



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	
教養・生活実技講座	15	インド占星術入門	占星術師集団「鑑定家」代表 佐藤 秀氏	3	1/16・23、2/13	土曜	13:00～16:00	研修室	20	¥2,500	オリエント由来のホロスコープがインド土着の占いと結合してできたインド占星術は、後には密教の奥義ともなっています。古代から受け継がれたこの深奥な占星術を学んで、自分の未来を占いませんか？
	16	市民企画講座 あなたが家族のカウンセラー	心理カウンセラー 藤井 弘美氏	6	1/18・25、2/8・29、3/14・28	月曜	10:00～12:00	研修室3-3	15	¥2,500	色彩心理学に基づき、絵本やフェルト、ぬり絵を利用した参加型のメンタルトレーニング。心理とお金の関係を含む生活に密着した学習を行います。
	17	初めてのクラシックギター	ギター奏者 川俣 勝巳氏	8	1/18・25、2/8・15・22・29、3/14・28	月曜	13:00～14:30	スタジオ	20	¥8,000	初心者の方、久しぶりに初歩から取り組んでみたい方向けのクラシックギター体験講座です。素朴な音色で心を癒やしませんか？ ※ギターのレンタル有り2,000円(8回分)
	18	すこやかライフのためのアロマテラピー	日本アロマ環境協会認定 アロマテラピー・インストラクター 田浦 裕子氏	8	1/19・26、2/2・9・16・23、3/1・8	火曜	10:00～11:30	研修室	15	¥15,000	アロマテラピー検定公式テキストを使用し、アロマテラピーの仕組みや特長など基本を学びます。各回の実習(アロマクラフト作り)では、アロマの香りを楽しみ、安心・安全なアロマテラピーの方法を習得します。
	19	手作りの人形教室 テラコッタ(素焼き)を使って	美術家・絵本作家 南 控氏	6	1/21、2/4・18・25、3/3・10	木曜	14:00～16:00	工房1・陶芸	20	¥6,000	埴輪のような素焼きの人形、テラコッタ。焼きあがった人形に彩色すると、見違えるほど面白い造形作品ができていきます。講師は、現在ソウルで個展を開催中の南控氏。一緒にのびのびと作品を焼いてみませんか？(教材費として粘土代が別途必要。)
	20	<笑いヨガ>入門	ヨガ教室主宰 横尾 美知子氏	3	1/28、2/18・25	木曜	14:00～16:00	スタジオ	20	¥1,500	笑いヨガとは、ヨガの呼吸法に「笑い」を取り入れ、年齢や性別にとらわれずできる、笑いの体操(健康法)です。ヨガという名称ではあるものの、難しいポーズをとるようなことはなく、声を出して笑うことによって新しい酸素を体内に取り入れる健康法です。
	21	★身の周りの雑貨を簡単・気軽に デコレーション～ジュタドール～	ジュタドール認定講師 YUKAKO氏	3	1/23・2/13・3/5	土曜	10:00～12:00	研修室	12	¥6,000	テレビや雑誌で話題のデコパージュ。ジュタドールは、その中のひとつのブランド、日本生まれの新しいペーパーデコレーションツールです。ポーチやハンガーなどの雑貨を、お気に入りの衣装に変身させましょう！材料は充分な量がありますので講座終了後も自宅で作れます。
	22	はじめての韓国語	早稲田大学非常勤講師 呉 世蓮(オ・セヨン)氏	5	3/8・15・22・29、4/5	火曜	14:00～16:00	研修室	24	¥3,500	衣食住をはじめとする韓国文化の紹介を折り返しながら、韓国語を基礎から学ぶ講座です。講師は、日韓にまたがる社会教育学の研究者で早稲田大学非常勤講師の呉世蓮(オ・セヨン)先生。学生たちに人気抜群の、お洒落な美人先生です。
23	★かんたん！手作り本 ビギナーズ	装丁家 津村 明子氏	2	3/19・26	土曜	10:00～12:30	工房2	16	¥5,000	世界に一冊の自分だけの本を手作りしましょう。アルバム帳などを作りながら学び楽しむ製本の入門講座です。	
キッズ	24	キッズ英会話 対象：年少～年長	中原 信貴氏 ピーター・フォード氏	10	1/13・20・27、2/3・10・17・24、3/2・9・23	水曜	15:30～16:15	スタジオ	15	¥9,500	リズムや音楽に合わせて英語のフレーズを身に付けます。ネイティブの発音で、英語を遊びながら学びます。講師：小学校英語上級認定指導者資格
	25	ジュニア英会話 レベル① 対象：小学1年生～3年生	中原 信貴氏 ピーター・フォード氏	10	1/13・20・27、2/3・10・17・24、3/2・9・23	水曜	16:30～17:15	スタジオ	15	¥9,500	リズムや音楽に合わせて英語のフレーズを身に付けます。アルファベットや英語の挨拶など基本的なフレーズから始めます。【初心者向け】講師：小学校英語上級認定指導者資格
	26	ジュニア英会話 レベル② 対象：小学1年生～3年生	中原 信貴氏 ピーター・フォード氏	10	1/13・20・27、2/3・10・17・24、3/2・9・23	水曜	17:30～18:15	スタジオ	15	¥9,500	リズムや音楽に合わせて英語のフレーズを身に付けます。英語の会話をロールプレイなどを用いて身に付けます。講師：小学校英語上級認定指導者資格
	27	親子で作るバレンタインチョコレートと オリジナルラッピング	工作お菓子教室主宰 梶岡 優子氏	1	2/7	日曜	15:00～17:00	レストラン ミネルヴァ	8組	¥3,000	～友チョコから本気のチョコまで・バレンタイン企画～ 生クリームやドライフルーツを使った美味しい生チョコを親子で作って、手作りのパッケージで包み込みます。持ち物：エプロン 対象：中学生以下の子どもとその保護者
28	小学生のためのプログラミング講座 対象：小学1年生～3年生	シルバー人材センター	1	2/28	日曜	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥500	「ビスケット」という誰でもできるプログラミング言語を使って、アニメーション、ゲームなどを作ります。遊び心で楽しみながらプログラマーを体験！	
パソコン講座	29	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	9	1/12・15・26、2/9・12・23・26、3/4・11	火・金	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥6,500	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！ビデオ撮影のコツから写真編集、DVD作成、youtubeへのアップロードまで内容は盛り沢山です。
	30	かんたんホームページ作成	シルバー人材センター	9	1/12・15・26、2/9・12・23・26、3/4・11	火・金	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥6,500	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。ネット上で直接編集できるので余計な手間はかかりません。
	31	なるほど楽しいワード 作品作りにチャレンジ編	シルバー人材センター	4	1/18(月)・20(水)・21(木)・22(金)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥3,500	「なるほど楽しいワード基礎編」を修了した方及びワードの基本操作ができる方対象。確実にワードの文書作成能力をアップし、ワンランク上の技能を習得します。
	32	初めてのパワーポイント	シルバー人材センター	4	1/18(月)・20(水)・21(木)・22(金)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,500	スライドの作成や表、イラストの挿入、スライドショーの実行など、PowerPointで知っておきたい必要最低限の機能に絞って効率よく学習できます。
	33	エクセルステップアップ④ 検定対策(土曜)	シルバー人材センター	6	1/23・30、2/6・27、3/5・12	土曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥5,000	エクセルの応用レベル習得済みの方対象。ドリル、MOS検定の試験問題などに挑戦してスキルアップを目指します。難しいと言われているエクセルの知識や技術がしっかり身につきます。
	34	ワードステップアップ④検定対策	シルバー人材センター	6	1/23・30、2/6・27、3/5・12	土曜	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥5,000	ワードの応用レベル習得済みの方対象。ドリル、MOS検定の試験問題などに挑戦してスキルアップを目指します。着実にしっかりとワードの知識や技術が身につきます。
	35	エクセルステップアップ④ 検定対策(日曜)	シルバー人材センター	6	1/24・31、2/7・21、3/6・13	日曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥5,000	エクセルの応用レベル習得済みの方対象。ドリル、MOS検定の試験問題などに挑戦してスキルアップを目指します。難しいと言われているエクセルの知識や技術がしっかり身につきます。
	36	大人のための wordでお絵かき	悠学の会	3	1/27(水)・28(木)・29(金)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,000	ワードの基本操作ができる方対象。ワードの四角形や雲形やフリーハンドなどの図形描画機能を活用し、季節感のあるイラストを描く方法を学びます。
	37	パワーポイント 応用	シルバー人材センター	4	1/29(金)、2/2(火)・3(水)・4(木)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥4,000	「初めてのパワーポイント」を修了した方及びPowerPointの基本操作ができる方対象。ワンランク上の技能を習得していきます。
	38	なるほど楽しいエクセル データ活用にチャレンジ編	シルバー人材センター	4	2/15(月)・17(水)・19(金)・22(月)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥3,500	「なるほど楽しいエクセル基礎編」を修了した方及びエクセルの基本操作ができる方対象。ワンランク上の技能を習得していきます。
	39	初めてのパソコン	シルバー人材センター	4	2/15(月)・17(水)・19(金)・22(月)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,500	初めてパソコンにふれる方が、丁寧にゆっくりと学んでいける講座。文字や文章の入力、インターネット、メールなどを学びます。
40	楽しむパソコン「旅行プラン作り」	悠学の会	4	2/29(月)、3/1(火)・2(水)・3(木)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥2,500	目的地探しから予約・支払・写真整理まで、インターネット・ワード・エクセル・写真編集ソフトなど、パソコンをフルに活用します。	
41	初めてのインターネット	悠学の会	2	3/8(火)・10(木)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥2,000	必要な情報を得るために、世界中の人々とのコミュニケーションに、今や生活に欠かせないツールとなったインターネットの使い方を学びます。	
42	ワード中級講座	シルバー人材センター	4	3/18(金)・22(火)・23(水)・24(木)	集中	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥3,500	ワードのより実践的な知識や技術を学習します。表の作成や文書の編集、表現力を高める方法、図形描画機能の活用など。	
43	facebook入門	シルバー人材センター	4	3/18(金)・22(火)・23(水)・24(木)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥3,000	Facebookはインターネット上で8億人以上のユーザーと交流できるソーシャルサービスです。使用方法と正しい操作をしっかりと学び、安心してFacebookを利用しましょう。	
申込不要	生涯学習ボランティア入門講座	生涯学習センター・悠学の会	1	2/5	金曜	13:30～16:30	研修室2-1、2-2	48	無料	「生涯学習センターでボランティア」を始めるためのご案内をいたします。皆さんとボランティアについて語るアットホームな集いです。	
	パソコンふれあい広場	悠学の会	—	2/13	土曜	10:00～16:00	パソコン学習室	—	無料	時間内は入退場自由。パソコンについての質問・相談を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	—	1/26、2/2・9・16・23、3/1・8・15・22	火曜	10:00～12:00	語学室	30	無料	大学講義映像を活用した教養講座。内容は「鑑賞のための音楽と楽譜の歴史」「自然と人間を考える」「美容福祉の考え方と実践」ほか	