

「学びの郷」とは、市民が講師となる生涯学習の仕組みです。

岩倉市生涯学習センター指定管理者 NPO 法人来未 iwakura の事業として、参加費をいただき、講座の運営に充当します。

※受講者が8人に満たない場合は開講しませんので、ご了承願います。

講座番号
48

趣味のデジタルイラスト入門

定員・回数 : 10人・3回
時間・場所 : 午後1:30~3:30・会議室4
費用 : 参加費1,500円・教材費100円
持ち物 : (お持ちの方は) iPad
講師 : 元システムエンジニア 加藤栄治

iPadを使って、気軽にデジタルイラストを描きます。アイビスペイント(ibisPaint)を使って、初心者向けに線画から色塗りまでを学びます。

6/10(水)	デジタルイラストって何？ データ、タブレット、アプリの説明&線画を試してみよう
6/24(水)	描いてみよう ペンの種類やレイヤーの使い方、下書きからペン入れ、色塗り方法
7/ 8(水)	作品を完成させよう ブラシ・効果・補正・変形で調整し、作品を完成させよう

iPadをお持ちでない人には、講師が用意します。



講座番号
49
★

煌めく女性の フラワー&ジュエリー

定員・回数 : 10人・3回
時間・場所 : 午前10:00~12:00・会議室4
費用 : 参加費1,500円・教材費7,500円
持ち物 : プログラムに記載
講師 : IFAクリスマスフラワーデザイナーズ 愛知県講師会会長 舟橋祐子

ちょっとした記念日のテーブルを飾る生花アレンジ。あなたのお誕生日の宝石とカラーのバッグチャーム。やさしげな造花で実用的なコサージュ。初心者でも2時間で必ず出来上がります。

6/ 6(土)	生花のキャンドルアレンジ <持ち物:新聞紙・生花用はさみ> 黄色の蘭とスターチスをリース状にしてキャンドルとリボンでアレンジ
7/ 4(土)	あなただけの バッグチャーム <持ち物:小皿3枚、はさみ> あなたのお誕生月のベビーリング、スワロボール、イニシャルチャームで
8/ 1(土)	キラキラコサージュ <持ち物:小皿3枚、はさみ> スワロフスキーピックでお花のコサージュを煌めかせて



講座番号
50

やさしい文法で 学び直し英語 - 岩倉のまちを紹介しよう -

定員・回数 : 20人・3回
時間・場所 : 午後2:00~3:30・会議室4
費用 : 参加費1,500円・教材費2,000円
講師 : 英会話講師 田邊美由紀・久野光紗

岩倉の名所や文化を英語で紹介する表現を学び、会話練習と基礎文法のおさらいで初心者でも安心の3回講座です。学んですぐに使える表現で、英語で岩倉を案内する楽しさを体験できます。

6/ 9(火)	岩倉ってどんな町？ 写真カードでまち紹介(文法:名詞・Be動詞)
6/23(火)	五条川と岩倉桜まつり 五条川や桜まつりを紹介(文法:助動詞・一般動詞)
7/ 7(火)	歴史・文化・特産品を英語で紹介しよう 新溝神社やのんびり洗いを紹介(文法:疑問詞・現在進行形)



講座番号
51

PPバンドで作る エコバッグ作り

定員・回数 : 10人・5回
時間・場所 : 午後1:30~3:30・会議室4
費用 : 参加費2,500円・教材費500円
持ち物 : 工作用はさみ・30cm以上の定規または巻き尺・クリップ
講師 : エコクラフト協会 PPバンド講師 近藤あゆみ

6/4(木)	<p>PPバンドで作る「私だけのバッグ」を作ってみませんか？ 軽くて丈夫。水にも強いのでお出かけから野菜の収穫まで！使い方も「私だけ」のオリジナルバッグ作り講座です。 事前に、色見本からお好きな色を選んでいただけます。</p> <p><作品サイズ:縦20cm×横22cm×奥行8cm(持ち手含まず)></p>
6/18(木)	
7/2(木)	
7/16(木)	
7/30(木)	



講座番号
52

目指そう！健康寿命100歳！！ ツボ押し講座

定員・回数 : 10人・5回
時間・場所 : 午後2:00~3:30・スタジオ2
費用 : 参加費2,500円・教材費100円
講師 : あん摩マッサージ指圧師 鍼灸師 菊池宏美

まずは気を通りやすくするような瞑想をして、呼吸を整え、体の血流を促す簡単な体操をします。その後、各テーマに沿ったツボの場所や効能を学んでいきます。ツボを押して健康維持していきましょう。

6/5(金)	肩こり	首や肩の緊張をほぐすストレッチも加え、効果的なツボを学びます。
6/19(金)	冷え症	手や足の血行を良くするツボを学びます。
7/3(金)	眼精疲労	目の周りなどの血行を良くするツボを学びます。
7/17(金)	頭痛	後頭部などの痛みにも効果的なツボを学びます。
7/31(金)	気象病	天気によるだるさや耳鳴りなどの体調不良を整えるツボを学びます。



講座番号
53

楽に生きる ある日のヨガ

定員・回数 : 12人・5回
時間・場所 : 午前10:00~11:30・スタジオ2
費用 : 参加費2,500円
持ち物 : ヨガマット・スポーツタオル(または手ぬぐい)・水分補給の飲み物
講師 : ヨガインストラクター 内藤ヒロミ

6/1(月)	<p>ピラティスで体の軸を作り、耳で聴くヨガで脳を深く休息。心身の無駄な力みを解放し、快適で前向きな日常を送るために、フィジカルとメンタルの両面からアプローチするレッスンです。足・骨盤や体幹の安定、ストレスを溜め込まない背骨づくりなどととも、聴くヨガで楽に生きる日常を根付かせて、最高の休息を手に入れていきましょう。</p> <p>運動ができる服装でお越しください。</p>
6/15(月)	
6/29(月)	
7/13(月)	
7/27(月)	



講座番号
54

バランスボールで 楽しく運動しよう

定員・回数 : 20人・5回
時間・場所 : 午前10:00~11:30・スタジオ1
費用 : 参加費2,500円・教材費500円
持ち物 : ヨガマット(または大判バスタオル)・水分補給の飲み物
講師 : (一社)体力メンテナンス協会
バランスボールインストラクター 浅野真由

6/10(水)	<p>バランスボールに座り音楽に合わせて運動をします。自分に合った強度で運動ができます。膝や腰に負担が少なく運動ができるのも魅力の一つです。自律神経を整えて体の中から美しくなりましょう。</p> <p>・バランスボールは、講師が用意します。 (教材費は、バランスボールのレンタル・メンテナンス費用に充当します。)</p> <p>・運動ができる服装でお越しください。(ジーパンは不可)</p> <p>※産後2ヶ月以内の方は参加いただけませんのでご注意ください。</p>
6/24(水)	
7/8(水)	
7/22(水)	
8/5(水)	

