



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	6	自分らしいメイクアップ発見で、人生活き活き講座	6	7/4・18、8/1・22、9/5・19	火曜	14:00～16:00	研修室3-1	12	¥7,500	いつまでも美しく生き活きと生きたい。一人の女性として自分に自信を持ち、積極的な毎日を過ごす。自分のベストカラーを知り、メイクアップやファッションで自分らしい装いを再認識しましょう。実習あり。持ち物：普段お使いの化粧品一式、卓上鏡、髪留め、ケープ又はタオル、筆記用具		
	7	映画で学ぶイタリア語	10	7/5・12・19・26、8/2・9・30、9/6・13・20	水曜	13:00～14:30	研修室2-3 語学室	20	¥8,500	イタリア語の基礎を身につけた上級者向けの講座。イタリア映画のワンシーンから文法や表現方法を学ぶとともに、ヒアリング力を高めます。		
	8	旅先で使えるイタリア語2	10	7/5・12・19・26、8/2・9・30、9/6・13・20	水曜	15:00～16:30	研修室2-3 語学室	20	¥8,500	旅先で使える簡単なフレーズや基本的な文法を中心に学ぶ、初心者向けの講座。第1期続きのユニットから学習します。※教科書別途1,500円		
	9	石膏像デッサン	現代美術家 清野浩二氏	10	7/7・14・21・28、8/4・18・25、9/1・8・15	金曜	10:00～12:00	美術室	18	¥13,000	好評だった前回のデッサンの第2弾です。今回はメディチ首像、聖ジョルジョ胸像、ラオコーン半身像の中から1体選び鉛筆でデッサンします。初心者から経験者まで基本から解りやすく指導していきます。	
	10	マジック入門	マジシャン 安藤 雅氏	12	7/7・14・21・28、8/4・11・25、9/1・8・15・22・29	金曜	14:00～16:00	研修室3-1 語学室	20	¥7,000	指先の運動は脳の活性化につながります。テーブルマジック、トランプマジックなどを学び、日々の生活の中に小さな喜びを感じませんか？	
	11	美文字・筆ペン入門（土曜日クラス）	毎日書道会会友 今野耕作氏	6	7/8・22、8/5・19、9/2・16	土曜	10:00～12:00	語学室	30	¥3,000	文字を上手く書きたい方のための入門講座。筆ペンの使い方、漢字、平仮名の基本をマスターしながら、暮らしの中の書（氏名、住所、慶弔袋、表書きなど）に馴染んでいきます。持ち物：市販の筆ペン、無地のノート	
	12	入門「万葉集の名歌を読む」	上代文学会会員 今野耕作氏	5	7/10・24、8/28、9/11・25	月曜	14:00～16:00	語学室	30	¥2,500	これから万葉集を読みたい方、万葉集の世界を学んでみたい方の入門講座です。歌の鑑賞にポイントを置き、音読し万葉集の世界を体感します。	
	13	美文字・筆ペン入門（火曜日クラス）	毎日書道会会友 今野耕作氏	6	7/11・25、8/8・22、9/5・19	火曜	10:30～12:30	研修室 3-2、3-3	30	¥3,000	文字を上手く書きたい方のための入門講座。筆ペンの使い方、漢字、平仮名の基本をマスターしながら、暮らしの中の書（氏名、住所、慶弔袋、表書きなど）に馴染んでいきます。持ち物：市販の筆ペン、無地のノート	
	14	美文字・筆ペン初級クラス	毎日書道会会友 今野耕作氏	6	7/11・25、8/8・22、9/5・19	火曜	14:00～16:00	語学室	30	¥3,500	入門クラスを修了された方向けの講座になります。お手本がバラエティに！。持ち物：市販の筆ペン、無地のノート	
	15	「ひとり社長 再認識の税務・経理」講座 ～忙しい社長のための経理・事務速習～	税理士・小金井市固定資産評価委員 益田 あゆみ氏	1	7/12	水曜	19:00～21:00	研修室2-1	18	¥2,000	会社経営と事務を一人でこなしている忙しいひとり社長さんのための経理・事務まわりを中心に改めて見直し、理解していくためのきっかけ作りの講座です。実務にたけた税理士が税金スケジュール、中間申告、源泉税など、日々会社運営で必要な処理、対応方法など速習します。※12日と26日は同じ内容です。	
	16			1	7/26	水曜	19:00～21:00	研修室2-1	18	¥2,000		
	17	やさしいハーモニカ入門	全日本ハーモニカ連盟常任理事 黒田 彩氏	7	7/24・31、8/14・21・28、9/11・25	月曜	10:00～12:00	スタジオ	20	¥7,000	子供の頃一度は手にしたことのあるハーモニカ、実はとても奥深い楽器です。簡単なメロディーから高度な技術を使った独奏を楽しんでみませんか？※複音ハーモニカ(C調)を各自持参。購入希望の方は学習センターで手配します(別途7,500円+税)。	
	18	似顔絵入門教室～似顔絵で感謝を伝えよう！	日本似顔絵師協会会員 溝口 隆文氏	6	7/20・27、8/10・17・31、9/7	木曜	10:00～12:00	美術室	20	¥6,500	「スポーツ選手の似顔絵」「愛、感謝を伝える似顔絵」の2作品を作ります。初めての方でも、実践で人の特徴を捉えるワザが学べます。 ※持ち物：水彩絵の具、筆ほか	
	19	木工入門	府中木工の会講師 山田 益男氏	6	8/1・8・22・29、9/12・19	火曜	9:30～12:00	工房1	15	¥6,000	6回の講座を通して、二段重ねの「書類整理箱」を作成します。道具の使い方など基礎から丁寧に指導しますので、初心者の方でも安心して受けていただけます。	
	親子・子供向け講座	20	「子どもって、こんなに自由でいいんだ！」～親の立場と子どもの気持ち講座（低学年向け）～	スキルノート 主宰 ファシリテーター 声沢 壮一氏	4	7/9・23、8/6、9/3	日曜	10:30～12:00	研修室 3-1、3-2	13組	¥6,000	初回(7月9日)と最終回(9月3日)のみ低学年、高学年の保護者の合同講座となります。他の回はそれぞれ低学年、高学年の親子に分かれた講座となります。ワークショップを通して自己表現や話し方、聞き方など伝える・伝わるコミュニケーション力を習得し、親子関係だけでなく他の親子との関わり方、コミュニケーションから新たな気づきを学びます。
		21	「子どもって、こんなに自由でいいんだ！」～親の立場と子どもの気持ち講座（高学年向け）～		4	7/9・30、8/27、9/3	日曜	10:30～12:00	研修室 3-1、3-2	15組	¥6,000	
		22	小学生のためのプログラミング教室「ビスケット」	シルバー人材センター	3	7/23、8/27、9/24	日曜	10:00～11:30	パソコン学習室	19	¥1,500	「ビスケット」という直感的に操作できるプログラミング言語を使って「動く絵本」を作成します。コンピューターを知って体験するための入門として最適です。対象：小学1～2年生
		23	子どものための五感アート教室（午前）	臨床美術士 谷 いつ美氏	3	7/28、8/11・25	金曜	10:30～12:00	工房1	12	¥4,000	見て、触って、感じたままに描く「五感アート」の子ども向けクラスです。夏や海をテーマに3作品を作ります。目指せ小さな芸術家！対象：年中～小学3年生 ※午前・午後は同じ内容です。
		24	子どものための五感アート教室（午後）		3	7/28、8/11・25	金曜	14:00～15:30	工房1	12	¥4,000	
25		親子パソコン講座～パソコンでうちわを作ろう～	悠学の会PVG	1	7/30	日曜	10:00～16:00	パソコン学習室	—	無料	帰省のお土産に、お子様の写真・イラスト入りうちわはいかがですか？うちわに印刷したい写真(デジタルカメラ・データ等)持参可。時間内の好きな時間帯にお越しください(最終受付15:30まで)	
26		オリパラみんな応援！～親子でバルーンアート体験～(幼児向け)	世界公認バルーンアーティスト 風船のたまちゃん	1	7/30	日曜	10:00～12:00	研修室 2-2、2-3	15組	¥2,500	自分だけの金メダルで2020年オリンピックを応援しよう！～読み聞かせ、クイズを交え、楽しみながら親子でオリンピック応援グッズを製作します。対象：年少～年長 ※材料費(ポンプ、バルーン)込。	
27		オリパラみんな応援！～バルーンアート体験～(低学年向け)		1	7/30	日曜	14:00～16:00	研修室 2-2、2-3	15	¥2,500	自分だけの金メダルで2020年オリンピックを応援しよう！～読み聞かせ、クイズを交え、楽しみながらオリンピック応援グッズを製作します。対象：小学1～3年生 ※材料費(ポンプ、バルーン)込。	
28		はじめての図書館旅行…本のスキマを旅しよう	明星中学高等学校 鬼丸 晴美 司書・教諭	1	7/29	土曜	13:00～15:00	研修室 2-3	20	¥500	図書館でお気に入りの本を見つけてプレゼンしよう！～図書館資料の検索方法や自分の言葉で感想を表現することについて学ぶ中学年向けのお子様向けプログラムです。(対象学年：小学3～4年生、持ち物：筆記用具)対象：小学3～4年生	
29		銅版画のお絵描きしよう<親子銅版画ビギナーアトリエ>	府中・銅版画学習グループ連絡会	1	8/6	日曜	9:45～16:15	工房2 版画室	10組	無料(材料費1人¥500)	家族と一緒に、銅版画を体験しましょう。銅の板に針でキズを付けてお絵描きします。和紙やカラーコーラージュでカラフルな作品を仕上げます。対象：小学生(1～2名)とその保護者 ※材料費(親子各1名500円)は当日会場でお支払いください。	
30		小学生のためのピンホールカメラ写真教室	(公社)日本写真協会	1	8/18	金曜	13:00～15:30	工房2 版画室ほか	30	¥800	手作りのカメラで写真の楽しさを体験してみませんか？カメラのしくみ、撮影の仕方や暗室での現像まで楽しく学びましょう。※小学生対象	
パソコン講座	31	Wordステップアップ2 基礎（土曜クラス）	シルバー人材センター	6	7/8・29、8/5・26、9/2・16	土曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥5,500	Wordの初歩的な操作ができる方を対象に、文字の入力から印刷まで一連の操作を解説、表を使った見やすい文書やグラフィック機能を使った表現力豊かな文書の作りかたを学びます。対象：中学生以上	
	32	Excelステップアップ2 基礎（土曜クラス）	シルバー人材センター	6	7/8・29、8/5・26、9/2・16	土曜	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥5,500	Excelの初歩的な操作ができる方を対象に、表やグラフの作成からデータベースの利用まで、Excelの基本操作を解説します。対象：中学生以上	
	33	楽しく学ぶ実践Word（応用）	シルバー人材センター	8	7/19・26、8/2・9・23・30、9/6・13	水曜	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥4,500	文字入力ができる方を対象に、より実用的で見栄えのする文書の作り方をご紹介します。図形、写真、テキストボックス、ワードアートなどの使い方を段階的に無理なく習得できます。	
	34	楽しく学ぶ実践Excel（応用）	シルバー人材センター	8	7/19・26、8/2・9・23・30、9/6・13	水曜	13:30～15:30	パソコン学習室	19	¥4,500	Excelのごく基本的な操作ができる方を対象に、データ入力、表の作成などの基本操作から、データベースの活用方法まで実習しながら習得できます。	
	35	ipad入門 アドバンス	シルバー人材センター	8	7/20・27、8/3・10・24・31、9/7・14	木曜	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥5,000	ipadをお持ちの方を対象に、より楽しく便利なアプリの使い方や設定方法を中心に学習します。持ち物：ipad(androidやwindowsタブレットは対象外。わからない方はお問い合わせください)	
	36	初めてのパソコン Word&Excel	シルバー人材センター	8	7/20・27、8/3・10・24・31、9/7・14	木曜	13:30～15:30	パソコン学習室	19	¥5,000	パソコン入門者向けに、文字入力の基本から始めWordとExcel両方の基本的な操作方法を学習します。	
	37	初めてのインターネット	シルバー人材センター	6	7/21・28、8/4・18・25、9/1	金曜	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥3,500	文字入力ができる方を対象に、インターネットの基本、電車時刻、地図など検索の仕方、メールのやり方、動画の楽しみ方を学習します。	
	38	Line（ライン）入門	シルバー人材センター	5	7/21・28、8/4・18・25	金曜	13:30～15:30	パソコン学習室	19	¥3,500	スマホが便利になる、電話代の節約になる「LINE」の安全安心の使い方や便利な機能を学習します。持ち物：インターネットが使えるスマートフォンまたはタブレット	
	39	Skype（スカイプ）入門	悠学の会PVG	1	7/25(火)	火曜	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥500	離れた家族や友達とパソコンで何時間でも無料で話せるスカイプの使い方を学びます。※要Microsoftアカウント。持ち物：ヘッドセットマイク(お持ちでない方は別途1000円で手配します)	
	40	府中市ホームページの活用法	悠学の会PVG	1	8/29(火)	火曜	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥500	文字入力ができる方対象に府中市のホームページの活用方法を学びます。図書館、施設の利用、ちゅうばすのルートや時刻表確認など。	
	42	楽しむパソコン（ネットショッピング）	悠学の会PVG	1	9/26(火)	火曜	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥500	文字入力ができる方対象。居ながらにして買い物ができるネットショッピングは便利です。その操作方法や注意点を説明します。	
	不申要込	パソコンふれあい広場（無料相談会）	悠学の会PVG	—	7/8、8/12、9/9	土曜	13:30～16:30	パソコン学習室	—	無料	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！	