

生涯学習へのご案内



オンラインでも、受講申し込みができるようになりました。
(メールアドレスが必要です。)

- ※ 往復はがき、申込書による受講申し込みは、これまでと同様に受け付けます。
- ※ 1講座につき1通のみ有効です。



● 受講申し込みについては、最終ページをご覧ください。

岩倉市生涯学習講座 開催場所：岩倉市生涯学習センター

講座番号

ミュージック レクチャー

1 Music Lecture バンジョー&アコーディオンの世界 The Banjo & Accordion (稲川友則 & 柴田貴子)

- 開催日時：2月8日(日)
午後 2:00 ~ 3:30
- 場 所：スタジオ 1
- 定 員：70 人
- 受講料：200 円

バンジョーとアコーディオン。世界的にめずらしい楽器の組み合わせで、100年程前にパリで流行した音楽<ミュゼット>やタンゴ、ブルークラス、クラシックなど、ジャンルを超えたさまざまな曲で新しい世界を表現しながら、楽器の歴史や曲の時代背景などについてもレクチャーします。



★★★★★ 教 養 講 座 ★★★★★

講座番号

2 中部地方の大地の成り立ちと変動

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午前 10:00 ~ 11:30・研修室
- 費用：受講料 600 円
- 講 師：愛知教育大学 自然科学系 教授 星 博幸

中部地方の大地はどのようにしてできたのでしょうか。実は中部地方の岩石や地層には、かつて日本列島が大陸の一部だった時代の痕跡や、大地の隆起や沈降によって山地や平野が形成されたダイナミックな歴史が記録されています。この講座では、岩石や地層の研究で明らかにされた中部地方の大地の成り立ちと変動について、日本地質学会副会長で NHK「プラタモリ」や民放番組でも活躍中の地質学者がやさしく解説します。

10/19(日)	日本列島の地質と地形のあらまし 日本列島の地質と地形のあらましについて解説します。日本列島の成り立ちや、プレート運動による日本列島の変動などについても解説します。2024 年能登半島地震についても解説します。
11/16(日)	中部地方の大地の成り立ち(1) 主に東海三県の大地の成り立ちについて、特に各地質年代を特徴づける岩石・地層に注目して解説します。実際の岩石標本もご覧いただけます。
12/ 7(日)	中部地方の大地の成り立ち(2) 主に東海三県の大地の成り立ちについて、特に断層(構造線を含む)の運動や土地の隆起・沈降などの地殻変動に注目して解説します。実際の岩石標本もご覧いただけます。

受講料

生涯学習講座は、原則として受講料をいただきます。その受講料は岩倉市に納入され、講座開講時の必要経費の一部に充当し運営していますので、ご理解をお願いいたします。ただし、子どもや高齢者のみを対象とした講座、また福祉・行政・ボランティア・子育て等の公益性が高い講座に関しては無料としています。

- 問合先 岩倉市生涯学習センター(岩倉市本町神明西 20 番地 ☎0587-38-0100)
- 主 催 岩倉市教育委員会
- 年末年始以外は開館
- 生涯学習センターホームページ <https://www.iwsgc.or.jp>

脳と心

— 言い訳する心理と脳 —

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：名古屋大学大学院 情報学研究所 教授 大平英樹

自分の失敗を、つい言い訳してしまうことは誰にもあります。また、怠けてしまったことを自分自身に言い訳することもあるでしょう。言い訳がなぜ生じるのか、そこに、どのような心の働きや脳のメカニズムが関与しているのかは意外と知られていません。本講座では、心理学と脳科学の知見をもとに、言い訳という行動の背景にある心と脳のメカニズムを解説します。さらには、言い訳とうまくつきあう方法も考えたいと思います。

1/24(土)	なぜ人は言い訳するのか 言い訳の背後には、自尊心の維持、失敗の正当化、他者への印象操作などさまざまな心理作用があります。それらを解説し、進化心理学の観点から、人間がなぜ言い訳をするようになったのかを考えます。
2/14(土)	言い訳する脳 言い訳は、自己認知、感情制御、報酬などに関連する脳部位のネットワークの働きにより生まれると考えられます。言い訳の脳メカニズムと、そこへの性格や個人差の影響を考えます。
3/ 7(土)	言い訳とうまくつきあう 言い訳は失敗を取り繕うのに有効でしょうか？また言い訳は自分のためになるのでしょうか？ここでは、単に言い訳を責めるのではなく、人間関係や自己実現のために、言い訳とうまくつきあう方法を考えたいと思います。

気象学入門

- 定員・回数：60人・2回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室
- 費用：受講料400円
- 講師：気象予報士 寺尾直樹

毎日の生活に欠かせない気象情報。ニュース情報番組でおなじみの講師が、季節の気象トピックスを取り上げながら、暮らしに寄り添った気象の話題を解説します。

11/ 9(日)	この冬に向けて — これからの気象を読み解く — 今年の夏は、各地で猛暑や豪雨に悩まされました。今年前半の特徴的な気象や気象災害、トピックスなどを取り上げながら、本格的な冬に向かう今後の気象傾向について、最新情報をもとにお話します。
2/ 1(日)	気象予報に挑戦！ — 気象庁ホームページ活用法 — 気象庁ホームページには、予報に欠かせない情報が満載されています。それらの活用法を学びながら、一緒に予報をしてみませんか？後半には、春に向けた気象情報と桜の開花予報もお伝えします。



羽柴秀吉と配下の人々

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午後2:00～3:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：愛知大学 文学部 教授 山田邦明

尾張出身の木下藤吉郎秀吉は、織田信長に仕えて頭角をあらわし、羽柴に苗字を改めて、羽柴秀吉(藤吉郎・筑前守)と名乗りました。秀吉は信長の重臣として功績を挙げ、信長の死後は列島をまとめあげる天下人となりました。また、秀吉には弟の秀長をはじめ、蜂須賀小六正勝、黒田官兵衛孝高、山内一豊、浅野長政といった有能な配下がいて、秀吉の活躍を支えました。秀吉と配下の人々の個性と、その足どりについて、さまざまな史料を読みながら迫ります。

1/19(月)	秀吉の登場 羽柴秀吉(木下藤吉郎)は尾張国中村の出身と伝えられ、年若い頃の秀吉のことを書き記した書物もいくらか遺されています。こうした書物を読みながら、秀吉をめぐる伝承のありようを考えます。また、秀吉に仕えた蜂須賀小六正勝にも注目し、秀吉と正勝にかかわる物語の展開についてもふれます。
2/ 9(月)	秀吉の活躍と配下の人々 織田信長に仕えた秀吉は、重臣の一人に加えられ、近江長浜の城主となりました。北陸の戦線から勝手に離脱して信長に叱責されたこともありましたが、播磨方面での戦いで活躍し面目をほどこしました。信長が討たれたと知ると、備中から引き返して明智光秀を破りました。このような秀吉の活躍と、配下の人々の活動を跡づけます。
3/ 2(月)	天下人への道 中央政治のまとめ役となった秀吉は、大坂城を拠点にしながらその力を伸ばしました。徳川家康と尾張でにらみあったこともありますが、やがて家康と和睦、関白に任じられて列島の統一を推し進めます。天下人の道を歩んでゆく秀吉のありさまと、配下の人たちの奔走について、当時の史料を読みながら辿ります。

東ユーラシアの大帝国 唐の興亡

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午後2:00～3:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：愛知学院大学 文学部 教授 松下憲一

隋の滅亡後、7世紀から10世紀初めまで長期にわたって中国を支配した唐。世界帝国といわれる唐はどのように建国されたのでしょうか。また、なぜ世界帝国と呼ばれるのでしょうか。この講座では唐の実態について、政治・文化・国際関係から見ていきます。

11/ 1(土)	唐の建国と貞観の治 隋末の混乱のなかで太原で挙兵した李淵が唐を建国。そのあとをついだ太宗・李世民が貞観の治とよばれる盛世を実現しました。唐の建国の過程と貞観の治の実態について解説します。
11/15(土)	則天武后と玄宗 中国史上唯一の女帝はなぜ誕生したのか。そのあとを受けた玄宗の治世は開元の治と呼ばれ、再び盛世をむかえますが、晩年おきた安史の乱により唐は世界帝国ではなくなります。安史の乱とはどのような反乱なのか、東ユーラシア世界から読み解きます。
11/29(土)	中国型王朝への転換 安史の乱をさかいに、唐は世界帝国から中国型王朝へと転換します。中国型王朝の唐とはどのような王朝なのでしょうか。チベット、ウイグルとの関係から読み解きます。

日本の寺院 — 寺院建築のかたちの歴史 —

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午後2:00～3:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：名城大学 理工学部 准教授 米澤貴紀

日本には国宝の建物を持つ寺院も多くあり、寺院建築がわかるようになれば、仏像や庭園以外にも、寺院を訪れる楽しみが増えてきます。本講座では、日本の寺院建築のかたちについて、奈良時代の仏教伝来とともに造られるようになったところから、鎌倉時代に新たな建築が伝わるころまでを見ていきます。この時代までに現れた建物のかたち、様式が、この後の建物にもそのまま、あるいは取り合わせて使われていきます。

1/24(土)	仏教伝来と奈良時代の寺院建築 — 法隆寺、唐招提寺など — 飛鳥時代の仏教伝来当初の建物の姿を伝える法隆寺から始め、仏教が日本に定着し、大寺院が多く建てられた奈良時代の建物のかたちについて、その特徴を建物の骨組みと機能から説明します。また、伽藍全体での建物の配置についても見ていきます。
2/ 7(土)	平安時代から中世への仏堂のかたち — 平等院鳳凰堂、長寿寺本堂など — 日本の仏教建築、特に仏堂は、平安時代に和様と呼ばれる基本的な様式ができあがりました。また、建物の使い方の変化から全体のかたちにも大きな変化が生まれ、その後の仏堂の変化の方向が決まります。これらの変化を解説します。
3/ 7(土)	鎌倉時代の新しい建築 — 浄土寺浄土堂、正福寺地藏堂など — 鎌倉時代には中国から平安時代までとは異なる、新たな建物の形式・様式が伝えられました。東大寺の再建に使われた大仏様と呼ばれる様式や、禅宗寺院の建設に使われた禅宗様と説明される様式のかたちを紹介し、その後の時代の建物にこれらの様式がどのように使われていったのか、についても説明します。

「シン・竹取物語」 — 竹の中にいたあの子はだあれ? —

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午後2:00～3:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：いつきのみや歴史体験館 館長 榎村寛之

『竹取物語』というと「かぐや姫の話でしょう、今さら何?」と思うかも知れません。しかし、『竹取物語』は、読み込むとスケールは大きく、また意外な事実が隠されていることに驚かされます。王朝文学の中でも意外に顧みられない「日本最古の物語」に、もう一度触れてみませんか。

1/15(木)	『竹取物語』ってどういう話? 『竹取物語』の原文をひろい読みしながら、まず物語の内容を確認しましょう。『竹取物語』は、いつ頃の話なのでしょう…そしておじいさんに名前があること、知っていましたか?
2/19(木)	5人の貴公子の物語 かぐや姫にプロポーズをする5人の貴公子、彼らにはいろいろな不思議があります。皇子が2人で、貴族が3人。実はモデルもいるのですが、その実像とはとても違ってきます。そのあたりも考えながら読み返してみましょう。
3/19(木)	姫と帝と富士山と かぐや姫にプロポーズした帝のモデルは誰でしょう。『竹取物語』の最後の場面に出てくるのが富士山だと知っていましたか?そしてかぐや姫は「姫」ではなかった…意外に知らない『竹取物語』の秘密を追いかけて、この話の原型を探してみましょう。

どこから見る?ゴッホ — 時代・浮世絵・家族 —

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室
- 費用：受講料600円・資料代300円
- 講師：岐阜大学 教育学部 教授 野村幸弘

ゴッホは世界でもっとも有名な画家のひとりで、だれもがそれぞれの見方で見れば良いと思いますが、本講座では、とくにゴッホがだれからどのような影響を受けたのか、日本美術との関係、ゴッホを取り巻く人間関係や彼の宗教観、人間観などを通してゴッホの絵をくわしく考察します。

10/25(土)	ゴッホの生涯と作品 ゴッホがどんな生涯を送ったのか、画家になってからどのように作風を変化させていったのかなど、ゴッホの全体像についてお話します。
11/15(土)	ゴッホと日本美術 ゴッホの表現の大きな転機のひとつとなった日本の浮世絵とゴッホの作品を比較しながら、様式の変化と特徴についてお話します。
12/6(土)	ゴッホとその家族 牧師だった祖父と父、絵を描くことを好んだ母、4歳年下で画商となった弟テオとその妻ヨハンナなど、ゴッホの家族、近親者との人間関係からゴッホの作品を考察します。

知ればもっと好きになる 大人のジャズ講座

- 定員・回数：50人・3回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・スタジオ1
- 費用：受講料600円
- 講師：ジャズベーシスト・名古屋音楽大学 非常勤講師 日景 修

19世紀末頃にアメリカで生まれたと言われていた音楽「ジャズ」。「興味はあるけど、どこから手をつければ良いかわからない。」と言う人も多いはず。なんとなく難しそうに感じてしまうジャズも、ポイントがわかればぐっと楽しめるようになります。プロのジャズミュージシャンが、わかりやすく解説していきます。

10/26(日)	ジャズ演奏の聴き方・楽しみ方 「ジャズは即興演奏」と言われていますが、いったいどうやって演奏されているのか、そして他の音楽とは何が違うのか。ジャズ演奏の仕組みを知り、ジャズの聴き方・楽しみ方を理解していきます。
11/23(日)	聴かせたい名曲・お薦めの名盤の紹介 ジャズの歴史の中で登場した数多くのミュージシャン、録音された数々のアルバム。その中から、聴いておきたい名曲・名盤を紹介していきます。
12/14(日)	ジャズの歴史を彩ったミュージシャン ともにサクソ奏者で、即興演奏の可能性を追求し続けたジョン・コルトレン、アコースティックジャズからフュージョンへと変化する時代をリードし続けたウエイン・ショーター。ジャズサクソを代表する二人の足跡を辿っていきます。



熟年者の講座



さわやかセミナー 対象：50歳以上

- 定員・回数：50人・5回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室 他
- 費用：受講料800円
- 講師：プログラムに記載

熟年者を対象にした講座です。いろいろと学習したり体験したりして、充実したひと時を楽しめる仲間と一緒に過ごしませんか！

10/22(水)	「家じまい」ってなにをするの? 知っているのと効率よく進みます	整理収納アドバイザー 藤谷朗子
11/26(水)	観光を楽しむ 古くて新しいまち犬山を歩こう	犬山歴史観光ガイド「ナイスで犬山」
12/24(水)	健康と幸せを学び、自律を育むシルリハ体操体験	理学療法士 初内真二
1/28(水)	試してみよう災害食のアレンジ 災害食のヒントを学びませんか	岩倉防災ボランティアの会
2/25(水)	消防職員から見た能登半島地震 経験して見えた備えと支え	岩倉市消防本部 救急救命士



講座番号

12

食と健康

— 予防医学としての食を学ぶ —

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：名古屋大学 環境医学研究所 講師 伊藤パディジャ綾香

食べることは生きる基本。私たちの体は、日々食べているもので構成されています。大切な体をどのように守ってあげれば良いのでしょうか。食・栄養と医学を研究する講師から、体の働きや、病気を予防する日々の食生活、そのための料理のポイントなどについて学びます。

1/15(木)	良い眠りで快適・健康生活 睡眠不足のときには能力や意欲が低下したり、不快な気分になったりします。快適な睡眠を得ることは自律神経のバランスのためにも、ストレスの軽減のためにも大切です。睡眠の質を高めて、より健康的な生活を送るためのヒントをお伝えします。
2/12(木)	皮膚の役割と私たちの健康 皮膚は人体最大の臓器であり、外来刺激からの保護や、汗や皮脂の分泌、体温調節などを介して私たちの健康を維持しています。皮膚の老化は、見た目の老化にもつながることから、健康的な皮膚を維持したいものです。本講座では、皮膚の役割と健康的な皮膚の維持に必要な栄養素について解説します。
3/5(木)	筋肉の役割と私たちの健康 筋肉は、私たちの体を動かすための臓器であり、心臓や消化器、血管を動かすためにも欠かせません。筋肉の種類や、筋肉を動かすための仕組みについて解説し、筋肉の衰えによって生じるサルコペニアやロコモティブシンドロームを予防するための食事について解説します。



講座番号

13

鉄道 再発見!

— 身近な鉄道を改めて知ろう —

- 定員・回数：60人・3回
- 時間・場所：午後2:00～3:30・研修室
- 費用：受講料600円
- 講師：鉄道研究者 伊藤博康

誰にも身近な鉄道は、何となく、よく知っていると思いがちです。でも、意外に知らないことがあるのが、鉄道の面白いところです。かつて岩倉市内にあった稲荷前駅を知っていますか？車両に書かれた「キハ」や「モハ」の文字を説明できますか？明治村のSLって鉄道ですか？ひとつでも「あれ？」と思った人は、ぜひ、ご受講ください。

12/16(火)	犬山線各駅停車 犬山線は全線26.8キロに17駅があります。平均駅間距離は1.68キロ。そのひと駅ひと駅を順に見ていきます。それぞれに個性と歴史がある馴染みの最寄り駅から、利用したことがない駅まで、改めて犬山線を知るきっかけとしてください。今は無き駅にも触れます。
1/27(火)	ちょっとだけ基礎知識 車両に書かれた文字「キハ」「モハ」とは何でしょう？名鉄と新幹線は、どうして線路の幅が違うのでしょうか？電車・貨車・客車・機関車・気動車・列車、それぞれの違いは何でしょう。そんな、知らなくても良いけど、知ると得した気分になる鉄道の基礎知識を分かりやすくお話しします。
2/24(火)	「鉄道ではない鉄道」を楽しむ 明治村のSL(蒸気機関車)は、もと鉄道車両ですが、いまは鉄道車両ではありません。なぜ？ 同様に、日本には数多くの鉄道ではない鉄道があり、乗って楽しむことができる場所も多くあります。そんな、ちょっと行きたくなる楽しいところをご紹介します。



講座番号

14

ゆっくりDIY

— 住まいのメンテナンスを楽しもう —

- 定員・回数：16人・4回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料800円・教材費1,800円
- 持ち物：(滑り止めつき)作業用手袋・エプロン
- 講師：中部地区DIYアドバイザー連絡会

年末が近づくと、家の中が気になり始めます。そんな時、DIYの知識と経験があれば、自分で簡単に傷の補修やメンテナンスが可能です。暮らしに必ず役立つプログラムを揃えました。

10/17(金)	蛍光灯からLEDへの交換	— 家庭の電気を学ぼう —	
10/31(金)	水回りを学ぼう	— 水漏れの修理と節水 —	
11/14(金)	壁の構造と壁紙の補修	— 傷やはがれ等の直し方 —	
11/28(金)	窓・サッシの建て付け調整と網戸の張替え		

★印の講座は作品見本または作品イメージ写真を生涯学習センターに展示してあります。

講座番号

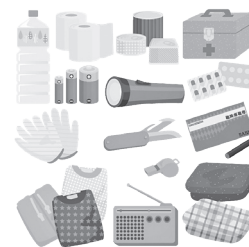
15

備えを暮らしに！ 防災グッズの賢い収納と活用法

- 定員・回数：24人・2回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室2
- 費用：受講料400円
- 講師：防災士・ライフオーガナイザー 井上有希

防災グッズを備えたものの、収納場所や管理に困っていませんか？防災士×片づけのプロが、緊急時にすぐ使える防災グッズの整理・収納方法と無駄なく管理できる備蓄の仕組みを解説します。1回目は防災グッズの収納方法、2回目はローリングストックを活用した備蓄管理を学びます。実践的なワークを通して、家庭ですぐに実践できる仕組み作りをサポートします。

2/4(水)	すぐに使える！防災グッズの整理と収納法 防災グッズを使いやすく収納し、いざという時にすぐ使える状態にするためのアイデアやコツをお伝えします。
2/18(水)	備蓄品の管理と活用法 日常生活に備えを取り入れ、管理が楽になるよう、自分に合った備蓄品の維持管理方法を考えます。



講座番号

16

“魅せ方”しだいで写真が変わる！ スマートフォン カメラ術

- 定員・回数：(スマートフォン操作ができる人)16人・2回
- 時間・場所：午後1:30～3:00・工芸室(2/1は会議室4)
- 費用：受講料400円・教材費200円
- 持ち物：スマートフォン(iPhone、Androidともに可)充電器・充電コード
- 講師：プロカメラマン 尾関あゆみ

1/18(日)	スマートフォンのカメラに特化した 写真講座 です。スマートフォンのカメラは、ちょっとしたコツで、一眼レフカメラに負けない写真が撮影でき、編集・加工で雑誌のようにオシャレな写真に仕上がります。講座では、構図やアングル、撮影のコツ、アプリを使った編集・加工など、スマートフォンで撮る写真の“魅せ方”について、プロカメラマンが教えます。 (かんたん機能のスマートフォンには対応していません。)
2/1(日)	



講座番号

17

大人の美術 — 気軽にスケッチ —

- 定員・回数：15人・5回
- 時間・場所：午後2:00～4:00・工芸室
- 費用：受講料1,000円・教材費1,000円
- 持ち物：鉛筆(B～4B程度の濃さのもの)2本程度
- 講師：日本美術家連盟会員 井上雅夫

11/20(木)	<p>なにか新しいことを始めたい人、絵を描いてみたいけど何から始めたらよいか分からない人、まずは気軽にスケッチから始めてみませんか。スケッチは、紙と鉛筆があれば始められます。基本的な技法や描き方のコツを学びながら、自由に楽しく絵を描いてみましょう。</p> <p>また、水彩絵の具による簡単な彩色にも取り組む予定です。</p> <p>各回、主題やモチーフを変えながらスケッチをします。</p>
12/4(木)	
12/18(木)	
1/15(木)	
1/29(木)	



講座番号

18

おしゃれに繕う ダーニング

- 定員・回数：12人・4回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料800円・教材費2,000円
- 持ち物：糸切りばさみ・シミや穴あきの衣類2～3点
- 講師：ダーニング講師 taro

シミがついたり、穴があいたりしても、捨てられずにいる大切な服はありませんか？ダーニングは、きのこ型のダーニングマッシュルームとカラフルな毛糸や刺しゅう糸で、おしゃれに繕うヨーロッパの伝統的な「お直し」の技法です。セーター、Tシャツ、靴下や擦り切れてしまったジーンズも大丈夫。「もったいない」と思うお気に入りの素敵によみがえらせてくれます。ダーニングマッシュルーム、針、糸は、講師が用意します。

10/20(月)	基本のダーニング
11/17(月)	ごま塩模様のステッチ ゴマシオ & ループゴマシオダーニング
12/15(月)	蜂の巣模様のハニカム & タンバリンダーニング
1/19(月)	編み目模様のスイスダーニング & 自由なダーニング



講座番号

19

はじめての陶芸

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：受講料600円・教材費4,700円
- 持ち物：エプロン・タオル
- 講師：陶芸講師 馬場友紀子

手びねりの陶芸で、暮らしをオリジナルに彩ってみませんか。指先でやわらかな土の感触を楽しみながら、自分だけのイメージを膨らませる時間は、ストレス解消にも最適です。釉薬の色も、8種類から選べます。施釉・焼成は、講師が行います。乾燥から焼成まで、1か月程度の日数を要しますので、ご了承ください。

10/16(木)	ちいさな一輪挿し
11/13(木)	お正月の縁起物 干支(午)の置物
12/11(木)	オリジナルのマイカップ & 小物

汚れても良い服装でお越しください。



講座番号

20

ペーパーデコレーションでつくる 五月飾り<額つき>

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料600円・教材費2,500円
- 持ち物：はさみ・セロテープ・お手拭き・(お持ちの人は)ピンセット
- 講師：ペーパークラフト作家 やまもとえみこ

2/13(金)	紙を切って貼り合わせてデコレーションする立体的な切り絵「ペーパーデコレーション」で、すてきな「五月飾り」をつくってみましょう。いろいろな風合いをもつ紙に魅了されますよ。
2/27(金)	
3/13(金)	



講座番号

21

PPバンドでつくる シックな斜めあみバッグ

- 定員・回数：12人・2回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・研修室2
- 費用：受講料400円・教材費3,500円
- 持ち物：はさみ・エプロン・ウエットティッシュ・洗濯バサミ20個
- 講師：JPBCAスペシャル認定講師 山田紗知子

10/14(火)	オリジナルの斜めあみバッグを制作します。無地でありながら斜めの編み目が個性的なバッグです。デザイン性と強度を兼ね備えた持ち手を取り付けて、大人なクラフトバッグに仕上げます。
10/28(火)	色は、黒・茶・カーキから選べます。 <作品サイズ：縦21cm×横31cm×奥行18cm×高さ38cm(持ち手含む)>



講座番号

22

靴下でつくる おでかけコサルさん

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料600円・教材費3,000円
- 持ち物：縫い針・まち針・手縫い糸(白)・裁ちばさみ 他
- 講師：ぬいぐるみ作家 penu

2/3(火)	キャスケット帽をかぶり、アメちゃんバッグを掛けたコサルさんの登場です！子供用の靴下で、手のひらに乗るサイズのコサルさんを作ります。簡単に可愛く仕上げられるコツがたくさんあります。ぬいぐるみ作りは初めて…という人も大丈夫です。一緒に楽しく作ってみませんか。
2/17(火)	
3/3(火)	



講座番号

23

手織りコースターと ミニクリスマスツリー

- 定員・回数：12人・2回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料400円・教材費2,400円
- 講師：せんい作家 宮寄祥子

12/2(火)	糸を巻く×手で織る - ふたつの技法で楽しむ、新しいクリスマスのかたち。たくさんの糸の中からお気に入りの色や質感を選び、糸をくるくる巻いて作るミニクリスマスツリー。ツリーの下には、手織りで仕上げるマットを敷いて。織ることと、巻くことのふたつを体験できる、ちょっと特別なアートな時間です。
12/9(火)	



講座番号

24

美文字レッスン

- 定員・回数：18人・5回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室2
- 費用：受講料1,000円・教材費800円
- 持ち物：ジェルボールペン・各回の持ち物はプログラムに記載
- 講師：書道師範・筆耕士 吉田美和子

はがき・書類など、文字を書く機会は意外に多いものです。読みやすく、好感をもってもらえる文字は、書いた人の印象をいっそう高めてくれます。文字の要素をつかんで、美しく見えるポイントを覚えましょう。「自分の名前」をキレイに書く秘訣と冠婚葬祭に活躍する筆ペンのコツも学びます。

10/6(月)	・くせ字が直る！きれいに書けるコツを知る！ ひらがなマスター編
10/20(月)	・正しい文字の形を知り、自信がつく！ 漢字マスター編
11/10(月)	・手紙を書いてみよう ・「自分の名前」をキレイに書くには
11/17(月)	・いろいろな書式に挑戦しよう ・はがき、挨拶状などを書いてみよう <持ち物：はがき2枚>
12/1(月)	・筆ペンに挑戦 ・のし袋を書いてみよう <持ち物：筆ペン>



講座番号

25

表情筋トレーニング
— すてきな笑顔になるために —

- 定員・回数：20人・3回
- 時間・場所：午後1:30～3:00・会議室4
- 費用：受講料600円
- 持ち物：手鏡・割り箸
- 講師：Beautiful Smile協会 石川時子

1/22(木)	表情筋トレーニングは、お顔のエクササイズです。表情筋という筋肉を動かすことで、顔が引き締まってスッキリとしたフェイスラインに変わります。血行が良くなるので、たるみ、小じわ、ほうれい線などの改善も期待でき、筋肉が柔らかくなるため表情も豊かになります。楽しいエクササイズで「すてきな笑顔」を手に入れてみませんか？ ※注意：2/13は、金曜日の開催になります。
※2/13(金)	
3/5(木)	



講座番号

26

姿勢美人をつくる
体幹エクササイズ

- 定員・回数：24人・5回
- 時間・場所：午後1:30～3:00・スタジオ1
- 費用：受講料1,000円
- 持ち物：室内用運動靴・水分補給の飲み物
- 講師：パーソナルトレーナー 松井若菜

猫背、反り腰、肩こり、腰痛……。現代人が多く抱える悩みの原因は不良姿勢とされています。講座では、体幹エクササイズで姿勢美人を目指しながら、猫背や肩こりなどの悩みを予防・改善していきます。

1/20(火)	ぽっこりお腹を引き締める！	運動ができる 服装でお越し ください。
2/3(火)	見た目が5歳若返る！？ 猫背改善	
2/17(火)	おうちで簡単に出来る！ 腰痛予防・改善	
3/3(火)	これでスッキリ！ 肩こり予防・改善	
3/17(火)	美しい歩き方を手に入れる！	



※人気が高く受講できない人が多い講座ですので、この講座を受講していない人を優先します。

講座番号

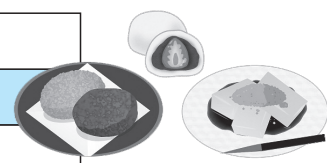
27

つくる・味わう
季節の和菓子

- 定員・回数：16人・3回
- 時間・場所：午前10:00～12:30・料理室
- 費用：受講料600円・教材費3,000円
- 持ち物：エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚・手ふきタオル
- 講師：愛知の名工・ものづくりマイスター 野田錦市

ホッとしたい時、お茶といっしょにいただく“和菓子”。講師の丁寧な指導のもとで、季節の和菓子をつくってみましょう。はじめての人でも上手につくれますよ。

10/16(木)	鬼まんじゅう・おはぎ・きんとん
11/6(木)	栗ようかん・栗きんとん・ねりきり
12/18(木)	いちご大福・わらびもち・ねりきり



★印の講座は作品イメージ写真または作品見本を生涯学習センターに展示しています。


講座番号

28

アフタヌーンティーを 一緒に

- 定員・回数：16人・3回
- 時間・場所：午後1:30～4:00・料理室
- 費用：受講料600円・教材費4,000円
- 持ち物：エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚・持ち帰り用容器
- 講師：フードコーディネーター・製菓衛生師 上田明子

午後のひと時、流行のかわいいお菓子や、おいしいパンを一緒につくって、アフタヌーンティーを楽しみましょう。紅茶の淹れ方やテーブルセッティングなども学べます。

10/15(水)	ハロウィンのテーマ カボチャのモンブランタルト・天然酵母のパンプキンオバケフーガス ハロウィン風黒ゴマのチュイール・紅茶＜ハーブティー＞	
11/19(水)	実りの秋のテーマ さつまいもとナッツのパウンドケーキ・天然酵母の秋野菜のピザパン スイートポテトスティックパイ・紅茶＜フレーバーティー＞	
12/17(水)	クリスマスのテーマ クリスマスドームケーキ・天然酵母で作るポテトとチーズのもちもちフォカッチャ イチジクとナッツのライ麦スコーン・紅茶＜アールグレイ＞	


講座番号

29

名古屋調理師専門学校 連携講座 プロに学ぶ！ イチから始める男の料理

- 定員・回数：男性12人・3回
- 時間・場所：午前10:00～12:30・料理室
- 費用：受講料600円・教材費3,000円
- 持ち物：エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚
- 講師：名古屋調理師専門学校 教授 鈴木良武

男性の料理初心者のための講座です。包丁を持ったことがない・・・。ご飯を炊いたこともない・・・。そんな人でも大丈夫！プロの指導で料理にチャレンジしてみませんか？主食・おかずからデザートまで、おいしい料理をつくるコツが学べます。

10/7(火)	日本料理に挑戦 鶏ひき肉の磯辺焼き・豆腐とわかめのお味噌汁(かつおだし)・柿ようかん	
11/11(火)	西洋料理に挑戦 豚ロース肉のニース風・フレンチポテトサラダ・チョコレートムース	
12/9(火)	中国料理に挑戦 海老と鶏肉の中華粥・回鍋肉(ホイコーロー)・かぼちゃ団子の抹茶ココナッツミルク	



★★★★★ こ・だ・わ・り・の・1DAY講座 ★★★★★


講座番号

30



瀬戸焼の招き猫 — 絵付け体験 —

- 定員・回数：16人・1回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：受講料200円・教材費2,500円
- 持ち物：エプロン
- 講師：瀬戸焼陶器絵付け講師 武田智雄・武田ひとみ

12/7(日)	陶器の招き猫に陶磁器専用の絵の具を使って、絵付けの体験ができます。好きな色や柄を絵付けして、オリジナルの招き猫を描いてみませんか。招き猫の生地は2タイプから選べます。 <作品サイズ：縦15cm×横10cm> 焼成は講師が行います。	
---------	--	---


講座番号

31



春のガーランド

- 定員・回数：16人・1回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料200円・教材費3,500円
- 持ち物：花切りばさみ
- 講師：フラワーコーディネーター 西尾里美

3/5(木)	名誉のしるしとして贈られた花輪・花冠を意味する「ガーランド」。今は、花や植物を長くつないで、玄関やお部屋の壁に飾って楽しむアイテムになっています。春の訪れを感じるミモザを入れて、すてきなガーランドをつくってみませんか。	
--------	---	---

講座番号

32

無農薬・無添加 手づくりみそ講座

- 定員・回数：20人・1回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・料理室
- 費用：受講料200円・教材費1,900円
- 持ち物：エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚
- 講師：味噌講師 海老澤哲也

1/17(土)

仕込みに最適な寒の季節に、厳選された素材を使って手づくり味噌に挑戦してみませんか。味噌づくりのカギは「麴」にあります。麴は無農薬米から生まれた講師の自家製。豆も米も無農薬のものを使います。出来上り量は1人1kg程度です。



講座番号

33

気軽につくろう ヘルシースコーン

- 定員・回数：12人・1回
- 時間・場所：午後1:30～4:00・料理室
- 費用：受講料200円・教材費1,600円
- 持ち物：エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚
- 講師：スコーンベーカリーオーナー 林 亜希子

2/7(土)

さっくりとした素朴な味わいが人気のスコーン。朝食にもティータイムにもぴったりです。カフェメニューにあるようなアメリカンタイプの三角スコーンを焼いてみませんか。卵・バターは使わず、米油・豆乳・甜菜糖・少量のヨーグルトなどを素材にしたレシピで、からだにやさしく、とてもヘルシー。基本になるプレーンとチョコレート入りの2種類(各6個ずつ)をつくりまします。焼きたての風味は格別です。(教材にはスケッパーが付いています。)



市役所との共催講座



講座番号

34

男女共同参画講座 みんな違ってあたりまえ！ お互いを認め合おう<協働安全課>

- 定員・回数：24人・3回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室2(10/27のみ料理室)
- 持ち物：(10/27のみ)エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚
- 費用：受講料無料・教材費1,000円
- 講師：プログラムに記載

自分以外の価値観を知り、受け止め方・伝え方をやさしくすることで、自分も生きやすくなることを感じてもらう講座です。

10/27(月)	味の比較と考察 - 大人のためのテイスティング時間 -	野菜ソムリエ 桜井さちえ
11/14(金)	家族のかたちと色々な生き方 - 本音で向き合う 家族と多様な生き方のはなし -	NPO 団体 ゼロカラー 國島 湊
11/27(木)	ご近所から世界へ！	愛知県国際交流協会 多文化ソーシャルワーカー 井上真由美

講座番号

35

歴史文化の学びを通じた住民間交流 蟹江城調査隊と学ぶ、蟹江城・ 須成祭そして岩倉城<生涯学習課>

- 定員・回数：30人・3回
- 時間・場所：プログラムに記載
- 費用：受講料無料
- 講師：プログラムに記載

令和7年4月に「岩倉市・蟹江町連携交流に関する合意書」を締結しました。交流事業の一環として、座学と現地学習を実施します。織田信雄・徳川家康連合軍と羽柴(豊臣)秀吉軍が戦った蟹江合戦の舞台「蟹江城址」やユネスコ無形文化遺産である「須成祭」に関する施設と「岩倉城址」を蟹江町住民の蟹江城調査隊の皆さんとともに見学します。

10/23(木)	蟹江町の歴史と文化	蟹江町歴史民俗資料館 学芸員 花井昂大 <時間：午後2:00～3:30><場所：生涯学習センター 研修室>
11/13(木)	岩倉・蟹江相互交流① 蟹江城と須成祭について<現地見学>	蟹江城址・蟹江町観光交流センター「祭人」を見学 蟹江町歴史民俗資料館 学芸員 花井昂大 <時間：午後0:30～5:30><集合場所：岩倉市役所 北玄関>
11/20(木)	岩倉・蟹江相互交流② 郷土の歴史を紹介しよう<現地見学>	NPO 法人古代瀬波の里文化遺産ネットワーク 望月友恵 岩倉城址・岩倉市史跡公園などを蟹江城調査隊とともに見学 <時間：午前9:45～12:15><集合場所：岩倉市役所 北玄関>

★印の講座は作品イメージ写真または作品見本を生涯学習センターに展示しています。

講座番号

36

気候変動が農作物に与える影響と対策を学ぼう

<環境政策課>

- 定員・回数：30人・1回
- 時間・場所：午後2:00～3:30・研修室
- 費用：受講料 無料
- 講師：菜園プロデューサー 齋藤弥生子



12/ 2(火)

地球温暖化の進行に伴い、気候変動の影響拡大が予想されるなか、愛知県農業総合試験場の元研究員・農学博士の齋藤先生が、気候変動による猛暑が出荷量減少や品質低下など私たちの食卓に及ぼす影響と最新の対策を、分かりやすく解説します。

★★★★★ 子育て・親育ちの講座 ★★★★★

講座番号

37

名古屋芸術大学連携講座

幸せの子育て・親育ち



— 知って、話して、つながりませんか —
<託児(無料)つき> <お子さん連れの受講可>

- 定員・回数：12人・4回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室1
- 費用：受講料 無料
- 講師：名古屋芸術大学 芸術教養領域 教授 茶谷 薫

変わらないこと、新しいことを意識したテーマを掲げ、4回シリーズで講座を開催します。テーマに関わるミニレクチャーの後、受講者同士の少人数グループで語り合い、子育ての悩みを共有したり、意見交換をしたりする場をもちたいと考えています。

10/21(火)	「こころ」と「からだ」の健康 どう保っていますか 親の「こころ」と「からだ」の状態と子どもの健康状態とは密接に関わり合っています。ふだんからどんなことに心がけて心身の「よい状態」を保っていますか。
10/28(火)	親同士 つながっていますか 核家族がほとんどの現代では、身内からの子育て支援をなかなか期待できません。「孤育て」にならないため、他者とのつながりをどのように築いたらよいのでしょうか。
11/18(火)	スマートフォン 子どもに使わせるとすれば… 現代人にとって、スマートフォンはSNSにつながる大事な道具。それは子どもにとっても同様です。ただ、使わせ方に留意しないと、何かと問題が生まれるのではないのでしょうか。
11/25(火)	親子のコミュニケーション うまくいっていますか コミュニケーションを通じて子どもは多くのことを学びます。それには言葉のやりとりだけでなく、他にも大切なことがあるはずです。それはどんなことでしょうか。

※1歳半以上5歳以下のお子さんを託児します。【事前申込必要(◎託児希望に記入)】 お子さんの飲み物は必ずお持ちください。

講座番号

38

ふれあい子育て <親子参加>

- 定員・回数：2歳～5歳の子と保護者12組・2回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・スタジオ1
- 費用：受講料 無料
- 持ち物：水分補給の飲み物
- 講師：至学館大学 健康科学部 准教授 内田智子

10/31(金)	小さな子どもは、まわりの大人とふれあうことが大好き。電車が見える部屋で、音を聞いて楽しむリズム遊び、ミニ運動会などをしませんか。子どもの成長に関するミニ講座もあります。からだを動かすことは、とても大切。
11/14(金)	お子さんとのスキンシップを楽しんで、笑顔いっぱいになりましょう♪ 動きやすい服装でお越しください。(素足で行います。)



※申し込みの際、⑦に、一緒に参加されるお子さんの名前(ふりがな)・年齢をご記入ください。

講座番号

39

子育てママの ちょっと「おりがみ」 <託児(無料)つき>

- 定員・回数：12人・1回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・工芸室
- 費用：受講料 無料・教材費 400円
- 持ち物：鉛筆・はさみ・スティックのり
- 講師：日本折紙協会 折紙講師 奈良崎ひさ子

10/24(金)	子育てに追われる日々に、ちょっとひと息。折り紙を楽しんでみませんか。クリスマスリースと数種類のサンタさんを折ります。推しのサンタさんができるかも。お子さんと楽しむクリスマスが、ママの癒しの時間になるといいな～園児・小学生をもつママもどうぞ。
----------	--



※お子さんを連れての受講は、ご遠慮ください。

※1歳半以上5歳以下のお子さんを託児します。【事前申込必要(◎託児希望に記入)】 お子さんの飲み物は必ずお持ちください。

★印の講座は作品イメージ写真または作品見本を生涯学習センターに展示しています。

講座番号

40

おやこde体験！ はじめての粘土遊び

- 定員・回数：2歳以上の未就園児と保護者 10組・1回
- 時間・場所：午前 10:00～11:30・工芸室
- 費用：受講料 無料・教材費 300円
- 持ち物：手拭きタオル
- 講師：元桜花学園大学 教授 太田早津美

10/7(火)

はじめて触る粘土の触感、子どもにとって興味深い体験です。親子で感触を楽しみながら、こねたり伸ばしたり丸めたりする楽しさを味わいましょう。この講座では、家庭にある材料で作れる小麦粉粘土を使って遊びます。小麦粉粘土の作り方も紹介します。参加された親子どうしの交流も、ぜひ楽しんでください。
汚れても良い服装でお越しください。 ※小麦アレルギーの方はご遠慮ください。(親子とも)



※お子さんは、兄弟姉妹(2歳以上の未就園児)に限り受け付けます。申込みの際、④受講者氏名は保護者(祖父母も可)の名前(ふりがな)、⑦に、お子さんの名前(ふりがな)・年齢・性別を記入してください。お子さんが2人以上の場合は、併記してください。

講座番号

41

おやこdeつくり！ ★「名古屋テレビ塔」

- 定員・回数：小学生と保護者 8組・1回
- 時間・場所：午前 10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料 無料
教材費(お子さん1人につき)500円
- 持ち物：はさみ
- 講師：建築家 筧 清澄

3/1(日)

名古屋のシンボル 名古屋テレビ塔のペーパークラフトを作ってみよう！実はこのテレビ塔ができたおかげで、今の日本のテレビ放送のしくみができていることをみなさん知っていましたか？作ったテレビ塔を見ながら建物ガイドも楽しめる講座です。



※お子さんは、兄弟姉妹(小学生)に限り受け付けます。申込みの際、④受講者氏名は保護者(祖父母も可)の名前(ふりがな)、⑦に、お子さんの名前(ふりがな)・学年・性別を記入してください。お子さんが2人以上の場合は、併記してください。

講座番号

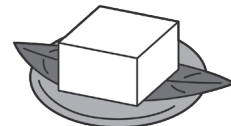
42

おやこde挑戦！ 手づくり豆腐

- 定員・回数：小学生(兄弟姉妹2人まで)と保護者 8組・1回
- 時間・場所：午前 10:00～12:30・料理室
- 費用：受講料 無料・教材費 1,000円
- 持ち物：エプロン・三角巾・ふきん2枚・台ふき1枚
- 講師：(一社)日本豆腐マイスター協会 磯貝剛成

2/1(日)

日本の伝統食「豆腐」。お店で買うことがほとんどですが、親子で作ってみませんか。講座では、大豆をつぶす作業から始めます。自分で作ると発見がいっぱい！できあがりのお豆腐はどんな味かな。 **持ち帰り容器は、講師が用意します。**



※お子さんは、兄弟姉妹(小学生)に限り受け付けます。申込みの際、④受講者氏名は保護者(祖父母も可)の名前(ふりがな)、⑦に、お子さんの名前(ふりがな)・学年・性別を記入してください。お子さんが2人以上の場合は、併記してください。

講座番号

43

おやこdeつくり！ チョコドーナツ

- 定員・回数：小学生(兄弟姉妹2人まで)と保護者 8組・1回
- 時間・場所：午前 10:00～12:30・料理室
- 費用：受講料 無料・教材費 1,500円
- 持ち物：エプロン・三角巾・ふきん2枚・台ふき1枚
- 講師：お菓子研究家 加納利子

1/24(土)

お菓子作りに興味はあるけど、家ではなかなかできなくて…という人はいませんか。今回は、2種類のチョコドーナツに挑戦！(1組各3個ずつ作ります。)お子さんと一緒にデコレーションして楽しく作りましょう。 **持ち帰り用の箱は、講師が用意します。**



※お子さんは、兄弟姉妹(小学生)に限り受け付けます。申込みの際、④受講者氏名は保護者(祖父母も可)の名前(ふりがな)、⑦に、お子さんの名前(ふりがな)・学年・性別を記入してください。お子さんが2人の場合は、併記してください。

★★★★★

小・中学生の講座(お子さんだけの講座です)

★★★★★

講座番号

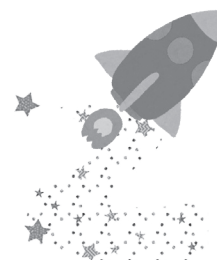
44

子ども宇宙教室

- 定員・回数：小学2年生～6年生 16人・1回
- 時間・場所：午前 10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料 無料
- 持ち物：はさみ
- 講師：名古屋大学宇宙開発チーム NAFT

10/19(日)

みんなは、宇宙に興味はあるかな？名古屋大学のお兄さん、お姉さんたちと、宇宙に関するクイズや、宇宙飛行士の訓練を体験してみませんか。内容は当日のお楽しみ。後半は、宇宙に関するワークショップで、もっと宇宙を身近に感じてみよう。



講座番号

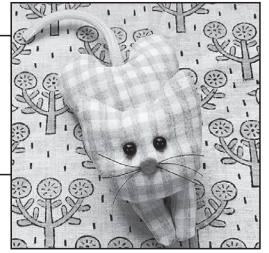
45

子ども手芸教室

- 定員・回数：小学4年生～中学生10人・1回
- 時間・場所：午前10:00～12:00・工芸室
- 費用：受講料無料・教材費500円
- 持ち物：針・まち針・針山・糸切りばさみ・裁ちばさみ
- 講師：ちくちく手づくりの会

2/7(土)

ちくちく針を動かすと何ができるかな。今回つくるのは、ちょこんとかわいい「ねこちゃんのクリップ」。何をはさむ？大事なプリントは、これにおまかせ！机の上に置いてもいいね。
自分だけの“たからもの”をつくってみましょう♪



講座番号

46

わくわくクッキング

- 定員・回数：小学4年生～中学生15人・3回
- 時間・場所：午前10:00～12:30・料理室
- 費用：受講料無料・教材費1,500円
- 持ち物：エプロン・三角巾・ふきん2枚・台ふき1枚・持ち帰り用容器
- 講師：料理研究家 江口真理子

料理室に入ったら、みんなはリトルシェフ。お友だちといっしょに、料理やお菓子を作ってみましょう。

11/16(日)	みんなニコニコ おいしいね! あんかけパリパリよくばり上海焼きそば、ほくほく肉じゃが	
12/14(日)	わいわい！メリークリスマス ミートローフ・ノエル、聖夜のクラムチャウダー	
1/18(日)	ハッピーバレンタイン♡ おめかしカステラ、ハートがいっぱいナポリタン	

講座番号

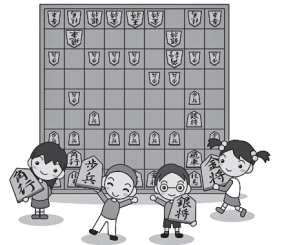
47

子ども将棋教室

- 定員・回数：小学2年生～中学生16人・5回
- 時間・場所：午後2:00～3:50・プログラムの通り
- 費用：受講料無料
- 講師：日本将棋連盟公認 棋道指導員 渋谷文博

勝って嬉しい、負けて悔しい「将棋」。駒の動かし方とルール、マナーを覚えれば、誰でも指せるようになります。将棋を指すことで、礼儀作法を身につけ、相手を思いやる気持ちも学びます。

10/11(土)	ルールとマナー・1手詰め・8枚落ち	対局	まわり将棋	< 研修室 2 >
11/8(土)	玉の囲い 詰めろ 3手詰め・6枚落ち	対局	飛車角将棋	< 研修室 2 >
11/29(土)	駒得の手筋・序盤の駒組・振り飛車戦法	対局	はさみ将棋	< 工芸室 >
12/20(土)	形勢判断・横歩取り戦法・角換り腰掛け銀	対局		< 工芸室 >
1/17(土)	藤井聡太七冠の棋譜並べ	対局	級位認定(5級～20級)	< 工芸室 >



岩倉市生涯学習センター事業
主催 NPO法人来未iwakura

★★ 生涯学習サークル 活動体験講座 ★★

講座番号

48

いっしょに美しいハーモニーを奏でましょう♪

- 定員・回数：15人・4回
- 時間・場所：夜6:00～7:00・スタジオ2
- 費用：参加費800円・教材費500円
- 持ち物：水分補給の飲み物
- サークル名：ハーモニーフレンズ

女声の2部・3部合唱を練習します。初心者さん大歓迎！呼吸法から始め、いっしょに楽しみながら、美しいハーモニーを奏でましょう。

10/11(土)	歌う時の身体のつかい方①	－ 立ち方、呼吸法 －
10/25(土)	歌う時の身体のつかい方②	－ 立ち方、呼吸法のステップアップ －
11/8(土)	ハーモニーを感じてみよう	－ パートに分かれて歌う －
11/22(土)	ハーモニーを完成させよう	－ 曲を仕上げる －



講座番号

49

はじめての日本画

- 定員・回数：6人・4回
- 時間・場所：午前 10:00～12:00・会議室 2
- 費用：参加費 800 円・教材費 1,000 円
- 持ち物：鉛筆 (HB・B など)・(初回のみ) 消しゴム
- サークル名：日本画教室

日本画の基本を学びたい初心者向けの講座です。道具の使い方、材料の基礎、基本的な描き方を学びます。4回で、1つの作品を完成させます。

11/ 5(水)	日本画とは	— 道具や画材の説明後、モチーフ(季節の花等)を写生します —
11/19(水)	スケッチをもとに	— 構図を作る、下図を色紙に写す —
12/ 3(水)	いよいよ着彩!	— 墨や日本画材を使って、彩色をします —
12/17(水)	作品を完成しましょう!	— 描き込みを進めて、作品の完成をめざします —

講座番号

50

お正月に着物を着てみましょう

- 定員・回数：5人・3回
- 時間・場所：午後 1:00～3:00・和室
- 費用：参加費 600 円
- 持ち物：着物・長襦袢・下着・足袋・名古屋帯・帯枕 他
- サークル名：きもの着付け 弥生会

譲り受けた着物やしまったままの着物に袖を通してみませんか。お持ちの小物を使って、手結びで、着物から名古屋帯のお太鼓結びまで、お正月に着ることを目指します。

11/ 7(金)	まず着てみましょう	— 着物小物の準備から、長襦袢と着物を着るまで —
11/14(金)	名古屋帯を結んでみましょう	— 帯小物の準備から、お太鼓結びまで —
11/28(金)	着物から帯結びまでの復習	— きれいに着るポイントをつかむ —



岩倉市生涯学習センター事業
主催 NPO法人来未iwakura

★★ “たのしく教え・たのしく学ぶ” 「学びの郷」 ★★

「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

51

フラダンス入門

- 定員・回数：20人・4回
- 時間・場所：夜 7:00～8:30・スタジオ 1
- 費用：参加費 2,500 円
- 持ち物：お持ちの人はパウスカート(フレアまたはギャザースカートも可)・汗拭きタオル・水分補給の飲み物
- 講師：フラダンス講師 篠田しおり

10/10(金)	明るいハワイアンソングに合わせて、やさしい振り付けで踊ります。
10/17(金)	毎回ハワイアンミュージックを使って準備体操を行った後に、基本のステップを覚えていきます。課題曲の振り付けを 1 番から 4 番までマスターし、最後には、皆で楽しく踊るように仕上げます。
10/24(金)	
10/31(金)	運動ができる服装でお越しください。素足で行います。



講座番号

52

自然素材を使って はじめての染色講座

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午前 10:00～12:00・工芸室
- 費用：参加費 1,500 円・教材費 4,600 円
- 持ち物：枝切りバサミ・軍手・ゴム手袋・エプロン 持ち帰り用ビニール袋
- 講師：植物染色家 桑原智香

自然素材を使って、ストールやハンカチを染める体験をします。植物で染める基本的な方法を学びながら、グラデーションや伝統的な模様のつけ方なども学びます。

10/18(土)	くちなしでシルクストールを染めてみよう!	ストールの大きさは、40 cm × 170 cm 程度です。
11/15(土)	栗で手ぬぐいに模様をつけてみよう!	
12/ 6(土)	桜を使って綿ストールを染めてみよう!	



※濡れた状態での持ち帰りになりますが、乾燥・仕上げ方法は講座内でお話します。

★印の講座は作品イメージ写真または作品見本を生涯学習センターに展示しています。

講座番号

53

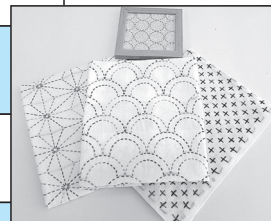
★

ちくちく可愛い 刺し子講座

- 定員・回数：12人・4回
- 時間・場所：午前 10:00～12:00・工芸室
- 費用：参加費 2,000円・教材費 1,500円
- 持ち物：糸切ばさみ・定規(30cm)・まち針 10本
- 講師：刺し子講師 柴田智子

刺し子は、防寒や布の補強のために生まれた裁縫の技法で、「麻の葉」・「青海波」などの伝統的な図柄があります。好きな色の糸と布を選んで、無心に針を動かし刺繍するひときは、心がとても癒されますよ。

10/25(土)	伝統模様「麻の葉」(または「青海波」)で花ふきんを作ろう ① なみ縫いで運針を楽しみましょう。
11/ 8(土)	伝統模様「麻の葉」(または「青海波」)で花ふきんを作ろう ② 曲線も入れて、デザイン模様を楽しみましょう。
11/29(土)	刺し子で作るクロスマット 好きな色の糸を使って作ります。クロス模様の刺し方を紹介します。
12/13(土)	まん丸模様の刺し子ミニフレーム まん丸模様で窓辺をやさしく飾りましょう。



※刺し子用の針・糸は、講師が用意します。

講座番号

54

筋力アップ! 軽運動ストレッチ (椅子使用可)

- 定員・回数：18人・5回
- 時間・場所：午後 1:30～3:00・スタジオ 1
- 費用：参加費 2,500円・教材費 800円
- 持ち物：手ぬぐい・ヨガマット・室内用運動靴・水分補給の飲み物
- 講師：健康体操インストラクター 谷本陽子

10/21(火)	<p>ボールと手ぬぐいを使って、手足を伸ばしてストレッチや軽運動を行います。指先や足指を動かして、ゆっくりと身体を伸ばしていきましょう。</p> <p>スクワットやステップを踏んで、簡単なリズム体操も行います。楽しんで身体を動かしましょう。</p> <p>運動ができる服装でお越しください。</p>
11/ 4(火)	
11/18(火)	
12/ 2(火)	
12/16(火)	



講座番号

55

美しい歩き方と ウォーキングエクササイズ

- 定員・回数：16人・5回
- 時間・場所：午後 1:30～3:00・スタジオ 1
- 費用：参加費 2,500円
- 持ち物：ヨガマット(または大判バスタオル)・室内用運動靴
水分補給の飲み物
- 講師：ウォーキングスタイリスト 樋口祐子

10/ 7(火)	<p>背筋をすっと伸ばして、きれいに歩きましょう!第一印象がアップし、身体の不調改善にも役立ち、心身ともに整います。ストレッチやウォーキングエクササイズで全身をバランスよく、楽しく無理なく鍛えます。正しい姿勢で美しく歩けば、日常の歩きがエクササイズになりますよ。</p> <p>運動ができる服装でお越しください。</p>
10/14(火)	
10/28(火)	
11/11(火)	
11/25(火)	



講座番号

56

極上リラクゼーション 眠りのヨガ

- 定員・回数：15人・5回
- 時間・場所：午後 1:30～3:00・スタジオ 1
- 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

10/ 6(月)	<p>頑張りすぎている貴方に届けたい講座です。前半は、しっかり動いて運動不足を解消します。後半は、ヨガニドラー(眠りのヨガ)を行います。10分の実践で1時間の睡眠と同等の休息がとれるリラクゼーションヨガです。</p> <p>肩こりや反り腰、ぽっこりお腹を改善し、お尻まわりを鍛えることで美尻をつくります。また自律神経系も整えます。</p> <p>運動ができる服装でお越しください。</p>
10/20(月)	
11/10(月)	
11/17(月)	
12/ 1(月)	



申込方法

申込受付期間 9月2日(火)～9月10日(水) 必着

申込方法

1【オンラインの場合】

- ・岩倉市役所ホームページ「オンライン申請」の「イベント・教室」、生涯学習センターホームページ「生涯学習講座」から、または、右の二次元コードを読み取って、フォームに沿ってお申し込みください。
- ・メールアドレスが必要になります。
- ・受講決定通知は、右記のメールアドレスから送信しますので、受信できるようにしておいてください。 koza@iwsgc.or.jp



2【郵送の場合】

- ・「往復はがき」または所定の「申込書」でお申し込みください。
申込書は、生涯学習センター / 岩倉市役所 1階観光情報ステーション / 6階生涯学習課 / 図書館 / アデリア総合体育文化センターに置いてあります。
- ・右の記入例に沿って必要事項をご記入ください。
- ・申込書をご利用の場合は、往信・返信両面に切手を貼ってください。

3【生涯学習センターで直接申し込む場合】

- ・所定の申込書に記入の上、1枚ごとに返信面に切手を貼ってください。
(返信用切手は、各自お持ちください。)
- ・受付時間 午前9時～午後8時まで(期間中は毎日受け付けます。)

往復はがき記入例

85円	□□□□□□	あなたの住所 お名前	①講座番号 講座名
返信			②住所 ③電話番号 ④受講者氏名 (ふりがな) ⑤年齢・性別(学年) ⑥託児希望 ⑦親子講座 備考

申込にあたって

- 1講座につき、1人1通のみ有効です。
- 【託児つき講座】(講座番号 37・39) で、託児を希望される人は、⑥に【お子さんの名前(ふりがな)】・【性別】・【～歳～か月：受講時点】を記入してください。
- 【親子講座】(講座番号 38・40～43) を希望される人は、⑦に【お子さんの名前(ふりがな)】・【性別】・【学年(38・40は年齢)】を記入してください。
- 【受講料無料の講座】(講座番号 34～43) に申し込まれる岩倉市外在住で市内在勤・在学の方は、備考欄に勤務先・学校名を記入してください。

85円	〒482-0043	返信に使用しますので 何も記入しないで ください。
往信	岩倉市生涯学習 センター行 岩倉市本町神明西 20番地	

受講決定通知

- ・申込み多数の場合、厳正な抽選により受講者を決定します。
- ・10月2日(木)までに、往復はがき・申込書によるお申込みの人は返信用はがきにて、オンラインによるお申込みの人は、メールにて結果をお知らせします。
- ・講座開催順に発送しますので、講座によって到着に多少差が出ます。

★ 郵送の場合は、郵便事情を考慮し、お早めに投函ください。

★ 申込みに係る個人情報については、講座運営以外には使用しません。

お願い

- 1 年齢等の記載がない講座は、15歳以上(中学生を除く)を対象とします。
- 2 受講は、当選者ご本人に限らせていただき、その受講資格を譲ることはできませんので、ご了承ください。
- 3 教材費等が必要な講座は、受講決定通知に記載された期日までに、生涯学習センター受付へお支払いください。
- 4 講座開催中における録音・録画・写真撮影、資料等のコピーは、固くお断りします。
- 5 【受講料無料の講座】は、岩倉市に在住・在勤・在学の人を優先いたします。
- 6 受講者の事情で受講されない場合は、納められた受講料・教材費等はお返しできませんので、ご了承ください。
- 7 やむを得ず開催日を変更する場合がありますが、受講料等はお返しできませんので、ご了承ください。
- 8 制作実技を伴う講座において、欠席時の材料・完成品の取り置き、講師による制作、補講はできません。
- 9 締切期日を過ぎて、定員に余裕のある講座は、生涯学習センターにて随時先着順に受け付けます。
- 10 実技を伴う講座で申込者が定員の半数に満たない場合は、開講しないことがあります。
- 11 手話通訳をご希望の場合は、お申し込み前に、必ずご相談ください。

