

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

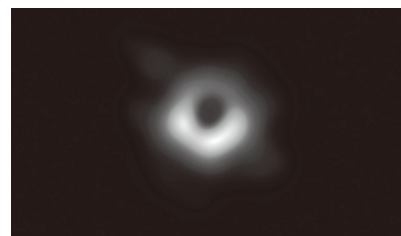
講座番号 1 特別講座

ブラックホールを「見る」

名古屋大学 総長 杉山 直

● 開催日時
8月23日(土)
午後2:00～3:30

光さえ抜け出すことのできないブラックホールは、原理的に直接観測することが不可能です。しかし、近年の観測技術の進展により、ブラックホールの影を見ることができるようになったり、ブラックホールが合体する瞬間の信号を捉えることが可能となりました。本講座では、見えないはずのブラックホールが、新しい観測技術により、その姿を現してきた現状について解説します。



Credit:EHT Collaboration/国立天文台HPより

オンラインライブ配信で同時開催

申込注意

講座番号は、1-A または 1-B、いずれかを、必ずお選びください。

(AとBの重複申込は、できません)

A 会場で受講

- 定員：80人
- 場所：研修室
- 受講料：200円

B オンラインで受講

- 定員：30人
- 受講料：無料
(資料の配布はありません)
- 形式：Zoom

※オンライン受講の場合のご注意

- インターネット回線・接続機器は、ご自身でご用意ください。
- 視聴に係る通信費は受講者負担となります。
- 当センターの通信環境は事前に確認いたしますが、受講者側の通信環境等によっては、ご覧いただけない場合があります。

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おりますので、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>

講座番号

2

東海地方の考古学

— 西へ東へ —

- 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：南山大学 人文学部 教授 上峯篤史

私たちがくらしている東海地方は、西にも東にも出かけやすい便利な場所ですが、この特徴は数万～数千年前から表れていました。東海地方の旧石器時代や縄文時代にはどんなくらしがあって、それは日本列島や世界の文化とどのようにつながっているのでしょうか？講師が出会った石器や土器、遺跡を取りあげながら、最新の研究成果を解説します。

5/11(日)	東海地方に人類が住みはじめたのはいつか？ 日本列島に現代人の祖先(現生人類)が現れたのは、約4万年前のことで、その頃の遺跡は東海地方にも残されています。ではそれより前の、旧人たち(ネアンデルタール人やデニソワ人の仲間?)が残した遺跡はないのでしょうか？東海地方の遺跡を題材に考えてみます。
6/1(日)	東海地方の「黒曜石」産地と縄文時代人 鋭く割れる美しい「黒曜石」は、石器の材料として石器時代人に重宝されました。「黒曜石」では長野県や北海道のものが有名ですが、岐阜県にも産地があるのをご存じでしょうか？この「黒曜石」の情報と、講師が学生たちと発見し、発掘調査を続けている遺跡について最新情報をお伝えします。
6/29(日)	土器が語る縄文時代の情報の動き 縄文時代にはさまざまな模様の土器が作られましたが、その模様は、それが見つかった遺跡だけでなく、他の地域の文化の影響を受けています。そして土器の材料も、かならずしも遺跡の近くで入手されたものに限りません。土器のもつさまざまな特徴に注目することで、縄文時代の文化や経済にかんする情報が見えてくる。そんな謎解きをお話しします。

講座番号

3

 聞くと誰かに教えたくなる
 大リーグのはなし

- 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：名城大学 外国語学部 教授 鈴木裕輔

2025年は、アジア人初の大リーグ選手・村上雅則投手が大リーグでの活動を終えてから60年、日本人2人目の大リーグ選手・野茂英雄投手の登場から30年という節目の年です。現在、大谷翔平選手の活躍もあってわれわれに身近な大リーグも、日本人選手が定着するまでの道のりは平坦ではありませんでした。また、分断が進む米国社会の影響を少なからず受けているのが大リーグです。今回は、日本人大リーグ選手の系譜と米国社会における分断と多様性の尊重とが大リーグにどのような影響を与えているかを皆さんと一緒に考えてゆきます。

5/17(土)	マッシー、ノモ、イチローからショウヘイまで — 日本人大リーグ選手の系譜 — 1964年に村上雅則投手がアジア人初の大リーグ選手になり、1995年に野茂英雄投手が日本人選手として30年ぶりに大リーグの試合に出場して以来、今日に至るまで数多くの選手が大リーグに登場しました。今回は、村上投手や野茂投手、初の日米球界での殿堂入りを果たしたイチロー選手や現在の球界を代表する大谷翔平選手など、大リーグの歴史を彩った日本人選手たちの活躍の軌跡を考えて行きます。
6/7(土)	なぜトランプ大統領は始球式をしないのか？ — 大リーグから考える米国社会の分断と多様性 — 今年1月20日に大統領に就任したドナルド・トランプ氏は、第一次政権時に恒例であった大リーグの公式戦での始球式を行いませんでした。この背景には、「米国第一」を掲げたトランプ大統領が対外的にも国内的にも分断をもたらしたことが影響していました。今回は、しばしば試合前の余興とも考えられがちな始球式から始まり、現在の大リーグに見出される米国社会の分断だけでなく多様性をも検討します。

講座番号

4

対人コミュニケーションの心理学

- 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：愛知淑徳大学 心理学部 教授 小川一美

私たちが他者と関係を築き、社会生活を営むうえで欠くことのできない重要な行動のひとつが、対人コミュニケーションと呼ばれるものです。対人コミュニケーションがうまくいくか否かは、私たちの日々の精神的健康に影響を与えています。本講座では、対人コミュニケーションに関する心理学的知見を習得し、皆さん自身の対人コミュニケーションを見つめ直すきっかけを提供します。

5/25(日)	そもそも、対人コミュニケーションとは？ 人と人との間で行われるコミュニケーションのことを、対人コミュニケーションと呼びますが、実は非常に多様な要素が絡み合っている複雑な行動です。だからこそ誤解が生じたり、トラブルが生じたりするのです。そこで第1回目は、対人コミュニケーションの基礎を学びます。
6/22(日)	自分も相手も Happy になれる対人コミュニケーションを目指して より詳細な対人コミュニケーションに関する心理学的知見を学びます。その上で、皆さん自身も、そして周りの人も Happy になれる対人コミュニケーションとはどのようなものかを一緒に考えていきます。

参勤交代と江戸徳川の社会

- 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：一宮市博物館 学芸員 宮川充史

なぜ、徳川の時代は長く続いたのか？その要因の一つが参勤交代制度にありました。この制度には、江戸時代のあらゆるものが詰まっています。最新研究から参勤交代の実像を見ていきましょう。参勤交代を知れば、大河ドラマも時代劇も面白くなり、現代日本の問題も見えてきます。

5/26(月)	参勤交代とは 参勤交代と聞いて第一に何が頭に浮かびますか。参勤交代は大名に旅行を強いて金を使わせ、謀反を防止するための制度と言われます。しかし、実際のところはどうだったのでしょうか。そもそも「参勤交代」とは何か根本的な問いを考えてみましょう。
6/23(月)	武士のツアーコンダクター 江戸参府・国入りする大名行列の数は数百から時には千人を超えます。宿場では宿の手配、川や海では船の手配も必要です。その集団旅行を支えていたのが、浅田次郎氏の小説『一路』でも有名な御供頭です。木曾川の渡船を担当する役人と現場の船方たちの動きをみてみましょう。
7/28(月)	諸藩の旅行道中 御三家や勅使の行列と遭遇した時や大名の急病、道中での観光旅行、超高速参勤、道中の無礼討ちの逸話など、道中では様々な事件・事故が発生していました。全国の大名たちの旅行道中を藩側と宿場側の双方の史料から見ていきましょう。

狩野永徳と長谷川等伯 — 障壁画技法の継承と断絶 —

- 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：愛知県立芸術大学 美術学部 准教授 阪野智啓

桃山時代に天下人を魅了し障壁画を一手に引き受けた画壇の覇者 狩野永徳と、さまざまな技法や表現を駆使してそれに対抗した長谷川等伯。ライバルと言われた二人の絵画技法や表現がどのようなものであったのか、ひも解きます。またそれらの障壁画の技法や表現は、桃山画壇の中でどのような位置づけにあり、江戸時代に日本美術を席捲した金碧画や水墨画にどのように影響したのか、あるいは孤立的なものであったのか検証を試みます。

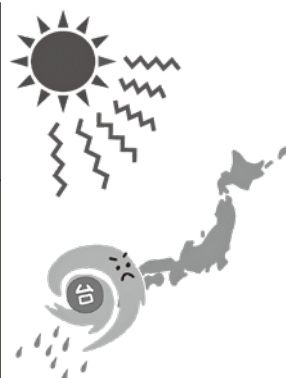
5/16(金)	狩野永徳の「大画」 永徳は父松栄や祖父元信の影響下にあった頃と、安土城、聚楽第、大坂城で腕を揮い天下人を魅了した屏風や障壁画とでは、現存作例を見る限り技法・表現に差異があります。永徳の現存作例は限られており実態が掴みづらいものの、「大画」と称された障壁画の特徴を、父祖との技法の違いから探ります。
6/6(金)	長谷川等伯の「多彩」 等伯の作風は時期によって、あるいは対象物や発注主によって仏画から水墨画、あるいは意匠的なやまと絵風濃彩画まで多種多彩です。本講座では等伯が手掛けた屏風絵や障壁画の技法を中心に、どのような表現を駆使しようとしたのか技法材料の視点で幅広く取り上げてみます。
7/4(金)	次世代の継承と断絶 狩野派は永徳亡き後も隆盛を極めますが、永徳の気風や技法は本流の江戸狩野家ではなく、京狩野家に命脈を保っていきます。長谷川派は衰退するものの、金箔を意匠的に用いた造形技法は近世絵画の特質の一端を担うこととなります。本講座では次世代の動向を見据えることで、技法の継承と断絶を考えてみます。

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

毎日の暮らし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。

5/11(日)	気をつけよう！夏の猛暑と熱中症 昨年の夏(6月～8月)は、2023年とともに最も高い平均気温を記録し、過去最高に暑い夏となりました。地球温暖化など様々な要因が重なって、暑さは年々早まり、長引く傾向にあります。暑さ対策とともに必要なのが、熱中症への注意です。今年の夏はどうなるのでしょうか？最新の情報をもとに探ります。
8/3(日)	台風あれこれ&夏後半の気象 昨年の台風10号は、強い勢力を保ちながらゆっくりゆっくりと迷走し、大きな被害をもたらしました。また14号は中国に上陸しておきながら、急カーブで進路を変えて低気圧に変わった後、日本列島に大雨をもたらしました。同じように見える台風ですが、実は個性がバラバラです。これから来るシーズンに向けて台風の個性を分析しながら、夏後半の気象を解説します。



名古屋芸術大学連携講座

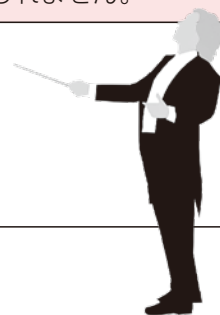
指揮者のヒミツ

ー 見て分かる！デモンストレーション講座 ー

- 定員・回数：40人・3回
- 時間・場所：夜7:00～8:30・スタジオ1
- 費用：受講料600円
- 講師：名古屋芸術大学 芸術学部 音楽領域
非常勤講師 高谷光信

ウクライナ・チェルニーヒウフィルハーモニー交響楽団の常任指揮者を務める講師が、指揮者のヒミツをお話します。指揮者の役割は「演奏者に音の“入り”や“切り”の指示、テンポ・強弱など演奏の指示を与え、演奏者全体をまとめる仕事」と定義されています。しかし、それらを実際に行うためには、たった一振りに人の心理や感覚を動かす多くのカラクリ(テクニック)が隠されています。この講座では、講師の門下生に実際に指揮レッスンをを行いながら、指揮者が使う秘密の技を徹底的に解説していきます。

5/ 2(金)	指揮者のヒミツ その1 <ul style="list-style-type: none"> ・ J. ブラームス / ハンガリー舞曲 第5番 ・ W.A. モーツァルト / アイネ・クライネ・ナハトムジーク 第1楽章 上記の2曲を用いて、ハンガリーの特徴的なテンポの緩急の変化の伝え方や、モーツァルト作品特有の和声法を捉えた指揮法などをレッスン形式のデモンストレーションを用いて解説します。テンポ、強弱だけではない和声が見える指揮とは！？指揮者はジェスチャーのみでどの様に伝えるのでしょうか。
6/ 6(金)	指揮者のヒミツ その2 <ul style="list-style-type: none"> ・ P.I. チャイコフスキー / バレエ『くるみ割り人形』より“トレパック・花のワルツ・金平糖の踊り” チャイコフスキーのバレエ音楽から3曲を用いて、楽曲のキャラクター性を捉えた音楽作りや、交響曲とは違うバレエ音楽特有のテクニックなどを、レッスン形式のデモンストレーションを用いて解説します。バレエ音楽の指揮を見ることで“バレエ音楽の奥深さ”を感じることができるともかもしれません。
7/11(金)	指揮者のヒミツ その3 <ul style="list-style-type: none"> ・ G. ホルスト / 組曲『惑星』より“木星” ・ E. エルガー / 威風堂々 上記の2曲を用いて、英国の作曲家特有のテンポ設定のヒミツや構成、また威厳のある流れに迫る指揮法をレッスン形式のデモンストレーションを用いて解説します。イングランド方式を意識して指揮することで英国紳士に！？その謎に迫ります。



シニア & 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・教材費 実費
- 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み仲間と一緒に過ごしませんか！

5/28(水)	青春プレイバック 昭和歌謡を歌いましょう！ <スタジオ1>	歌声ガイド 小原三恵子
6/25(水)	山車を知ろう 三町の山車の話を聞き学ぼう	岩倉市山車保存会
7/23(水)	介護保険制度について学ぼう いざという時のために	岩倉市役所 長寿介護課 職員
8/27(水)	気楽に折り紙 十五夜お月さまを折ってみよう	折り紙作家 竹内ケイ
9/24(水)	貯筋体操でからだも心もスッキリ	介護予防運動指導員 岩田佳子





申込方法注意

- シニア大学への申込は、1人1学部のみです。
(併願は不可)
- 講座番号と学部を明記してください。

シニア大学は60歳以上を対象に、3学部構成で開催します。年間8割以上の出席があり、学部の最終回に出席した人には、修了証をお渡しします。

講座番号

10

シニア大学 教養学部

- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室 他
- 定員：72人 ※6/13(金)の交通費は自己負担です。

5/23(金)	開講式・寿司はどこから来てどこに向かうのか	料理研究家・管理栄養士 伊藤華づ枝
6/13(金)	防災体験 名古屋市港防災センターにて ※【詳細は5/23の講座でご案内】	
7/11(金)	食の安全 ― 食中毒の予防について考える ―	至学館大学 名誉教授 小塚 諭
8/ 8(金)	シニアの交通安全 歩行者の時・自転車の時	愛知県警察本部あゆみ・江南警察署交通課 職員
9/12(金)	フランス印象派の音楽	セントラル愛知交響楽団 音楽主幹 山本雅士
10/24(金)	スペインの世界遺産	世界遺産アカデミー認定講師 杉浦直樹
11/21(金)	名古屋芸能史	東海学園大学 客員教授 安田文吉
12/12(金)	豊かな老後のために知っておきたいお金の話	J-FLEC 講師 内山龍三
1/16(金)	正岡子規に酷評された百人一首歌人たち	愛知県かるた協会 会長 伊藤孝男
2/13(金)	出前落語で快笑！ 笑いは心のエネルギー・閉講式 <スタジオ1>	社会人落語家 なるみ家笑天

講座番号

11

シニア大学 健康学部

- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室 他
- 定員：45人 ※11/20(木)の交通費と入園料は自己負担です。

5/ 8(木)	開講式・感情との上手な付き合いかた ― 感情コントロール ―	修文大学 短期大学部 教授 尾上恵子
6/ 5(木)	笑いYogaで毎日健康エクササイズ！ <スタジオ1>	インド政府公認ラフターヨガリーダー 後藤衣子
7/ 3(木)	※運動のできる服装でお越しください。	
8/21(木)	歌って！動いて！脳トレも！音楽でイキイキ★ <スタジオ1>	音楽療法士 佐藤友宇子
9/18(木)		
10/ 9(木)	認知症予防は食事から	岩倉市保健センター 管理栄養士
11/20(木)	自然散策 白鳥庭園 ※【詳細は10/9の講座でご案内】	白鳥庭園ガイドボランティア
12/11(木)	はつらつリズム体操	名古屋リズム体操クラブ 講師 大塚雅恵
1/ 8(木)	※ 運動のできる服装でお越しください。	
2/ 5(木)	※ 2/ 5(木)は、終了後に閉講式を行います。	

講座番号

12

シニア大学 社会学部

- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室 他
- 定員：72人 ※10/14(火)の交通費は自己負担です。

5/13(火)	開講式・鸚鵡籠中記(おうむろうちゅうぎ)に見る名古屋の災害	名古屋大学 名誉教授 溝口常俊
6/10(火)	間違いだらけの名古屋(岩倉)めし(!?)	フリーライター 大竹敏之
7/ 8(火)	愛知県の円空仏	円空学会 理事長 小島梯次
8/ 5(火)	東海の建築散歩 ― 建物の見方・調べ方 ―	名城大学 理工学部 准教授 三浦彩子
9/ 9(火)	名古屋から消えたまぼろしの川と池	郷土史研究家 前田栄作
10/14(火)	歴史街歩き 名古屋 堀川・四間道・円頓寺界限 ※【詳細は9/9の講座でご案内】	「ものづくり文化の道」マイスターの会
11/11(火)	いわくらの町 歴史再発見	岩倉市郷土研究会
12/16(火)	暮らしの防犯 ご用心！住宅侵入盗・特殊詐欺	愛知県警察本部のぞみ・江南警察署生活安全課 職員
1/20(火)	岩倉の歴史より	岩倉市役所 生涯学習課 職員
2/17(火)	瀬波郡(にわぐん)の古墳・閉講式	NPO 法人古代瀬波の里文化遺産ネットワーク 望月友恵

講座番号

13

快適な暮らしのための色彩学

- 定員・回数：40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：元椋山女学園大学 教授 石原久代

私たちの生活の中で五感を通じた情報の65%以上が色彩情報であると言われています。身近にある多くの色は、人に対して心理的、生理的な影響を及ぼす力を持っています。色は上手に使えば快適な暮らしに貢献しますが、使い方によって不快なものになってしまいます。この講座では色の基本的な働きについて事例をあげて説明しますので、皆さんの生活に上手に活かしてください。

5/22(木)	生活に活かすカラーコーディネート 住生活や食生活の色を中心に基本的な色の見え方を説明します。具体的には好ましい色とは、色はどうして見えるか、年齢による色の見え方、食べ物を美味しく見せる色の効果、照明と色の関係など説明します。皆さんの身近な食べ物や食器の色、インテリアの色などに上手に活かしてください。
6/19(木)	自分らしさを表現するカラーコーディネート 衣生活において服装の色彩は、コーディネートによってイメージアップしますが、使い方によっては欠点が増強され、違和感が出たりします。この回では、色彩の基礎的なカラーコーディネートの方法やパーソナルカラーのルールをお話します。自分自身の体型の欠点をカバーし、自分にあった服装色を考え、活用してください。



講座番号

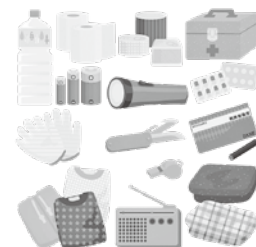
14

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：20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。

6/11(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。
7/ 2(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

15

毎日カンタン5分おそうじ ー ナチュラル洗剤を使って ー

- 定員・回数：20人・3回
- 時間・場所：午後 1:30～3:30・料理室
- 費用：受講料 600円・教材費 2,500円
- 持ち物：エプロン・ゴム手袋他(詳細は受講決定後にご案内)
- 講師：お掃除研究家 小笠原文恵

大掃除をしなくてもキレイをキープしたいもの。秘訣は、毎日のちょこちょこ掃除。5分でできる簡単お掃除メニューを多数ご紹介します。そして続けるポイントは、洗剤や道具をシンプルに。簡単お掃除には、重曹・クエン酸・セスキ炭酸ソーダ・過炭酸ナトリウムなどのナチュラル洗剤が最適です。今年の夏は、簡単お掃除で、お部屋も気持ちもスッキリしましょう！

5/15(木)	おそうじの基本 ナチュラル洗剤の使い分け／簡単5分おそうじ
6/19(木)	夏を迎える前のカビ予防 除菌・カビ予防／意外と簡単 窓そうじ
7/24(木)	真夏を快適に！掃除を楽に済ませる方法 エアコン・換気扇そうじ／自宅のおそうじルーティン




★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

16 ハーブで暮らしをリフレッシュ

- 定員・回数：16人・2回
- 時間・場所：午前 10:00～12:30・プログラムに記載
- 費用：受講料 400 円・教材費 3,000 円
- 持ち物：プログラムに記載
- 講師：ジャパンハーブソサエティー 上級インストラクター 丹羽憲子


ハーブを取り入れた生活を楽しんでみませんか？ハーブには、さわやかで豊かな香りとともに、暮らしに役立つ効能がたくさん詰まっています。寄せ植えでハーブを育てながら、おいしく楽しく活用する方法をお伝えします。

5/24(土)	ハーブの寄せ植え ミント活用法 < 工芸室 > ハーブの寄せ植えを作りながら、夏に嬉しい、おしゃれなミントの飲み物や台所で活躍するミントの使い方を紹介します。 < 持ち物：エプロン・手ふきタオル > ※汚れても良い服装でお越しください。	
6/28(土)	ハーブで楽しむデザートタイム - 夏のハーブのスイーツと飲み物 - < 料理室 > ハーブティーを使って、カラフルで見た目可愛いドリンクやデザート<ポッピングゼリー>を作ります。 < 持ち物：エプロン・ふきん 2 枚・台ふき 1 枚 >	

講座番号

17 ゆっくりDIY 大人の木工教室 回転する 玄関スツール


- 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 2,600 円
- 持ち物：(滑り止めつき)作業用手袋・エプロン・定規(30cm)・Bの鉛筆
- 講師：中部地区 DIY アドバイザー連絡会

5/30(金)	ナチュラルな木の質感を活かして、玄関スツールをつくります。腰かけて靴を履いたり、荷物をちょっと置いたり、玄関にあると重宝するコンパクトな椅子です。花や小物を飾ることもでき自由な活用ができます。八角形の座面は回転します。 < 作品サイズ：高さ 40cm・座面 30cm(八角形)・足幅 38cm(4 本足) > ※動きやすく、汚れても良い服装でお越しください。	
6/13(金)		
6/27(金)		
7/11(金)		

講座番号

18 “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
- 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


7/13(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。)	 <p>スマートフォンの貸出しは、ありません。</p>
7/27(日)		

講座番号

19 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。

5/19(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		
6/ 2(月)	・正しい文字の形を知り、自信がつく！ 漢字マスター編		
6/16(月)	・手紙を書いてみよう		・「自分の名前」をキレイに書くには
6/30(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 >
7/14(月)	・筆ペンに挑戦		・のし袋を書いてみよう < 持ち物：筆ペン >

※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。

★ 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

20

心を伝える 「絵手紙」入門

- 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700円
- 持ち物：プログラムに記載・画材は講師が用意します。
- 講師：日本絵手紙協会 若森量子

「ヘタでいい。ヘタがいい」個性が出ればいい。素直な自分が出たら、必ず相手に届きます。口に出して言えないことも、「あら、不思議 かけちゃうわ！」世界に一枚しかない、あなたの絵手紙をかいてみませんか。

5/20(火)	絵手紙の基本と楽しさ	< 持ち物：ピーマンまたはパプリカ 1個 >
6/ 3(火)	新鮮な野菜を描こうⅠ & 名前の消しゴム印づくり	< 持ち物：トマト・なす >
6/17(火)	新鮮な野菜を描こうⅡ & 独楽吟	< 持ち物：キュウリ・(あれば)紫陽花 >
7/ 1(火)	夏のご挨拶 & 描きたいものを描こう	< 持ち物：描きたい夏の素材 >



講座番号

21

水引でつくる季節の飾り — 金魚 —

- 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1,500円
- 講師：水引工芸師範 石原郁子

5/29(木)	慶事などで使われる「水引」を用いて、金魚の飾りを作ります。基本となる伝統の結び方を学びながら、金魚の形に組んでいきます。かわいらしい季節の飾りをお部屋にどうぞ。
6/12(木)	
6/26(木)	



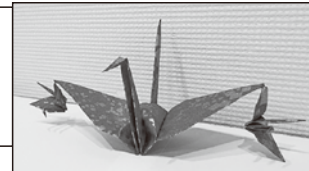
講座番号

22

折って楽しむ はじめての「連鶴」

- 定員・回数：12人・2回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：受講料400円・教材費1,000円
- 持ち物：鉛筆・はさみ・定規(30cm)・カッターナイフ
- 講師：日本折紙協会 折紙講師 奈良崎ひさ子

5/29(木)	江戸時代から伝わる技法で、「連鶴(れんづる)」を折ってみませんか。一枚の紙に切り込みを入れ、切り離さない技法で、いくつもの鶴を折っていきます。ゆっくり丁寧な指導で、幸せを運んでくるといわれる鶴を折ってみましょう。
6/12(木)	



講座番号

23

大人かわいい プラカゴバッグ

- 定員・回数：12人・2回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・研修室1
- 費用：受講料400円・教材費1,800円
- 講師：プラカゴ作家 söpölanika

6/28(土)	梱包用でおなじみのPPバンドで大人かわいいカジュアルバッグを作ります。PPバンドで作るバッグは、軽くて丈夫、水洗いもできるのが魅力です。ちょっとしたお買い物や雨の日のお出かけなど、シーンを選ばず楽しめます。 < 作品サイズ：横23cm×高さ20cm×奥行11cm > ※色は、クッキーブラウン・ネイビー・ブラックから選べます。
7/12(土)	



講座番号

24

夏のしつらえ モバイルアート

- 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1,500円
- 講師：せんい作家 宮崎祥子

7/ 8(火)	夏の風に揺れる、涼しげな魚と貝殻のモバイルを手作りしませんか。糸と針金を使って、30種類以上の糸から選び、軽やかに泳ぐ魚やシェル、カラフルな糸玉を組み合わせたモバイルを作ります。お部屋に飾れば、ゆらゆらと夏のインテリアにもぴったり。自分だけのモバイルを完成させましょう。
7/15(火)	



講座番号

25

こころとからだを整える！ 美活エクササイズ

- 定員・回数：15人・4回
- 時間・場所：夜 7:00～8:30・スタジオ 1
- 費用：受講料 800円・教材費 700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：健康運動指導士 柘植由美根

5/12(月)	月曜日の夜は、この講座で心身ともに整えましょう。スモールボールを使ったエクササイズで、身体のコンディションを優しく整え、美しい姿勢を目指し、骨盤底筋も鍛えます。ラストは、心地よいリンパストレッチで、筋の緊張を取り除き、老廃物を除去。極上のリラクゼーション効果が得られます。心のバランスも整えて、週末まで元気に過ごしましょう！ 運動ができる服装でお越しください。(素足で行います。)
5/26(月)	
6/9(月)	
6/23(月)	



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言われています。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。
運動ができる服装でお越しください。

5/20(火)	ぽっこりお腹を引き締める！
6/3(火)	見た目が5歳若返る！？ 猫背改善
6/17(火)	おうちで簡単に出来る！ 腰痛予防・改善
7/1(火)	これでスッキリ！ 肩こり予防・改善
7/15(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

台湾茶・中国茶の愉しみ — 五感で味わう癒しの時間 —

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午後 1:30～3:30・料理室
- 費用：受講料 600円・教材費 3,000円
- 持ち物：ふきん 2枚・台ふき 1枚
- 講師：中国茶講師 室川健一

台湾茶・中国茶の基礎知識を学びます。香りも味わいも豊かな台湾・中国茶。中国6大分類を知ることで日常生活に役立つ講座です。毎回4～5種類のお茶をテイस्टングしながら、淹れ方も学びます。リラックス効果もあり、ストレスの多い人におすすめです。

6/6(金)	台湾茶・中国茶の基礎知識	
7/4(金)	6大分類の特徴を知る	
8/1(金)	ストレスが溜まった時のお茶	

講座番号

28

東南アジア仕込み カレー 本格CURRY講座

- 定員・回数：16人・2回
- 時間・場所：午前 10:00～12:30・料理室
- 費用：受講料 400円・教材費 3,300円
- 持ち物：エプロン・ふきん 2枚・台ふき 1枚
- 講師：カレー研究家 酒井佳樹

東南アジア各地でカレーを学んだカレー研究家が教えます。小麦粉を使わず、香味野菜とスパイスだけで作るアジアのカレーは、想像しているよりも簡単で、コツさえ押さえれば失敗なく美味しく仕上がります。日本のカレーとアジアのカレーの違いなど、根底に流れる考え方もお伝えします。

5/18(日)	基本を学ぼう！ チキンカレーとヨーグルトラッシー	
6/15(日)	応用を利かせて家庭で作ろう！ 野菜カレーとドライカレー	



★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

29

名古屋調理師専門学校 連携講座
薬膳はじめの一步
 - 夏の薬膳 -

- 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
- 講師：名古屋調理師専門学校 教授 鈴木良武

薬膳とは、「食材が持つ効能を生かした料理」です。本来は、普通の食生活に取り入れられるべき身近なもので、特別な材料を使う料理ではありません。薬膳のとらえ方は、昔から日本人になじんできたものばかりです。薬膳料理の基本を学び、暑い夏を乗り切りましょう。

5/27(火)	夏の特徴 <グリーンピースとあさりのパスタ・スズキのソテー梅しそソース・チェリーパイ>	
6/24(火)	夏に起こりやすいトラブル <みょうがご飯・豆腐の中華そばろあん・メロンのデザートスープ>	
7/ 8(火)	夏薬膳のポイント <塩こんぶと枝豆のおにぎり・ゴーヤと豚肉のマリネ・バナナのパンケーキ>	

★★★★★ こ・だ・わ・り・の・1DAY講座 ★★★★★

講座番号

30

手軽に美味しく
ぬか漬け講座

- 定員・回数：16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 500 円
- 持ち物：エプロン・ふきん 2 枚・台ふき 1 枚
- 講師：つけもの講師 柴田哲典

7/12(土)	ぬか漬けは、日本の発酵文化が生んだ伝統食品です。乳酸菌やビタミンBをたっぷり含み、栄養価も豊かです。ぬか床をしっかりと保てば、家庭でも手軽に美味しくつくれます。講座では、発酵のお話を聞きながら実際にぬか床をつくり、管理方法・おいしい漬け方が学べます。
---------	---



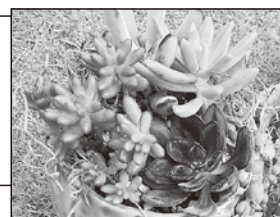
講座番号

31

多肉植物☆
ぎゅうぎゅう寄せ植え

- 定員・回数：16人・1回
- 時間・場所：午後 1:30 ~ 3:00・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：グリーンアドバイザー 大島紀子

6/ 7(土)	肉厚でぷっくりとした姿がキュートな多肉植物。おしゃれな鉢に、いろいろな種類をぎゅうぎゅうに詰め込んで、かわいい寄せ植えを作ってみませんか。多肉植物は手間がかからず、お部屋の中にもインテリアとして飾っておけます。長持ちさせる管理方法も教えます。汚れても良い服装でお越しください。
---------	--



講座番号

32

Art×香り
アートフレグランスボトル

- 定員・回数：12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 1,200 円
- 講師：アルコールインクアート講師 成田邦子

6/14(土)	お好みの香りでルームフレグランスを作り、ガラスアートを施したアートフレグランスボトルを作ります。ブレンドされたアロマオイルから心地よい香りを選びながら、ボトルの色をデザインします。アート×香り、今の自分に贈る1本をどうぞ。
---------	---



※レジン、無水エタノール(高濃度アルコール)を使用しますので、体調に注意してご参加ください。

★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。

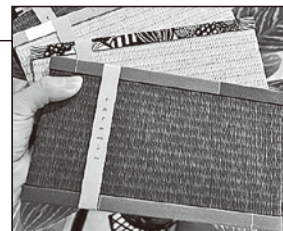
講座番号

33 モダンに愉しむ まめ畳

- 定員・回数：12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 1,500円
- 講師：畳こもの作家 今井 恵

6/15(日)

畳屋さんによる、畳づくりと同じ工程で「まめ畳」を作ります。畳おもての色と多種多彩な畳へりから、お好みの組み合わせを選ぶところから始まります。和のテイストを持ちながら、モダンなインテリア雑貨として、いろいろな使い方が愉しめます。
<作品サイズ：縦 11cm×横 20cm>



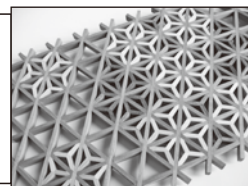
講座番号

34 伝統技術を学ぶ 組子細工体験講座

- 定員・回数：12人・1回
- 時間・場所：午後 1:30～3:00・工芸室
- 費用：受講料 200円・教材費 2,500円
- 講師：木工組子細工職人 山田典幸

5/25(日)

日本の伝統技法である「組子細工」は、釘などを使用せず、細かく切った木材を幾何学的な文様に組み上げる木工技術です。古くから建具装飾に使われてきた歴史と手作業で緻密に組み上げる技術、またデザイン性の高い幾何学文様の世界を、実演を交えて紹介します。最後に伝統柄のコースター作りを体験します。



★★★★★ 市役所との共催講座 ★★★★★

講座番号

35 明日から使える 「やさしい日本語」入門編

〈協働安全課〉

- 定員・回数：20人・1回
- 時間・場所：午後 2:00～3:30・研修室 2
- 費用：受講料 無料
- 講師：「入門・やさしい日本語」認定講師 西村恵美子

7/26(土)

「やさしい日本語」とは、日本語の言葉や文法、文章の長さなどに配慮し、わかりやすくした日本語です。日本で暮らす外国人が増える中、コミュニケーションを助ける大切なツールとして注目されています。講座では、「やさしい日本語」のコツやポイントを、実際に体験しながら学びます。



講座番号

36 ノーベル平和賞授賞式に参加して被爆体験を伝え 核兵器のない世界をめざす

〈秘書人事課〉

- 定員・回数：60人・1回
- 時間・場所：午前 10:00～11:30・研修室
- 費用：受講料 無料
- 講師：日本被団協 代表理事 金本 弘
日本被団協 二世委員会 副会長 大村義則

7/12(土)

今年は、広島・長崎が被爆してから 80 年。講師が 9 か月の時に姉に背負われて広島で被爆した体験を語ります。また、ノルウェーのオスロで行われたノーベル平和賞の授賞式での模様をお伝えしつつ、被爆の証言を発信し続け核兵器廃絶を求めてきた被爆者の運動がノーベル平和賞を受賞した意味をお話します。

講座番号

37 80年前 わたしたちの足もとの戦争

〈秘書人事課〉

- 定員・回数：60人・1回
- 時間・場所：午前 10:00～11:30・研修室
- 費用：受講料 無料
- 講師：愛知・名古屋戦争に関する資料館アドバイザー
ピースあいち理事 西形久司

8/16(土)

今年は戦後 80 年。80 年前、名古屋や一宮の近郊のまちとして、戦争の波は容赦なくわたしたちの足もとにも押し寄せてきました。このまちはどのような戦争の時代を過ごしたのか——いままであまり知られていなかった史料を紹介しつつ、80 年の時をさかのぼって解き明かしていきます。

★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。

★★★★★ 子育て・親育ちの講座 ★★★★★

講座番号

38 子育てははじめの一步
＜託児(無料)つき＞

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午前10:00～11:30・研修室1(6/10のみ料理室)
- 費用：受講料 無料・教材費 500円
- 持ち物：(6/10のみ)エプロン・ふきん2枚・台ふき1枚
- 講師：プログラムに記載

子育ては、未経験のことばかり。だから、毎日バタバタして疲れてしまう…。子育てのことがわかれば、気持ちに余裕がでできます。この講座で、子育てのヒントをみつけませんか。園児を持つママも、これからママになる人もどうぞ。

5/27(火)	子どもの育ちと絵本の関係	児童図書相談士 久原幸子
6/10(火)	子どもが喜ぶ 野菜たっぷりかんたんレシピ＜調理実習＞	名古屋調理師専門学校 教授 鈴木良武
7/7(月)	どうしたらうまくいく？ きょうだいの子育て	椋山女学園大学 教育学部 教授 石橋尚子

※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(⑥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

39 子育てママのエクササイズ
＜託児(無料)つき＞

- 定員・回数：12人・1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・大判のバスタオル(またはヨガマット)
- 講師：健康運動指導士 柘植由美根

5/19(月)	子どもに振り回される毎日で、自分の時間がないママへ。音楽に合わせて体を動かして、リフレッシュしませんか。出産で緩みがちの骨盤底筋も鍛えます。最後はリラクゼーションで、体を癒すぜいたくな90分！こころもからだもスッキリすれば、子育ても楽しくなりますよ。園児、小学生を持つママもどうぞ。 動きやすい服装でお越しください。(素足で行います)
---------	--



※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(⑥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

40 おやこdeつくろう！
★ ミラーを選んでつくる「万華鏡」

- 定員・回数：小学生と保護者8組・1回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：受講料 無料・教材費 1,000円(お子さん1人につき)
- 講師：万華鏡作家 長浜惠幸

6/28(土)	筒をゆっくりまわすと景色が変わっていく万華鏡。2枚のアルミミラー板の組み合わせで、景色が無限に広がります。和紙を貼りつけた筒もすてきです。万華鏡のしくみを学び、「長く楽しめる」本格的な万華鏡をつくりましょう。
---------	--



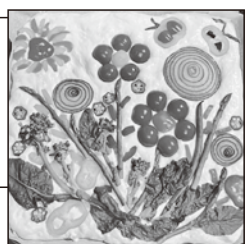
※お子さんは、兄弟姉妹(小学生)に限り受け付けます。申込みの際、④受講者氏名は、保護者(祖父母可)の名前(ふりがな)、⑦に、お子さんの名前(ふりがな)・学年・性別を記入してください。お子さんが2人以上の場合は、併記してください。

講座番号

41 おやこdeつくろう！
野菜のフォカッチャ
＜ミネストローネつき＞

- 定員・回数：小学生と保護者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 1,300円
- 持ち物：エプロン・三角巾(またはバンダナ)・台ふき1枚
ハンドタオル2枚・タオル(調理器具ふき用)2枚
- 講師：パン講師 加納利子

7/30(水)	イタリアの伝統的なパン＜フォカッチャ＞を作ってみませんか。シンプルなパンにちょっとアレンジ！真っ白な生地をキャンバスに見立てて、野菜でお絵かきをします。どんな絵にする？焼き上がったら、食べるのが惜しくなっちゃうかも。 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2人まで受け付けます。申込みの際、④受講者氏名は、保護者(祖父母可)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。

講座番号

42 子どもかきかた教室

- 定員・回数：小学1年生～6年生12人・2回
- 時間・場所：午前10:00～11:00・研修室2
- 費用：受講料 無料・教材費 500円
- 持ち物：消しゴム・筆箱
- 講師：書道師範・筆耕士 吉田美和子



7/31(木)	テストの答えやノートは、丁寧な字で書いていますか？きれいな字は、読みやすく、内容もしっかり伝わりやすいです。せっかくの夏休み。ひらがな、数字のかきかたをしっかりと学んでみませんか。2日間で字が変わりますよ。
8/1(金)	鉛筆は講師が用意します。

講座番号

43 バナナの茎 de 紙すき体験

- 定員・回数：小学1年生～6年生12人・1回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：受講料 無料・教材費 200円
- 講師：森林を守るバナナくらぶ 代表 林 鈴夫



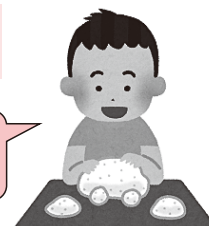
5/31(土)	みんなが大好きなバナナ。バナナの茎をつかって、紙すきを体験してみましょう。紙がどうやって作られるのかも学びます。できあがった紙は、世界で1枚しかない「はがき」になります。ぜひ体験してみてくださいね。
---------	---

講座番号

44 子ども陶芸体験教室

- 定員・回数：小学3年生以上～中学生12人・2回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：受講料 無料・教材費 2,000円
- 持ち物：汚れてもよいタオル
- 講師：陶芸家 松本歳郎

長い夏休み。すてきな体験をしませんか。ぎゅっぎゅっと粘土をこねて、形をつくっていきます。何ができるかな。モノづくりの楽しさを体感してみましょう！焼成は講師が行います。



7/28(月)	毎日使える！オリジナル・マイカップをつくろう	汚れてもよい服装で来てね。
8/4(月)	きょうは、一日陶芸家！オブジェを作ろう	

講座番号

45 子ども理科工作教室

- 定員・回数：小学3年生～6年生12人・2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：はさみ・定規(30cm)・筆記用具
- 講師：NPO法人わが家流子育て応援団ふりあん

理科で学習する原理を使ったおもちゃなどを作りましょう。「どうしたらうまくできるかな？」と考えて作ることによって、工夫する力や発想力が伸びます。さあ、夏休みにじっくり取り組んでみましょう。



8/8(金)	つくってみよう！ ゆらゆらゆれる モビール
8/22(金)	つくってみよう！ ふうせん de うごく「ワニくん」

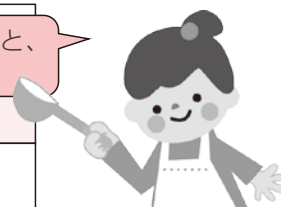
講座番号

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。

5/11(日)	料理で台湾へGO! ルーロー飯・おめかしプリンパフェ	みんなで作ると、おいしいよ♡
6/8(日)	みんな大好き とろ〜りチーズ in ハンバーグ・かんたん！巻き巻きソーセージパン	
7/13(日)	暑い日のお手軽ランチ - 中国 四川へGO! - 冷やしタンタンめん風豆乳うどん・オープンピザ風オムレツ	



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・プログラムに記載
- 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。

5/17(土)	ルールとマナー・1手詰め・8枚落ち	対局	まわり将棋	< 工芸室 >
5/31(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 >
7/12(土)	駒得の手筋・序盤の駒組・振り飛車戦法	対局	はさみ将棋	< 研修室2 >
7/19(土)	形勢判断・横歩取り戦法・角換り腰掛け銀	対局		< 工芸室 >
8/9(土)	藤井聡太七冠の棋譜並べ	対局	級位認定(5級～20級)	< 研修室2 >



王将 ◆ 飛車 ◆ 龍馬 ◆ 歩兵 ◆ 銀将 ◆ 金 ◆ 香車 ◆ 角行 ◆ 桂馬 ◆ と ◆ 歩兵 ◆ 龍王 ◆ 玉将 ◆ 金将

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、ご了承ください。

台湾国語(台湾式中国語)から学ぶ
中国語の基礎

- 定員・回数：20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1,000円
- 持ち物：ノート
- 講師：中国語講師 越坂 良

台湾式中国語(台湾国語)を通じて、発音(四声・声調変化)や基本的なフレーズなど中国語の基礎を学びます。中国語では発音が最も重要であるため、発音練習に重点を置いて、中華料理・歴史・文化・旅行などの身近な話題と結びつけながら中国語への理解を深めていきます。

6/7(土)	中国語の概要、発音練習①、あいさつ・決まり文句①
6/14(土)	発音練習②、あいさつ・決まり文句②、会話練習①
6/21(土)	発音練習③、あいさつ・決まり文句③、会話練習②
6/28(土)	発音練習④、あいさつ・決まり文句④、会話練習③
7/5(土)	発音練習⑤、あいさつ・決まり文句⑤、会話練習④

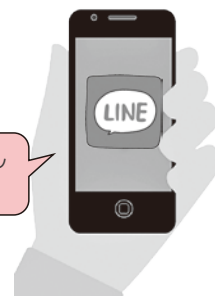
多機能で使い勝手が魅力のアプリ
LINEを学んでみませんか？

- 定員・回数：15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1,100円
- 持ち物：スマートフォン(iPhone・Androidとも可)
充電コード・充電器
- 講師：愛知県デジタルサポーター 磯田岩雄

LINEは、多機能で直観的な使い勝手が魅力のメッセージングアプリです。簡単便利なLINEを学んで、いつでもどこでも大切な人と、コミュニケーションを楽しみましょう。

6/12(木)	LINEアプリを入手し、トークや無料通話を楽しもう
6/26(木)	仲間とのグループトークを楽しもう
7/10(木)	LINEの快適 & 便利技を習得しよう
7/24(木)	LINEの多彩なサービスを活用しよう
7/31(木)	LINEを安全に使うためのQ&A

スマートフォンの貸し出しはありません。



“イメージを形に” 陶芸体験

- 定員・回数：12人・3回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・工芸室
- 費用：参加費1,500円・教材費5,300円
- 持ち物：エプロン・タオル
- 講師：陶芸講師 大口雅文

“作りたい”を形に！をテーマに、簡単な作品作りからステップアップしていきます。色々な陶芸方法でオンラインの作品を作ってみましょう。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。

汚れても良い
服装でお越し
ください。



6/ 4(水)	簡単皿作り	－好きな型のお皿を制作－
7/ 2(水)	手びねり体験	－ゆのみ・マグカップ・茶わんから1点制作－
8/ 6(水)	ひもづくり体験	－少し高さのある作品作りに挑戦－

バランスボールで 楽しく運動しよう

- 定員・回数：15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
- 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/ 4(水)	バランスボールは座っているだけでもたくさんの体幹を鍛えられ、膝や腰に負担が少なく、自分に合った強度で運動ができます。講座では楽しい音楽に合わせて、有酸素運動を中心に脳トレや筋力トレーニングを行っていきます。自律神経を整えて、笑顔いっぱい！元気いっぱい！身体の中から美しくなりましょう。	
6/18(水)	バランスボールは、講師が用意します。	
7/ 2(水)	運動ができる服装でお越しください。(ジーパンは不可)	
7/16(水)	※産後2ヶ月以内の人は参加いただけませんのでご注意ください。	
7/30(水)		



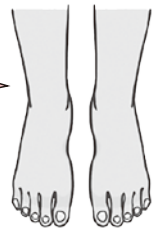
今こそフットケア！ 足から元気に美しく

- 定員・回数：10人・5回
- 時間・場所：午後1:30～3:30・スタジオ1
- 費用：参加費2,500円・教材費200円
- 持ち物：足ふき用タオル・水分補給の飲み物
- 講師：医療フットケアスペシャリスト 新井晴美

自分らしく楽しく生きていくための健康講座です。いつまでも行きたいところへ行ける足をめざして、毎回足ゆびのストレッチや運動を交え、身体も心も元気になれる「トータルフットセルフケア」をわかりやすくお話しします。

6/ 1(日)	自分の足を知る	<足ゆびストレッチ+足うらボール運動>
6/15(日)	足の役割を知る	<足ゆびストレッチ+足ゆびで物づかみ>
6/29(日)	フットケアの基本	<足ゆびストレッチ+足ゆびおはじき>
7/13(日)	セルフケアとは？	<足ゆびストレッチ+不織布ギャザー>
7/27(日)	いつまでも行きたいところへ行ける足	<足ゆびストレッチ>

素足で
行います。



繰り返さない！ 腰痛・肩こり改善ストレッチ体操 －イスを使って－

- 定員・回数：20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）・五本指ソックス
フェイスタオル2枚・水分補給の飲み物
- 講師：パーソナルトレーナー 浅井笑美

6/10(火)	腰痛や肩こりを繰り返さないために大切なことは、セルフケアや身体にやさしい日常動作です。腰の負担を軽減する座り方や座れる姿勢をめざして、筋膜リリースやストレッチ・軽運動を行います。膝の負担を減らす立ち方・座り方の動作も練習します。	
6/24(火)		
7/ 8(火)	運動ができる服装でお越しください。	
7/22(火)		
8/ 5(火)		



申込方法

★申込受付期間 4月2日(水)～4月10日(木)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	□□□□□□	①講座番号 講座名
返信	お名前	②住所
	あなたの住所	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。
- ・【特別講座】(講座番号1)を希望される人は、①に1-A(会場受講)または1-B(オンライン受講)のいずれかを、必ず選択・記入してください。
- ・【託児つき講座】(講座番号38・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40・41)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】を記入してください。
- ・【受講料無料の講座】
(講座番号10～12・35～41)に申し込まれる岩倉市外在住で市内在勤・在学の人は、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。
- ・5月2日(金)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。

★ 申し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。

