰 赤松 和代 ②8月4日（日）10:00～12:00 ③880円 ④材料費900円

T-32 デコパージュでオリジナルのバッグを作ろう!（小学生対象・小学2年生以下は保護者同伴）

トートバッグに自分の好きなペーパーをデコパージュしてオリジナルのバッグを作ります。デコパージュは紙に描かれた絵柄を専用の液体を使って貼り付けることです。好きな絵柄や模様を選んでバッグに貼り付けましょう。トートバックやお買い物のエコバッグとして使えます。
①雑花 kotoyuyu 中村 敏子 ②8月4日（日）13:00～15:00 ③880円 ④材料費900円

T-33 粘土で「起きあがりこぼし」を作ろう!（小学1～3年生対象・保護者同伴可）

粘土を使ってオリジナルの「起きあがりこぼし」を作ります。「起きあがりこぼし」はダルマのように転んでも起き上がる縁起ものです。指先で押すとゆらゆら揺れる、かわいい作品を自由に作りましょう。
①ケーキと雑貨のアルジャーノン 大石 麻友美
②8月5日（月）10:00～11:30
③880円　④材料費400円

T-34 粘土で「立体絵画」を作ろう!（小学4～6年生対象・保護者同伴可）

粘土を使って立体絵画を作っていきます。動物やお花、食べ物など、写真から飛び出してきたような立体的な作品が出来上がります。部屋に飾りたくなるような作品を一緒に作りましょう。
※写真たては茶色の木製を使用します
①ケーキと雑貨のアルジャーノン 大石 麻友美
②8月5日（月）12:30～14:30
③880円　④材料費500円

大人対象講座

T-35 初めての社交ダンス体験教室

7月から始まる「初めての社交ダンス」の体験講座です。まずはぜひ1度体験してみてください。運動のできる服装と室内シューズで気軽に参加できます!
①キタイダンススクール 北井 基代
②6月21日（金）11:30～12:15
③1,210円

T-36 美しい姿勢を手に入れる!自重トレーニング

この講座では、自重トレーニングで、体幹を整え美しい姿勢をつくる運動を行います。特別な器具は必要なく、自宅でも簡単にできる運動なので、誰でも気軽に始められます。姿勢改善だけでなく、筋力アップやダイエット効果も期待できます。
①AUBE FOR ONEトレーナー・作業療法士 三宅 匡彦
②6月21日（金）19:00～20:00
③1,210円

T-37 一日集中!エクセルを使って便利な家計簿を作ろう!

毎週講座に通うのは難しいけど、1日集中なら参加しやすい方にオススメの講座です。エクセル基本操作（文字入力・簡単な数式入力）ができる方を対象にした内容となっています。日々の支出・収入を時系列で入力して元になるデータを作成し、関数・ピボットテーブル・ピボットグラフを使って家計簿を完成させます。便利な入力規則などもつかってより効率的に家計簿を完成させましょう。
①PCインストラクター 小笹 由紀子
②6月23日（日）10:00～12:00
　　　　　　　　13:30～15:30
③2,420円

T-38 寝転ンでいきいき体操体験教室

寝転ンでいきいき体操の体験教室です。自分のペースで行うので、普段運動をしない方、足腰に自信がない方でも関係なく、誰でも楽しく行えます。寝転びながら、リラックスして体をほぐしましょう。

①元保健師・ヒロタダ式整体師 山田 恵美子
②6月27日（木）10:00～11:00
③1,210円

T-39 大人の糸のこ ゆらゆら人形～イルカの親子～

©小黒三郎

小黒三郎さんデザインのイルカの親子を電動糸のこで切り抜いて、作ります。夏にぴったり、ゆらゆら揺れるイルカの親子が可愛い作品です。
①木工教室 癒楽木 主宰 青木 節子
②6月28日（金）10:00～12:00
③1,210円　④材料費2,750円

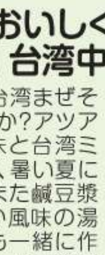
T-40 己書（おのれしょ）で味のある字を描いてみよう!

己書（おのれしょ）とは、筆ペンを使って味のある文字や絵を表現する書の事です。字の上手・下手は関係ありません。楽しく描きましょう!心温まる素敵な作品を描いてみませんか?
①日本己書道場 師範 石原 由美子
②6月29日（土）10:00～12:00
③1,210円　④材料費 1,200円

T-41 トロピカルケーキを作ろう! ～体にやさしい夏のRawスイーツ～

マンゴー味の南国を思い出させる夏にぴったりのケーキを作ります。砂糖、小麦粉、卵、乳製品を使わないで野菜、果物、ナッツなどを丸ごと非加熱で混ぜて冷やすだけの簡単で体にやさしくて美味しい魔法のケーキです。
①健康ヘルシーキッチン・高松 青野 啓子
②7月7日（日）10:00～12:30
③1,210円　④材料費1,800円

T-42 暑い夏をおいしく過ごそう! 台湾中華



今年の夏は、人気の「台湾まぜそば」を作ってみませんか?アツアツの太麺に様々な薬味と台湾ミンチをよく絡めて食す、暑い夏にぴったりの一品です。また鹹豆漿（豆乳スープ）と爽やか風味の湯圓（白玉のデザート）も一緒に作ります。台湾中華で楽しい時間を過ごしましょう!
①ジュヌヴィエーヴ料理教室 山中 仁
②7月21日（日）10:30～13:30
③1,210円 ④材料費1,600円

T-43 夏にさわやかなハーブ教室

ハーブでリフレッシュ!夏バテや熱中症などに役立つ、夏の季節におすすめのハーブを紹介します。暑い夏もハーブでさわやかに過ごしましょう!
①薬剤師・メディカルハーブセラピスト 桑村 泰子
②7月21日（日）10:00～11:30
③1,210円 ④材料費500円

T-44 大人のハーバリウム おしゃれなボトルを作ろう!

キラキラなコルクコースター付きのハーバリウムの2wayボトルを作ってみませんか?千日紅、ラグラス、アジサイ、スターフラワーなどお好きな花を選んで作成していきます。
①植物雑貨クリエイター 中井 真弓
②7月27日（土）13:00～14:00
③1,210円 ④材料費1,400円

7月からの新講座・リニューアル講座

①講師名　②日 時　③回 数　④受講料
※ New! 表示の付いている講座は新講座です。
※ リニューアル! 表示の付いている講座はリニューアル講座です。
※表示の金額は7月～9月までの3ヵ月分の金額です。

リニューアル!

94 秋・冬野菜の栽培管理 ～植え付けから収穫まで～

秋から冬に向けておいしく野菜を育てて収穫するために、プロが知っている栽培管理のコツを分かりやすく紹介します。土づくりや肥料の作用、病害虫の対処など、プランター栽培や地植え栽培に役立てていただける内容です。
①十河農園 十河 善則
②第2日曜日 10:00～12:00

③3回　④3,630円

New!

212 初めての社交ダンス

社交ダンスは難しいと思っていませんか?この教室では初心者の方でも安心して楽しめるよう、一人ひとりにあわせた丁寧な指導とアットホームな暖かい雰囲気で受講できます。
①キタイダンススクール 北井 基代
②毎週金曜日 11:30～12:15

③10回　④12,100円

涼 プチなサンサン夏祭り!

《ボランティアスタッフ》
三木中学校
ボランティア・家庭科部

参加無料
縁日コーナー・食べ物屋台は除く

日時　8月10日(土)
※「線香花火選手権」は、雨天、強風の場合は中止。

「線香花火選手権」「紙飛行機飛ばし選手権」
参加には事前申し込みが必要です。
お申し込みは、7月14日(日)午前9時より受付開始です。
（館窓口での受付は午前9時から、TELでの受付は午後1時から）

縁日コーナー（フリーパス券1枚500円）16:00～18:00

巨大さかなつり、輪なげ、スーパーボールすくいなど
☆フリーパス券の販売開始はイベント当日の15:00～ ☆景品などは無くなり次第配布終了

食べ物屋台「あじさい」

15:00～20:00

第6回 線香花火選手権 18:40～19:10

☆線香花火選手権参加者とその家族で20時まで手持ち花火大会を行います!

第6回 紙飛行機飛ばし選手権 14:00～15:00（参加受付 13:00～）

A4用紙で折った手作り紙飛行機をビューン!と飛ばしてチャレンジ!
☆優勝者にはトロフィーと賞状、2位、3位は賞状をお渡しします。
※詳しくはサンサン館みきウェブサイトをご確認ください。

香川大学三木サテライトセミナー（子ども対象）

①講師名 ②日 時 ③受講料 ④その他 ※参加無料です。事前の参加申込みが必要です。※材料費は講座当日にお支払いください。

K-7 香川大学農学部ASUSが贈る夏の科学体験教室【午前の部】
K-8 香川大学農学部ASUSが贈る夏の科学体験教室【午後の部】（小学生対象）

今回の科学体験教室では、「生命の設計図（DNA）を取り出して、見てみよう」、「炭酸水を作ろう」、そして「シャボン玉を科学しよう」の3つの実験を行います。普段は見ることが出来ない生命の神秘や身の回りの不思議な現象に、私たちと一緒に迫ってみませんか。
①香川大学農学部学生サークル ASUS ②[K-7] 6月30日（日）9:30～11:30 [K-8] 6月30日（日）13:00～15:00 ③無料

K-9 3Dアート体験教室【午前の部】（小学生対象・小学1～2年生は
K-10 3Dアート体験教室【午後の部】保護者同伴）

3Dペンを使って空中に絵を描いてみよう!3Dプリンターと同じ原理で、空中に絵が描けるよ!
①かがわ源内ネットワーク
②[K-9]8月10日（土）10:00～12:00　[K-10]8月10日（土）13:30～15:30　③無料　④材料費 1,000円

K-11 マイクロロボット製作教室（小学4～6年生対象）

手のひらにのる小さなロボットを作ります。リモコンなどの電子工作と合わせて、ロボット作りに挑戦してみよう!
①かがわ源内ネットワーク
②8月10日（土）10:00～15:00（休憩:12:00～13:00）　③無料　④材料費 4,000円

香川大学三木サテライトセミナー

①講師名 ②日 時 ※受講料無料です。受講にはお申込みが必要です。お申込みは、サンサン館みきまで。

K-4 中国地方でのサメの食習慣はどのように形成されたのか

中国地方では山間部において、サメの食習慣が形成されている。なぜ海岸部ではなく、山間部でその食習慣が形成され、現代まで継承されているのかを紹介します。

①香川大学 教育学部教授 畦 五月
②7月31日(水) 10:30～12:00

K-5 歴史的建造物の保存と活用

神社や寺に代表される日本の歴史的建造物は、地域のシンボルとして大切に受け継がれてきました。このような歴史的建造物の修復方法や活用方法とともに、地震や台風などの自然災害から建物を守る技術について紹介します。
①香川大学 創造工学部教授 宮本 慎宏
②8月23日(金) 13:30～15:00

K-6 身近にあるジェンダーを考えてみよう!

日々の生活の中、無意識に刷り込まれているジェンダーの思い込みや気づき、それを見直すことで自分らしく生きるヒントを見つけ、社会を変えるきっかけについて考えてみませんか。講義とグループワークを通じて学んでいきます。
①香川大学 ダイバーシティ推進室特命准教授 黒澤 あずさ
②9月4日(水) 13:00～14:30

令和6年7月～9月 パソコン講座

◎講座は当館のWindows10搭載のデスクトップパソコンを使用します。
◎講座で使用するワード、エクセル、パワーポイントは、2016バージョンです。

ワード ……………… 挨拶状やポスター等を作成出来る文書作成ソフト
エクセル ……………… 家計簿や売上表等を作成出来る表計算ソフト
パワーポイント ……… 発表用スライド等を作成出来るプレゼンテーションソフト

◎一部の講座で学習する写真データ等の取り込みでは、お持ちのデジカメやスマートフォン、携帯電話等に保存されているデータが使用出来ます。
◎🔰、♥、♥♥ マークは難易度を表しています。
◎講座によっては満席の場合があります。空席状況については、お問い合わせください。
◎講座によっては受講の際にテキストが必要な講座があります。申込み時に、テキストの要・不要をお申出ください。
◎講座によってはCD、用紙等の材料費や教材代が必要な講座があります。

	No.	講座名	講師	講座内容	難易度	曜日	時間	回数	受講料	テキスト代等
ワード・エクセル・パワーポイント編	301	よくわかる!ワード 便利機能を自由に使いこなそう	青木 幹晃	ワードの基本操作が出来る方を対象にした講座です。基本的な文章の作成や編集と装飾、図形の作成や編集など、ワードに必要な知識をしっかりと身に付けていきます。操作を基礎から順番に学習していくので、ワードの操作に自信がない方でも安心して学習できます。じっくりワードの知識を身に付けていきましょう!	♥♥	月	10:00～12:00	10	12,100円	テキスト代 1,298円
	302	知識を深めて身に付ける! 使いこなせるワードのテクニック	山下 有美	ワードの応用レベルを修了された方を対象にした講座です。テキストの練習問題を解きながらワードの実践力を身に付けていきます。文字入力の初歩的な操作から始めて、差し込み印刷やエクセルデータを利用した文書の作成など、高度に使いこなすテクニックまで段階的に学習できます。ワードの実力を高めたい方におすすめの講座です。	♥♥	水	10:00～12:00	10	12,100円	テキスト代 1,100円
	303	ワードを基礎から じっくり取り組む!身に付ける!	青木 幹晃	パソコンの基本操作が出来る方を対象にした講座です。文字が大きく見やすいテキストを使いながら、ワードの基本操作を学習します。文章の入力、文字と段落の書式設定、表や図の挿入など、基本をしっかり身に付けていきます。テキスト以外にも名簿等の作成や応用的なことに取り組みながら受講生の疑問に答えていきます。スマホ、デジカメからパソコンに画像を取り込み、印刷したり電子アルバムを作る方法も学習するので、お家でパソコンを活用する力が身に付きます。ワード初心者の方でも安心して受講できる講座です。	♥	金	10:00～12:00	10	12,100円	テキスト代 2,750円
	304	パソコン活用 初級 季節に合ったモノづくり 夏編	井内 健二	パソコンの基本操作が出来る方を対象にした講座です。楽しく工作をしながら、ワードの基礎を学んでいきます。この講座では、ワードを使ってコンパクトなオリジナルうちわや、夏を涼しげな音色で楽しめるオリジナル風鈴（アルミ棒、ガラス、銅の3タイプ）を作ります。参加者は自分で作れる楽しいモノを手に入れるだけでなく、夏休みの宿題の助けにもなるかもしれませんね。ぜひ、夏の思い出作りに役立つ講座にご参加ください!	♥	木	9:30～11:30	10	12,100円	教材費 1,300円 程度
	305	じっくり学ぼうエクセル講座 ～便利なテクニックを身に付けよう～	青木 幹晃	パソコンの基本操作が出来る方を対象にした講座です。操作を省かないやさしい解説で、エクセルの基本操作から役立つテクニック、実践的なスキルまで、「じっくりと」身に付けてみませんか?効率的にデータを扱える数式や関数、見やすい表やグラフの作成、便利な機能や時短ワザなど、すぐに役立つ内容が盛りだくさんです。講座で生じる疑問や困りごとにも対応する時間を取る予定ですので、安心してご受講ください。※4月期講座「じっくり学ぼうワード講座」の継続講座です。※7月期からはエクセルの最初から取り組むので、今期からでも安心して参加していただけます。	♥	月	13:30～15:30	10	12,100円	テキスト代 2,156円
	306	ステップアップ エクセルの知識を深めよう!	青木 幹晃	エクセルの基本操作が出来る方を対象にした講座です。テキストの問題に取り組みながら、エクセルの基礎から応用を身に付けていきます。基本的なエクセル操作、関数、実用的な名簿やビジネス文書など、少しずつ知識を深めていきます。知っておくと便利な操作やショートカットなどのテクニックを身に付けて、エクセル操作を習得しましょう。	♥♥	土	10:00～12:00	10	12,100円	テキスト代 1,210円
	307	エクセル実践力一気に向上! 前編	小笹由紀子	「エクセル深掘り!らくらく便利な関数徹底習得」（4月期講座）を修了した方、もしくはエクセル応用レベルを修了した方を対象にした講座です。仕上がりイメージを参考にして、成果物を作成していくスタイルの問題集を使用します。どの機能を使えば、イメージ通りに仕上がるかを自分で考えながら操作することで、さまざまなシーンに対応した実践力を養います。エクセルを使いこなしてお仕事に生かしたい方におススメの講座です。	♥♥	日	10:00～12:00	10	12,100円	テキスト代 1,210円
	308	ワードとエクセルを基礎から使いこなそう! ～初心者やもう一度最初から復習したい方へ～ 「自在なパソコンの世界へ!ワード&エクセル講座」	井内 健二	パソコンの基本操作が出来る方を対象にした講座です。昔からパソコンはなんとなく使っているけど、自己流の方にこそおすすめの講座です。ワードでは「文字入力、お知らせ文書、ビジネスレポート、入会申込書」などを作成しながら、ワードの使い方を学んでいきます。エクセルではごく簡単な「データの入力、スケジュール表、住所録」などを作成しながら、エクセルの基本を身につけていきます。一緒に例題を解きながら学ぶことで、楽しく挑戦してみてください。さらに、ワードとエクセルの連携で差し込み印刷にもチャレンジします。おさらいのような練習もしながら、自在にパソコンを操るスキルを身につけましょう。	♥	木	19:00～21:00	10	12,100円	教材費 300円程度
	309	初心者からのエクセル・ワード スキルアップ講座 後編	小笹由紀子	パソコンの基本操作が出来る方を対象にしたスキルアップ講座です。基本操作を復習しながら学習しますので、初心者クラスの復習や、実践力を向上させたい方におススメの講座です。エクセルを使った売上の集計表や、基本的且つよく使う関数を使用して効率的にデータを作成する力をつけましょう。ワードではより見やすく、見栄えのする文書を作るテクニックを習得します。ゆっくり、じっくり繰り返し操作練習しますので初心者の方も安心してご参加ください。	🔰	日	14:00～16:00	10	12,100円	
	310	パソコン スキルアップ! ネット・エクセル・ワードを使いこなそう	山田 由香	パソコンの基本操作が出来れば、気楽に受講していただけます。Microsoftのエッジ、エクセル、ワード、を使って、パソコン操作のスキルアップを目指します。インターネット、ダウンロード、スクリーンショット等、幅広い勉強をしませんか。復習したい方・ブランクのある方もおススメの講座です。エクセルのグラフ作成や簡単な関数、ワードのビジネス文書やチラシ作成など、様々な機能を使いこなしましょう。	♥	水	19:00～21:00	10	12,100円	
楽しくパソコン活用編	311	パソコンの活用 初級編 「ファイル管理、スマホの写真取り込み、インターネット活用などなど」	井内 健二	パソコンの基本操作が出来る方を対象にした講座です。昔からパソコンはなんとなく使っているけど、Windows10でいろんなことが変わっていて、いまさら聞けないという方にオススメの講座です。例えばUSBメモリの使い方（ファイル管理）やインターネットの活用法、スマホからパソコンへの写真の取り込みの仕方、画面に写っている画像をワードに貼り付ける方法等を知ることができます。おさらいとしてもご受講いただける、チャレンジして損はない講座です。AIもちょっと体験します。モノづくりとパソコンが大好きな講師が楽しく進めていきます。	♥	木	13:00～15:00	10	12,100円	教材費 1,200円 程度
	312	「ネット・エクセル・ワード」の 便利機能を活用しよう!	山田 由香	パソコンの基本操作が出来れば、楽しんで受講していただけます。Microsoftのエッジ、エクセル、ワード、を使って、季節に合った作品を作りましょう。暑中見舞いはがきは、手作りで♪インターネット、ダウンロード、スクリーンショット等、便利な機能を覚えて、自分の知識をさらにパワーアップさせましょう。年齢等を気にせず、どなたでも楽しめる講座です。	♥	土	14:00～16:00	10	12,100円	
	313	プログラミング & AI・IT	遠山 望	プログラミングが全く初めての方を対象に、小型のコンピュータ（マイコン・ボード）を用いた、「Python言語」や「C言語」での機械装置を制御するプログラミングを行います。また、プログラムの作成を通して、今後ますます発展が期待されるAI・ITに関する知識や技術を習得します。受講生の皆さんから寄せられたアイディアを取り入れながら、次のような装置を作成します。・多機能時計・デジタルラジオ・電子楽器などこれらの装置を通して、プログラミングの面白さや応用の広がりを体験し、自分の手で動かす喜びを味わえることでしょう。ぜひこの機会にプログラミングの世界に飛び込んでみませんか? ※中学生～大人対象の講座です。	♥♥♥♥	金	19:00～20:00	10	12,100円	教材費 4,000円 程度

サンサン館みきトレーニング室

室内で快適にトレーニングできます!

トレーニング室では、トレッドミル、フィットネスバイク等の有酸素運動ができるマシンや、各種ウェイトマシンを完備しています。

【注意事項】・はじめてトレーニング室をご利用になる方は、トレーニングマシンの使い方等の講習会を必ずご受講ください。※中学生は保護者の引率が必要です。 ※小学生以下は入室できません。・詳しいご利用方法・講習日程等は、お問い合わせください。

利用料金

券種	大人	中高生
【1回券】	450円	330円
【回数券（12枚綴り）】	4,510円	3,300円
【定期券（1ヵ月）】	3,600円	2,640円
【定期券（3ヵ月）】	8,110円	5,940円

利用時間

9:30～21:30（日曜日は18:30まで）※休館日は毎週火曜日です。

サンサン館みきトレーニング室 サマーキャンペーン

期間:令和6年8月1日(木)～令和6年8月31日(土)

期間中にトレーニング室を1日利用するごとに、スタンプを1個押印。期間中に5個集めた方に利用無料券を1枚プレゼント!8月11日（日）～8月15日（木）までの期間は、特別に1日利用するごとにスタンプを2個押印します。
※8月11日～8月15日の利用時間は、9:30～16:30です。（8月13日は休館日）

サンサン館みき講座受講の申込方法

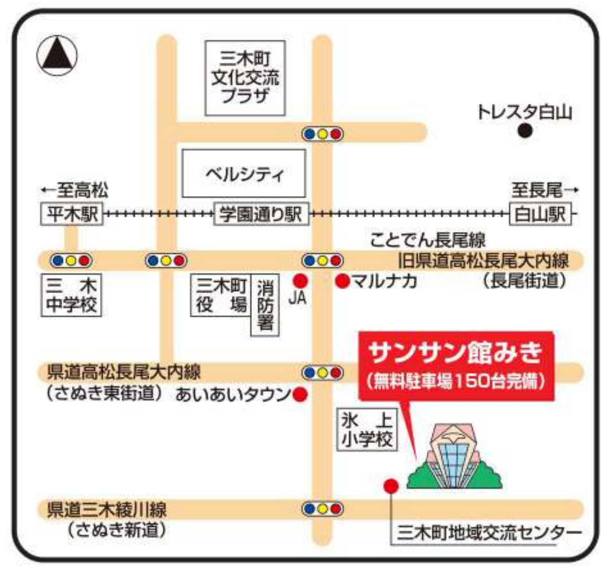
○申込受付は令和6年6月2日(日)から開始いたします。

受付開始日の注意事項

※6月2日(日)は、午前8時からは館窓口のみでの受付（午前7時に開館し、準備が整い次第受付整理券を配布します）とし、電話・FAXでの受付は午後1時からといたします。
※受付整理券1枚でお申込みできる講座の数については制限ありません。ただし、パソコン講座については、来館者本人、もしくは来館者と同居の家族分のみの受付といたします。
※6月3日(月)以降は随時お申込みできます。

○お申込みされた方は、お申込み後7日以内、または講座開始日前日のいずれか早い日までにサンサン館みき窓口にて受講料等をお支払いください。
○講座の受講をご希望される方は講座受講申込みと会員登録（登録料は無料）を行っていただきます。会員登録には、住所・氏名・性別・生年月日・電話番号を記入していただきます。
○表示の金額は消費税を含んだ金額です。
○講座期間は令和6年7月～9月までの3ヵ月間です。
○講座によってはチラシに掲載している教材費、材料費の他に別途費用が必要になる場合があります。
○一度納入された受講料は、開講後は払い戻し致しません。開講前に払い戻しをする場合は、「手数料」として、550円(税込)【納めた受講料が550円(税込)未満の場合は、その納めた額】をいただきます。
○講座は、原則として定曜定時ですが祝日や講師の都合等により一部、曜日や時間が変更になる場合があります。日程変更に伴う受講料の返金はできません。
○講座を欠席された場合の受講料の返金はできません。また、振替受講もできません。
○講座の受講をお申込みされている方は、受講料のお支払いの前に講座の見学ができます。見学希望の方は事前に日程をお問い合わせの上、お申込みください。なお、講座の体験はできません。
○お申込みの少ない講座は開講しない場合があります。
○ご希望の講座が満席の場合はキャンセル待ちでお受けします。なお、キャンセル待ちは令和6年7月期講座（令和6年7月～9月）について有効です。
○午前9時～午後5時に開講される講座については、満1歳～就学前のお子様を対象とした託児制度がございます。お子様1人につき託児料550円(税込)をいただきます。

■開館時間 : 午前9時～午後10時（日曜日は午後7時閉館）　■休 館 日 : 火曜日
〒761-0612　香川県木田郡三木町大字氷上2940番地1　TEL 087-891-0333　FAX 087-891-0339

サンサン館みき　検索
ホームページ　http://www.sansankanmiki.jp