

2026 大人から子どもまで楽しめる！周南市生涯学習情報紙

10月 ふあいんど



11/20 金

13:30~15:10

新南陽ブロック人権講演会 兼
周南市人権講演会

依存症と地域とのつながり

薬物・アルコール・ギャンブルなどの
依存症は、誰でもなり得る"回復可能
な病気"といわれています。

依存症から回復を目指し、仲間と共に
生きている講師が、自身の体験を
通して、依存症からの回復の道のりと、

社会復帰に向けた周りのサポートの大切さ・
地域とのつながりについてお話しします。

**山口DARC琉球太鼓エイサーの
演武もあります！**

講師：山口DARC施設長 渡慶次 稔さん



場所 周南市学び・交流プラザ 多目的ホール

入場料 無料、定員100名 要約筆記・手話通訳あり

申込期間 10月1日(木)~定員に達するまで

申込方法 電話・窓口・申込みフォーム→

申込み 周南市学び・交流プラザ
☎0834-63-1188



(受付時間 9:00~17:15 土日祝、最終月曜日を除く)

10/27 火

10:00
~11:30

場所・問合先

第2回 人権講演会 **無料・事前申込不要**
戻らない過去、消えない心の傷

そして今に生きる

講師：木村 緑さん (山口被害者支援センター)

川崎会館 ☎0834-63-2501

10/25 日

10:00
~11:30

申込先

明治の英雄「児玉源太郎」
ゆかりの地を歩く 参加費：100円

場所 山口県周南総合庁舎 集合・解散

周南市観光案内所 まちのポート

☎0834-22-8691 申込締切：10月22日(木)

10/25 日

10:00
~11:30

集合場所

申込先

古地図を片手にまちを歩こう 花岡編
通常コース 10:00~12:00 雨天中止
やさしいコース 10:00~11:30

下松市花岡公民館前 参加費：400円

下松市観光館内所内 下松市観光ボランティアガイドの会
☎0833-45-6911 申込締切：10月18日(日)

①10/28 水

②11/18 水

10:00~12:00

集合・解散場所

**とくやま歴史のまち歩き
~ガイド付き~ 参加無料**

①10/28 文化会館 周辺コース
周南市文化会館 練習室2

②11/18 児玉神社 周辺コース
徳山保健センター 健康増進室3

座学で文化財や歴史を学んだ後、
実際に歩いて巡ります。

講師：三戸 英昭さん (徳山地方郷土史研究会 理事)

持ち物 動きやすい服装・運動靴、筆記用具、飲み物
「周南市文化財マップ(第4版)」※お持ちでない方は
事前に購入(300円)をお願いします。

申込期間 10月5日(月)~各開催日の前日まで

申込先 周南市学び・交流プラザ
☎0834-63-1188

(受付時間 9:00~17:00 土日祝、最終月曜日を除く)



11/12 木

10:00~11:30

放送大学山口学習センター×
学び・交流プラザ連携公開講座

運動とストレスタンパク質

運動をすると、呼吸が促進されたり、
発汗するなど内部環境を一定にする
ために様々な変化が起こります。

**細胞レベルではどのような変化が
みられるのか、ストレスタンパク質
の変化から考えてみましょう。**

講師：杉浦 崇夫さん

(放送大学山口学習センター客員教授)



場所 周南市学び・交流プラザ 交流室4

参加費 無料

申込みフォーム→

申込期間 10月14日(水)~11月11日(水)

申込み 周南市学び・交流プラザ

☎0834-63-1188

(受付時間 9:00~17:00 土日祝、最終月曜日を除く)



10/20 火

~1/26 火

周南公立大学 寄附講座

東ソー株式会社寄附講座

「周南地域文化講座」

毎週火曜日 13:00~14:30

10/22 木

~1/28 木

株式会社トクヤマ寄附講座

「周南地域と産業」

毎週木曜日 13:00~14:30

場所

周南公立大学 11号館1125教室

受講料

無料 ※要事前申込み→

問合先

周南公立大学 地域共創センター

☎0834-28-5566



11/28 土

戦争遺跡と樹木

9:00~12:30 探訪・観察ウォーク

①効果的なウォーキング方法の習得

年齢問わず、認知機能の改善や運動

効果を高める正しい歩き方を学びます。

【指導】周南市ｽﾎｰﾂ協会 藤井治彰さん



②戦争遺跡巡りウォーキング

緑地に自生する樹木を観察しながら、
戦中の貴重な史跡を巡ります。

【史跡ガイド】みどりの会11

山本 雅夫さん ほか

場所

周南緑地 (東緑地~西緑地内の
約4kmコース)

【集合場所】9時 ゼオンアリーナ周南

(総合スポーツセンター カルチャールム)

【解散場所】12時30分 西緑地 大内駐車場

対象

どなたでも参加OK!

持ち物

動きやすい服装・靴、タオル、飲み物

申込先

周南市スポーツ協会

☎0834-28-0006



10/24 土

14:30~16:30
(13:00開場)



同時開催！認知症の展示や体験イベント

13:00~14:20 大ホール周辺

先着15名 タブレット端末でチェック
脳の健康度測定、認知症相談、健康相談ほか

先着300名 集めてもらおう！シールラリー
参加者へ 認知症予防グッズをプレゼント

●申込不要・参加無料 ●要約筆記・手話通訳あり

会場 周南市文化会館 大ホール

問合先 周南市地域福祉課 ☎0834-22-8462

みんなで広げよう新しい認知症観

知って安心！認知症の予防と治療

第9回 周南市認知症講演会

講師：高知大学 医学部 教授

数井 裕光さん

座長：原田医院 院長 原田 和佳さん



10/22 木 長方形で作る折り紙 第2弾！

13:00 身近な広告など使って楽しめる

~14:00 長方形の紙での折り紙作品作り

講師：松田 邦夫さん 周南おりがみ研究会会長

対象 市内在住のおおむね60歳以上の方 15名

場所・申込先 新南陽老人福祉センター 参加無料
☎0834-62-1935

10/25 日 第133回 周南おりがみ研究会

9:00~12:00 テーマ：ペンギン (Penguin)

折り紙を通して交流をしています。



対象 小学生~90代 ★見学大歓迎！

場所 山口県周南総合庁舎 7階 (きずなルーム)

申込先 周南おりがみ研究会 ☎080-1942-9222

10/25 日 家事家計講習会

13:30~15:00 Stop! 買いすぎ 食べすぎ 作りすぎ

10/27 火 物価高の今こそ家計簿を

10:00~11:30 見たり、書いたり、話したりしながら
「物価高対策のヒント」を見つけましょう！

会場 周南市シビック交流センター 2階交流室1

資料代 300円

申込先 徳山友の会 ☎0834-31-4729 (火・木)

080-1914-1063、0834-28-7331

12/1 火 自然災害を正しく知って、賢く備える！

10:00 周南市防災専門員の講話

~12:00 災害体験ヘッドマウントディスプレイによる
自然災害の脅威を、リアルに近い体験を。

場所 シビック交流センター 交流室1

対象・定員 周南市民 20人(申込順) 参加無料

申込み 11月20日(金)~22日(日) SMS又は→

周南消費者協会 ☎090-5261-1635



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 周南中央町4番10号

☎0834-63-1188 ※毎月最終月曜日休館

✉manabi@city.shunan.lg.jp



11/1 日

10:00~11:30



場所

問合先

観光ボランティアガイド

会員大募集(説明会)

参加無料

周南市内の自然や歴史、文化・伝統など、
周南市の魅力を伝える「周南市観光ボラン
ティアガイド」の会員を募集！

興味のある方向けに、説明会を開催します。
お気軽にご参加ください。★申込締切:10月29日

シビック交流センター 交流室7

周南市観光案内所 まちのポート

☎0834-22-8691

10/31 土

13:00

~15:30

場所

問合先

第10回 平和の島スピーチコンテスト

人間魚雷「回天」の訓練基地跡や回天記念館を
有する周南市から、「平和」「命」「人権」などの
視点で書かれたスピーチを一次審査(作品選考)
を通過した中学生・高校生が発表します。

周南市内(予定) 参加無料

周南観光コンベンション協会

☎0834-33-8424



10/18 日

13:30

~15:00

場所

問合先

教育講演会

人を育てる～我が矯正人生～

体験的教育論を語る

死刑囚Sとの出会いが教えてくれたこと

講師：元刑務官 第42代横浜刑務所長 亀井 史堅さん

周南市学び・交流プラザ 多目的ホール

周南市保護区保護司会 ★申込み不要

厚生保護部・トセター・しゅうなん ☎0834-22-8441



小・中学生の子どもを持つ

親のためのコミュニケーション術

第1回 11月7日(土) プラスのメガネで子どもを見る

第2回 11月21日(土) 解決志向で子どもに関わる

第3回 12月5日(土) 子どもと心でつながるコミュニケーション

第4回 12月19日(土) 子どもの未来をデザインする

講師：コーチ・オンリーワン 公認心理師 上野和禎さん

時間・場所 10:00~11:30 徳山保健センター3階

対象 周南市内に在住・通勤する

小・中学生の子どもを持つ保護者

定員 40人(原則、全日程に参加、欠席する場合は、事前に相談)

申込先 周南市あんしん子育て推進課

☎0834-22-8550 ★申込締切:10月30日



10/25 日 周南こどもゆめまつり

10:00

~14:30



場所

問合先

ステージイベント(お菓子まき など)

わんぱく体験ブース(消防士に変身！

放水体験、ふわふわドーム など)

ゆめひろばブース(災害用伝言ダイヤル

アナウンス体験 など)

ゆめプラザ熊毛 周辺 ★詳しくは→

周南こどもゆめまつり実行委員会事務局

(熊毛総合支所地域政策課内) ☎0833-92-0008



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、「情報紙ふぁいんど」より
いち早くお届けします♪

登録料：無料 ※通信料は、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

