

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所	
		回	実施日						
1	ほくとピラティスを楽しむ会 (全12回)	1	5月21日	水曜日	10：15～11：30	各回 5人	各回 1,000円	甲斐駒センターせせら ぎ 第3・4会議室	
		2	5月27日	火曜日					
		3	6月4日	水曜日					
		4	6月10日	火曜日					
		5	6月18日	水曜日					
		6	6月24日	火曜日					
		7	7月2日	水曜日					
		8	7月8日	火曜日					
		9	7月16日	水曜日					
		10	7月29日	火曜日					
		11	8月5日	火曜日					
		12	8月13日	水曜日					
		内容	講師				お問合せ先		
		ゆったりとした深い呼吸に合わせ、ゆっくり小さな運動をすることで、体幹の深層筋を鍛えます。	高橋 英一		・「花伝ホリスティック整体院」を経営。 ・整体のほかに、積極的なメンテナンスとして「ピラティス」のレッスンを行っています。		石原	0551-26-3662	

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所	
		回	実施日						
2	花や樹や鳥と語ろう (全12回)	1	4月6日	日曜日	10：00～15：00	各回 15名	各回 300円	北杜市内	
		2	5月11日		10：00～15：00				
		3	6月1日		10：00～14：00				
		4	7月6日		10：00～14：00				
		5	8月10日		10：00～14：00				
		6	9月7日		10：00～14：00				
		7	10月12日		10：00～15：00				
		8	11月9日		10：00～14：00				
		9	12月14日		10：00～14：00				
		10	1月11日		10：00～14：00				
		11	2月1日		10：00～14：00				
		12	3月1日		10：00～15：00				
	内容	講師					お問合せ先		
		身近な自然の中をのんびりと歩きながら、野草や樹木や野鳥を観察して自然の美しさ、素晴らしさ、大切に気づいていただき、心身の健康増進に資することを目的としております。	金子 孝幸	・ネイチャーインストラクター ・自然観察指導員 ・森林セラピスト ・埼玉県生態系保護協会主催、埼玉県環境保護課後援「ふるさと歩道自然観察会」のリーダーとして8年間務める。 ・NHK文化センター埼玉アリーナ教室 野外講座「花や樹や鳥と語ろう」講師として9年間務める。 ・山梨文学学園野外講座の講師を務める。			金子	080-3083-9967	

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所
		回	実施日					
3	子どもがいてもクッキング (全12回)	1	4月18日	金曜日	10：00～13：30	各回 10人	各回 1,500円～2,000円	長坂町農村環境改善センター 料理実習室 生活研修室 和室
		2	5月16日					
		3	6月20日					
		4	7月18日					
		5	8月15日					
		6	9月19日					
		7	10月17日					
		8	11月14日					
		9	12月19日					
		10	1月16日					
		11	2月20日					
		12	3月20日					
	内容				講師		お問合せ先	
	どなたでも参加OKです。 未就学児をおもちで教室に参加をためらいがちな方も気軽に來て頂ける会を目的としています。 ※メニューが変更になる場合があります。	福嶋　ひとみ		・家事代行サービスをされています。 ・お料理はグルテンフリー・ヴィーガン・アレルギー各種対応可能。		小尾	breadsmilev6@ezweb.ne.jp	

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所
		回	実施日					
4	明野子ども美術館の手仕事講座 (全12回)	1	5月25日	日曜日	10：00～12：30	20人	無料	須玉ふれあい館 展示室
		2	7月21日	月曜日	10：00～14：00	5人	子ども1,000円、大人2,000円	明野子ども美術館
		3	8月5日	火曜日	10：30～13：30	15人	子ども500円、大人1,000円	須玉ふれあい館 調理室
		4	10月26日	日曜日	10：00～12：30	10人	子ども500円、大人1,000円	明野子ども美術館
		5	11月9日	日曜日	10：00～12：30	10人	子ども500円、大人1,000円	明野子ども美術館
		6	12月7日	日曜日	14：00～16：00	10人	子ども500円、大人1,000円	明野子ども美術館
		7	1月18日	日曜日	10：00～12：30	30人	子ども無料、大人300円	須玉ふれあい館 展示室
		8	3月8日	木曜日	10：00～14：00	10人	子ども500円、大人1,000円	明野子ども美術館
		9	3月26日	木曜日	10：00～14：00	5人	子ども1,000円、大人2,000円	明野子ども美術館
		10	3月27日	金曜日	10：00～14：00	5人	子ども1,000円、大人2,000円	明野子ども美術館
		11	3月28日	土曜日	10：00～14：00	5人	子ども1,000円、大人2,000円	明野子ども美術館
		12	3月29日	日曜日	10：00～14：00	5人	子ども1,000円、大人2,000円	明野子ども美術館
	内容	講師					お問合せ先	
	1<朗読と朗読指導-お話を楽しもう> 2<木工作品教室> 3<シェフから学ぶイタリア料理 料理を作ろう> 4<楽しい工作をしよう> 5<おしゃれな帽子をつくろう> 6<「網ない」「竹ひご作り」から六つ編みまで-森からの贈りもの> 7<明野子ども美術館の賢治祭> 8<織物をしよう-もよう織や 裂き織> 9. 10. 11. 12<木工作教室>	永田 京子 ほか 谷津 輝明 ほか 友國 稔行 河原 雅子 佐藤 春代 熊谷 三彦ほか 横山 英行 ほか 織物グループあや		前県文化協会前理事・現朗読サークル主宰 建築家 アルポルトシェフ 帽子デザイナー 宮澤賢治童話を描く絵本画家 前京王プラザホテルシェフ 「賢治が聴いたクラシック」編集者 ほか			松崎	0551-25-5340

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所
		回	実施日					
5	米粉ぱん作り体験 (全12回)	1	4月16日	水曜日	10：30～	各回 20人	初心者向け 1,000円 中級者向け 2,500円	えんちゃん。ハウス 食堂
		2	5月21日					
		3	6月18日					
		4	7月16日					
		5	9月17日					
		6	10月15日					
		7	11月19日					
		8	12月17日					
		9	1月21日					
		10	2月18日					
		11	3月18日					
	内容		講師				お問合せ先	
	美味しい！楽しい！ 初心者、お子様ウェルカムのぱん 教室。 小麦、卵、乳、砂糖フリー生地 のレシピも大公開です。 詳細はえんちゃん。ハウスHPを ご覧ください。		山下 友教		・プロサクソ奏者 ・えんちゃん。ハウスオーナー ・音楽家がー音ー音を大切にす るように食材一つ一つにこだわ りました。何百回と試作した自 家製ぱん。ぜひご賞味ください。		山下	0551-33-9970

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所
		回	実施日					
6	俳句・百巖句会 (全12回)	1	4月19日	土曜日	14：00～16：30	10人	各回 100円	長坂町農村環境改善センター 2階大会議室 (5月24日は須玉ふれあい館 農業研修室)
		2	5月24日					
		3	6月28日					
		4	7月19日					
		5	8月23日					
		6	9月27日					
		7	10月18日					
		8	11月22日					
		9	12月20日					
		10	1月24日					
		11	2月28日					
		12	3月28日					
	内容		講師				お問合せ先	
	午前中は希望者と北杜市周辺を散策して俳句を作ります。 午後は作った俳句を皆で鑑賞して、意見を言い合い、より良い俳句について深掘りします。	北杜 駿		・1989年生まれ ・2019年 俳句結社「森の座」入会 ・2022年 第10回星野立子新人賞受賞 ・2023年 6～7・11～12月に俳句鑑賞サイト「セクト・ポクリット」にて執筆 ・同年 8月「森の座」新人賞受賞 ・同年 11月より随時俳句教室開催			橋原	090-4230-3497

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所
		回	実施日					
7	八ヶ岳文学セミナー (全6回)	1	5月4日	日曜日	14：00～16：00	各回 15人	各回 1,000円	長坂町農村環境改善セ ンター 大会議室
		2	7月6日					
		3	9月7日					
		4	11月16日					
		5	1月11日					
		6	3月1日					
	内容		講師				お問合せ先	
	明治から大正へ時代を追いなが ら、小説の中の女性たちの描かれ 方を読み解いていきます。	松野 志保		早稲田大学大学院で日本近代文学を専攻。 県内各地や長野県などで文学セミナーを開 催。 聖心女子大学講師、山梨英和大学メイプル カレッジ講師			加藤	050-1178-0407

No	講座名	日程		曜日	時間	定員	参加料	実施場所
		回	実施日					
8	近現代史学習会 (全10回)	1	6月21日	土曜日	10：00～12：00	各回 20人	各回 1,000円	白州総合会館 (相談室兼応接室)
		2	7月19日					
		3	8月16日					
		4	9月20日					
		5	10月18日					
		6	11月15日					
		7	12月20日					
		8	1月17日					
		9	2月21日					
		10	3月21日					
		内容	講師				お問合せ先	
		現代社会の問題や、今日の東アジア情勢の基礎となっている「近現代史」を学習しませんか？	飛矢崎 雅也		日本女子大学・新潟国際情報大学非常勤講師 1974年長野県生まれ 2016年、一家で東京より北杜市に移住 好きな言葉は「人門万事塞翁が馬」		平井	080-5382-8269