



教養・生活実技講座

No.	講座名	講師	回数	開講日	曜日	時間	教室	定員	受講料	講座内容
10	Gute Reise! 旅行に使える便利なドイツ語	ベートラ・バルムシュ氏	12	4/3・10・17、5/22・29、6/5・12・19・26、7/3・10・17	金曜	10:00～12:00	研修室	24	¥7,500	ドイツ語はドイツ、オーストリアやスイスで使えます。今回は海外旅行をテーマに空港で、ホテルで、駅で、など旅先で使えるドイツ語表現とその使い分けを学習します。
11	ハンドベル入門講座「賛美歌から童謡まで演奏してみよう！」	日本ハンドベル連盟認定講師 五十嵐 しのぶ氏	12	4/4・11・18・25、5/9・16・23・30、6/6・13・20・27	土曜	13:30～15:30	音楽室3	16	¥12,500	ベルの歴史と発展、奏法などハンドベルの魅力と音色を習得します。実技では基本的なベルの持ち方・鳴らし方から学び、易しい宗教曲や童謡まで練習します。初心者のかたから、再受講したい方までどうぞ。
12	Improve & Enjoy English 残りわずか	ニコル・ガニエ・マノ氏	12	4/7・14・21・28、5/12・19・26、6/2・9・16・23・30	火曜	14:00～16:00	語学室	30	¥10,000	ネイティブ講師による英会話レッスン。「学校英語」で培った英語の知識を実際のコミュニケーションに役立てましょう。中学校レベルの英語を学んだ方対象。
13	水のある風景を描く日本画入門講座	日本画講師 浅岡博司氏	8	4/7・14・21・28、5/12・19・26、6/2	火曜	13:30～15:30	美術室	20	¥15,000	初心者から経験者まで対象です。講座では絵具の使用法から専門的な技法まで学び、作品を完成します。「水のある風景」は写真を使いますので、描いてみたい水に関係した写真をご持参ください。
14	パソコンで描く水彩画講座～「水彩8」使用～	電彩アート認定講師 金岡 健二氏	10	4/8・22、5/13・27、6/10・24、7/8・22、8/12・26	水曜	10:00～12:00	研修室3-3	12	¥15,000	筆のタッチを活かしてパソコン上で楽しく絵を書くソフト「水彩8」を使用します。気軽に水彩画を趣味にしましょう！※ノートパソコン持参/ソフト代込み 2月15日(日)13:30より「水彩8」無料体験会(申込・PC不要/先着20名)を開催します。
15	ポーセラーツ入門教室	日本ヴォーク社認定インストラクター 鈴木 直美氏	6	4/8・22、5/13・27、6/10・24	水曜	14:00～16:00	研修室2-1	16	¥15,500	格調高い華やかさによる工芸付けを、転写紙(転写ツール)を磁器に自由に切り張りして絵付けし、高温で焼きつけて簡単にオリジナル作品を作る新感覚のアートです。マグカップ、カップ&ソーサー、お茶碗と箸置きなど作ります。作品はすべてお持ち帰りいただけます。
16	メディカル・アロマセラピー入門講座「アロマの香りで美脳作り～家庭で出来る施術実技～」	アロマタッチ認定講師 露口富江氏	6	4/9・23、5/8・21、6/11・25	木・金	14:00～16:00	研修室	20	¥14,500	アロマの効用・香りは直接脳に伝達されます。ご自分の好きな香りでストレスや疲れを軽減させる講座です。施術とクリーム作りも体験。今回はハンドブックとイントロキットが教材となります。(女性限定)
17	背骨コンディショニング入門講座	(社)背骨コンディショニング協会理事 スペシャリスト 藤井聖司氏	6	4/9・23、5/14・28、6/11・25	木曜	10:00～11:30	スタジオ	35	¥6,000	骨や神経の解剖学や諸症状の原因を知る「知識編」と歪みを矯正して歪まない体作りの体操「実践編」で、コリ・痛み・しびれを改善することを目的とした講座です。初めての方は教材費(¥3,000)が別途かかります。
18	ゼミナール・万葉集入門講座(前期)	日本エッセイスト・クラブ会員・毎日書道会会員 今野耕作氏	9	4/13・20・27、5/11・25、6/8・15・22・29	月曜	14:00～16:00	研修室2-1・2-2	48	¥4,500	解説・鑑賞のポイント・音読を指導、書いて覚える教室です。今回は斎藤茂吉の名著「万葉歌 下巻」にそって、巻八から巻十三まで読みます。万葉集は初めての方にもなじめる入門講座です。持ち物:ノート(無地)、鉛筆5B(筆ペン・水性ペンも可)
19	ペーパーフラワーの アートな小物作り教室 残りわずか	パンチパンチジャパン公認インストラクター 松浦 みどり氏	3	4/16、5/21、6/18	木曜	10:00～12:00	研修室2-1	12	¥3,500	クラフトパンチで抜いた絵柄を重ねたり、組み合わせた立体的なペーパーフラワーを作ります。3回でフォトフレーム、小箱、コースターを立体的なお花系素敵なアートに仕上げます。持ち物:筆記用具
20	美しく・正しく レニング講座			満員御礼						歌い方、発声のテクニックをマスターするためのヴォイストレーニング教室。人前で自信を持って楽しく歌えることを目標とします。
21	和裁講座 初級(浴衣入門)	NPO縫和楽プロジェクト 理事長 和裁士 渡会 良寛氏	5	4/25、5/9・23、6/6・20	土曜	10:00～12:00	研修室2-3	24	¥5,000	浴衣づくりの入門編。教材は短幅(36センチ前後)木綿地の146センチ1/2縮尺モデルで、浴衣縫製の基本を確実にやさしく学べます。持ち物:縫い針(四ノ三が好ましい)、糸
22	占星術入門(インド式) 残りわずか	「鑑定家」代表占星術師 佐藤 秀氏	5	5/9・23・30、6/13・20	土曜	14:00～16:00	研修室2-3	24	¥2,500	ヘレニズム時代に西方からもたらされたホロスコープが現地の占いと融合し生まれたインド式占星術。古代から受け継がれてきた占星術を学び、自分でも占えるようチャレンジしましょう。
23	歌と表情筋トレーニング(腹式呼吸で健康増進)	はるはな府中	4	5/12・19、6/2・16	火曜	13:30～15:30	スタジオ	20	¥3,500	笑顔で歌ってポジティブエイジング!なじみの曲を大きな声で歌って健康寿命をのばしましょう。
25	陶芸入門教室 残りわずか	陶芸家 高木 芳子氏 陶芸ボランティア	8	5/20・22・27・29、6/3・5・10・12	水・金	10:00～12:00	工房1	20	¥8,000	粘土をこね、形を作り、釉薬掛け、電動ろくろ体験をし、8回の講座で自作の陶器が4～5個出来上がります。焼き上がりの自分の作品を見る楽しさは格別です。
26	就職活動突破の実践ゼミ	元京王エージェンシー社長・埼玉大学特任教授 今野 耕作氏	2	5/23・30	土曜	14:00～16:00	研修室2-1	24	¥1,000	主に主婦や転職を希望する方を対象に会社選び、エントリー、自己分析、志望動機、面接の実務を、グループ指導で行います。
27	悠学の会企画講座 歌で学ぶ手話講座	府中童謡の会ほか	3	5/26、6/23、7/21	火曜	13:30～15:30	小ホール	100	¥1,500	童謡やフォークソングなど、おなじみの唄を使って手話の基本を学びます。
28	早わかり!行政書士合格のコツ ①入門コース	国家資格研修センター講師	6	4/1～5/13(※5/6を除く)	毎水	19:00～19:40	研修室2-1・2-2	48	¥13,000	人気でニーズの高い国家資格(行政書士、マンション管理士・管理業務主任者、宅建)の合格を目指すための「キャリアアップ講座」入門・基礎コースです。本講座では、問題文の全文を読まずに速解する「逆読みキーワード法」という手法を用い、大学・公共団体等で多くの実績を有する講師が短期合格のノウハウを伝授します。全コースを通してあらゆる出題パターンを効率的に学習いただけます(平成27年度第2期講座で「実力養成コース」「総まとめコース」を開講/全コースで半年間の学習を予定)。主要テーマを基本から学べるDVD付き教材でやさしく解説します。※各コースに基本テキスト、解法シート、解法・要点ポイントDVDが含まれます。
29	早わかり!マンション管理士合格のコツ ①入門コース	国家資格研修センター講師	6	4/1～5/13(※5/6を除く)	毎水	19:50～20:30	研修室2-1・2-2	48	¥13,000	
30	早わかり!宅建合格のコツ ①入門コース	国家資格研修センター講師	6	4/1～5/13(※5/6を除く)	毎水	20:40～21:20	研修室2-1・2-2	48	¥13,000	
31	早わかり!行政書士合格のコツ ②基本コース	国家資格研修センター講師	6	5/20～6/24	毎水	19:00～19:40	研修室2-1・2-2	48	¥13,000	
32	早わかり!マンション管理士合格のコツ ②基本コース	国家資格研修センター講師	6	5/20～6/24	毎水	19:50～20:30	研修室2-1・2-2	48	¥13,000	
33	早わかり!宅建合格のコツ ②基本コース	国家資格研修センター講師	6	5/20～6/24	毎水	20:40～21:20	研修室2-1・2-2	48	¥13,000	3月25日(水)19:00より無料説明会(申込不要/先着40名)を開催します。ぜひご参加のうえスピード合格の勉強法を体験しましょう!
34	エクセル・ステップアップ ①入門 残りわずか	シルバー人材センター	6	4/4・25、5/9・30、6/6・27	土曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥5,000	【初級(基礎)】年間4期の講座を実施し、順次ステップアップ。検定試験合格を目指しましょう。第1期は入門レベルからのスタート。
35	ワード・ステップアップ ①入門	シルバー人材センター	6	4/4・25、5/9・30、6/6・27	土曜	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥5,000	【初級(基礎)】年間4期の講座を実施し、順次ステップアップ。検定試験合格を目指しましょう。第1期は入門レベルからのスタート。
36	動画を作ろう ムービーメーカー使用	シルバー人材センター	12	4/14～9/22(第2・4火曜日)	火曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥8,500	【中級(応用)】Windowsムービーメーカーを使い、自分だけのオリジナル動画作成にチャレンジ!DVD作成、youtubeへのアップ、写真編集など内容は盛り沢山です!
37	Jimdoを使って かんたんホームページ作成	シルバー人材センター	12	4/14～9/22(第2・4火曜日)	火曜	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥8,500	【中級(応用)】無料で始められ、インターネット上で管理できるサービス「Jimdo(ジンドウ)」を使ったホームページ作成・活用講座です。サーバーにアップなどという面倒な作業は必要ありません。
38	なるほど楽しいワード 基礎からじっくり入門編	シルバー人材センター	4	4/20(月)・22(水)・23(木)・24(金)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥3,500	【初級(基礎)】ワードが少しできるという方を対象に、案内状やカレンダーを作成しながらワードの基礎を習得します。
39	「パソコン文書入力」集中講座	シルバー人材センター	4	4/20(月)・22(水)・23(木)・24(金)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,000	【初心者向け(入門)】パソコンを始めたばかり、または文書入力がスムーズにできない方を対象とした講座です。キーボードやマウスの使い方の基礎をしっかりと身につけることによって、パソコン操作はぐんと上達します。
40	デジタルカメラでより良い写真を(撮影・加工の技法を習得!)	悠学の会	5	5/11(月)・13(水)・15(金)・16(土)・17(日)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥4,000	【初級(基礎)】デジカメ撮影・編集・印刷の基本と写真の活用方法を学び、心に残る作品作りを目指します。持ち物:デジタルカメラ ※5月13日(水)は野外撮影(10:00～13:00)
41	便利なインターネット googleを活用しよう(中級)	シルバー人材センター	4	5/18(月)・20(水)・21(木)・22(金)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥3,500	【中級(応用)】インターネットの活用と楽しみ方を身につけます。Googleの地図機能やYouTube、Google Drive、Googleカレンダーなど盛りだくさんの内容です。
42	なるほど楽しいエクセル 基礎からじっくり入門編	シルバー人材センター	4	5/18(月)・20(水)・21(木)・22(金)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,500	【初級(基礎)】「エクセルは難しい」と思われていても、楽しくそしてわかりやすく学ぶことができる実践講座です。当番表や家計簿、健康管理表などを作成しながら、ワンランク上の技能を習得していきます。
43	Photoshop Elements使い方入門	悠学の会	5	5/27、6/3・10・17、7/1	水曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥4,500	【中級(応用)】デジタル写真をよりきれいに簡単に編集するための目的に合った機能をやさしく教えます。
44	パソコンの裏技・便利技(ワード)	シルバー人材センター	4	6/22(月)・24(水)・25(木)・26(金)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥3,000	【中級(応用)】ワードの基本的な操作ができる方対象。パソコンの裏ワザを知っていると、仕事の効率化が進みます。意外な裏ワザにびっくり。パソコンを使う楽しさも増えます!
45	ペイントを使って 誰でも描けるパソコン絵画	シルバー人材センター	4	6/22(月)・24(水)・25(木)・26(金)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,000	【初級(基礎)】Windowsならどのパソコンでも使用できる「ペイント」を利用して楽しむ絵画講座です。いつでもどこでも描いて、保存して、印刷して・水彩画や油絵風、イラスト等。
46	心の健康講座 歌って元気!	元東京福祉大学教育学部講師 篠原 淳子氏	3	4/12・26、6/7	日曜	14:00～16:00	講堂	290	¥2,500	明治・大正・昭和・平成と歌い継がれてきたなつかしい歌を楽しみましょう。うれしい時も悲しい時も歌って「健康&元気」をテーマに、童謡唱歌などを歌います。※歌集「愛唱歌」代込。歌集をお持ちの方1,500円
申込不要	パソコンふれあい広場	悠学の会	2	4/11(土)、6/13(土)	土曜	10:00～16:00	パソコン学習室	—	無料	パソコンについての質問・相談は何でもお受けします!初心者大歓迎!
	映像による教養講座	悠学の会	12	4/7・14・21・28、5/12・19・26、6/2・9・16・23・30	火曜	10:00～12:00	語学室	30	無料	①海辺の小さな生き物たち ②カラーセラピーの世界を覗いてみよう ③21世紀と「心」の教育