

2025 大人から子どもまで楽しめる！周南市生涯学習情報紙

5月 ふあいんど



フレイル予防のための運動教室

フレイル測定

MAQUP(メークアップ)を使用し、6つの質問に答えるフレイルチェックと簡単な4種の体力測定を行います。

①周南市新南陽体育センター(周南市港町5-44)

第1回：令和7年6月2日(月) 13:30～15:00※

第2回：令和7年6月23日(月) 13:30～14:30

第3回：令和7年7月14日(月) 13:30～15:00※

②周南市熊毛武道館(周南市大字安田1837-2)

第1回：令和7年6月6日(金) 13:30～15:00※

第2回：令和7年6月27日(金) 13:30～14:30

第3回：令和7年7月18日(金) 13:30～15:00※

講師：公益財団法人 周南市スポーツ協会

藤井治彰さん、砂田優一郎さん、森脇美菜さん

いずれも 原則3回ともご参加ください。

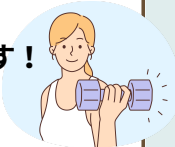
※第1回と第3回にはフレイル測定を実施します！

対象：周南市在住・在学・在勤者

持参物：室内シューズ、飲み物、タオル

参加費：1回500円、各回10名

申込先 周南市スポーツ協会 ☎0834-28-0006



出前！スポーツ塾 モルックに挑戦！

5月21日(水) 13:00～14:30

場所：嶽山荘 3階大広間

モルックのルール説明などの後、チームに分かれて試合

持参物：飲み物、タオル

対象：周南市内在住の概ね60歳以上の方



申込期間：5月1日から定員に達するまで

新南陽老人福祉センター ☎0834-62-1935

鹿野高齢者生産活動センター 参加者募集

鹿野高齢者生産活動センターでは、高齢者の経験や技術を活かした生産活動に取り組むとともに、交流会や健康増進活動などを行い、生きがいづくりを進めています。

“培った技術を活かして、新しい生きがいを見つけたい方”や“仲間とワイワイと作業したい方”を募集しています。

活動日・時間：月曜日～金曜日 9:00～16:00

場所：鹿野高齢者生産活動センター

(周南市大字鹿野中734番地の4)

内容：農産加工、竹・わら細工、野菜栽培、和紙生産
稲作作り、イベント等の参加など

参加者条件：市内にお住まいで、概ね60歳以上の方。
健康で生産活動、共同作業のできる方

※活動日に見学可能！お気軽にお問い合わせください。

問合せ 鹿野高齢者生産活動センター ☎0834-68-3640

日曜・祝日はイベントいっぱい！

徳山動物園 時間は園内看板でチェック！

※天候や動物の体調により変更、中止になる場合があります。当日の園内の看板をご覧ください。

★ぱくぱくタイム 飼育員が動物の魅力を伝えます。

＊スリランカゾウ ＊レッサーパンダ

＊コツメカワウソ ＊フンボルトペンギン

★体験イベント ※イベントによっては有料です

＊ヤマアラシのトゲをさわってみよう！

＊ダチョウのたまごにのれる！？

＊3Dどうぶつぬりえ (1個400円)

＊モルモットのお背中なでるんちゃ (おやつ100円)

＊ペンギンにお魚あげるんちゃ(1皿300円・40組限定)

＊ライオンの餌やり体験 (1回300円・25名限定)

問合せ 周南市徳山動物園

☎0834-22-8640



周南公立大学 地域イノベーションセンター プロトタイピングラボ オープンのお知らせ

周南公立大学経済経営学部は2024年7月、「地域イノベーションセンター」を開設しました。自治体や企業と連携し、新たなアイデアやビジネスの創出、イノベーション人材の育成を目指しています。その一環として、「プロトタイピングラボ」を開設しました。

ものづくりに興味のある方

試作品を作りたい方、新しいアイデアを

形にしたい方、小中学生の自由研究や

高校生の探究活動にも活用できます。

見学も歓迎です！ぜひお気軽にお越しください。



開設日時：火、木、日 10:00～17:00

※開館日詳細はご予約サイトから確認できます。

場所：徳山駅前賑わい交流施設 3階

まちなか共創センター内「プロトタイピングラボ」

内容：レーザーカッターや3Dプリンターなどのデジタル工作機器を備え、専門知識がなくても学生スタッフがサポートします。

利用料：無料

対象：地域の皆様(小学生以下は保護者の同伴が必要です)

問合せ 周南公立大学 地域イノベーションセンター

☎0834-28-5392

★詳細な利用方法や会員登録はコチラ→

(会員登録後に予約サイトにアクセスできます)



第116回 周南おりがみ研究会

テーマ「チューリップ(Tulip)」★見学大歓迎！

5月25日(日) 9:00～12:00

場所：山口県周南総合庁舎7階(きずなルーム)

折り紙を通して交流をしています。対象：小学生～90代



申込先 周南おりがみ研究会 ☎080-1942-9222

心配ごと相談会

「ほっとできる相談所」～無料相談・秘密厳守～

6月12日(木) 9:00～12:00

場所：周南市尚白園 (周南市新宿通6-1-25)

ひとりで悩まないで、まずご相談ください！

◇高齢者の健康や介護

◇女性の家庭や職場での人権問題

◇乳幼児の成長、子どものしつけ、いじめ等

各分野の専門相談員が対応します。

対象：市内在住の方、相談時間：50分程度

申込締切：6月10日(火)16:00まで



申込先 周南市尚白園 ☎0834-22-8863

8:30～17:15 ※土日休館

3B体操体験交流会

★事前申込不要

6月15日(日) 10:30～12:30

場所：下松スポーツ公園体育館 トラックワンアリーナ

3B体操で心と体の健康づくり、輝くあなたを応援します！

初めての方大歓迎♪美しい姿勢を目指して！

すべての世代の方も一緒にできる！

参加費：一般参加者 無料、会員500円 やまぐち子育て応援バスポート

持ち物：上靴・飲み物 モッチョー！！で半額

問合せ (公社)日本3B体操協会 山口県支部

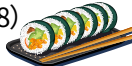
☎080-5629-3750

まなびのひろば「韓国料理で手軽にお昼ご飯」

5月13日(火) 10:00～13:00頃 参加費：300円(+実習材料費)

場所：徳山友の会(周南市大字徳山5593-8)

※駐車場は事前に要予約



申込先 徳山友の会 ☎0834-31-4729(火・木)

☎090-5704-0176

徳山地方郷土史研究会 特別講演会

5月31日(土) 13:30～

場所：周南市文化会館 3階展示室

演題「日露戦争と児玉源太郎～その戦略とリーダーシップ」

講師：長南 政義さん(戦史研究家)

★一般聴講も可能、事前申込不要 資料代：300円

問合せ 徳山地方郷土史研究会 ☎090-8243-5567

しゅうなん地域マーケット"春" 地域の魅力と出逢い、繋がる市

5月17日(土) 10:30～15:00

場所：徳山駅北口駅前広場周辺 45°-sの出店！

★地産地消クイズラリー(本部で参加用紙をGET！)

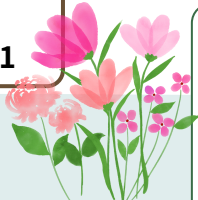
すべてのクイズに答えて全問正解すると

本部でガラポンに挑戦！豪華賞品が当たるかも！



問合せ 周南市ふるさと振興財団 ☎0834-33-7701

お願い 各イベント・講座に参加される皆さまへ
※詳細は、各申込・問合せ先にご連絡ください。



集い、学び、育む、人とまちの創造拠点をめざして

発行：周南市学び・交流プラザ

〒746-0016 周南市中央町4番10号

☎0834-63-1188 ※毎月最終月曜日休館

✉manabi@city.shunan.lg.jp



手作りピザ工房 6月8日(日) 10:00～13:30

場所：周南市大田原自然の家

小麦粉をこねて生地を作り、家族ごとに
トッピングしてピザを手作りします。



対象：3歳～小学生の子どもを含む家族 10家族

参加費：3歳以上幼児～一般 800円(昼食代・保険料等)

ねんどあそぼう！～親子で陶芸を楽しもう！～

6月15日(日) 10:00～15:00 ★7月13日(日)希望家族

場所：周南市大田原自然の家 のみ釉薬掛けを実施

親子でふれあいながらねんどをこねて、
陶芸作品を作ります。釉薬のかかった
本格的な焼き物が、できあがります。

対象：3歳～小・中学生の子どもを含む家族 12家族

※応募者多数の場合は抽選

参加費：1人 800円(食事代・保険料など)

★粘土代別途1kg800円(1kgで湯呑約2個分)



familyで たなばた ★募集期間：6月1日～6月16日

7月6日(日) 10:00～15:00

場所：周南市大田原自然の家

七夕のお話(学生の手作り紙芝居)、竹の食器作り
家族でそうめん流し、七夕風レクリエーション等

対象：3歳～小学生までの子どもを含む家族 10家族

参加費：ひとり800円(昼食代、おやつ、保険料、消耗品など)



いずれも ★ピザ、ねんど 募集期間：5月1日～5月19日

★3歳未満で親の食事と兼用の場合は20円

申込み：ハガキまたは、申込みフォームのいずれかで

①講座名 ②参加者氏名・年齢 ③郵便番号、住所

④電話番号 ⑤参加動機

申込先 周南市大田原自然の家

☎0834-89-0461

★詳しくは→



里山オープンガーデンかの 2025

魅力的な森や林が点在する鹿野には、住む
人が真心込めて創る庭がたくさんあります。
その一部を一般開放するオープンガーデンを開催します。



開催中！～5月31日(土) 10:00～16:00

場所：周南市鹿野 ※開放日や時間は庭主により異なります。

★オープンガーデンは黄色い旗が目印

毎週どこかのガーデンで素敵な生演奏会が
行われています♪ 30組 45回の演奏会が決定♪

※最新情報は、コチラ→

問合せ 「鹿野の風」プロジェクト・オープンガーデン事務局
☎080-6311-4079



会員募集 メールマガジン「学び応援マガジン」

最新の学び情報を、「情報紙ふあいんど」より
いち早くお届けします♪

登録料：無料！ ※通訳料は、利用者の負担となります。

周南エリアで開催される講座・イベント情報を、
毎月2回、Eメールでお届けします！！

学び応援マガジン 一般向けの講座

子ども応援マガジン 家族で楽しめる講座

【登録方法】スマートフォンやパソコンから、
空メールの送信で簡単に登録できます！

shunan@expressmail.jp

