



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
9	マジック講座 入門	マジシャン 安藤 雅氏	12	1/4・11・18・25、2/1・8・15・22、3/1・8・15・29	金	14:00～16:00	研修室3-1	20	¥7,000	テレビやショーで見るトランプのマジック、自分で出来たら素晴らしいと思いませんか？練習する事で頭を使い、指先を使い、脳の活性化にも最高です。
10	エッセイ入門～書き方の基本と創作～	日本エッセイストクラブ会員 今野 耕作氏	3	1/9、2/6、3/6	水	13:30～16:30	研修室2-3	20	¥4,000	エッセイは自分の心の発見を、誰にでもわかる文章で書きとどめる文学です。日常生活の中で、はっと驚き、感動した心機様のアルバムです。旅先からの葉書エッセイ、自分の思いを作品にするエッセイ。そのお手伝いが出来たら嬉しいです。
11	鉛筆で描く卓上構成デッサン	現代美術家 清野 浩二氏	10	1/11・18・25、2/1・8・15・22、3/1・8・15	金	10:00～12:00	美術室	15	¥13,000	各自卓上で自由に組み合わせて鉛筆でデッサンします。モチーフの組み合わせ方や構図の取り方をじっくり検討し、各モチーフの構造や特徴をしっかり捉えながら描き進めていきます。経験者はもちろん、初心者の方にも丁寧に指導いたします。持ち物:テッシュペーパー、カッターナイフ、筆箱
12	メディカルアロマでデザインする生活空間	NARD/AEJAアロマセラピーアドバイザー 古賀 葉月氏	6	1/12・26、2/9・23、3/16・23	土	14:00～16:00	研修室3-3	15	¥8,500	アロマの香りと癒し、薬理作用の両方からのアプローチで、生活空間を素敵に演出するワンランク上のライフスタイルを提案します。毎回アロマを使ったクラフト作りも行います。
13	子どものための五感アート講座	臨床美術士 谷 いづ美氏	3	1/12、2/2、3/2	土	13:30～15:00	工房1	16	¥4,500	人気御礼のアート講座。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。毎回1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
14	旅を楽しむ！ハングル入門2	東京外国語大学特別研究員 洪 性旭氏	8	1/14・21・28、2/11・18・25、3/18・25	月	10:00～11:30	研修室2-3	若干名	¥8,000	第3期に引き続き、韓国語の文字(ハングル)と発音と一緒に確認しながら、入門～初級レベルの文法や語彙を学び、旅行や買い物等ですぐに使える韓国語フレーズ、日常生活における文化やマナー等について楽しく学びます。
15	楽しく学ぶ韓国語 実践2	0	8	1/14・21・28、2/11・18・25、3/18・25	月	13:30～15:00	研修室2-3	若干名	¥8,000	第3期に引き続き、韓国語初級レベルの講座です。韓流映画やドラマに登場するフレーズやK-Pop曲の歌詞なども材料に初級～中級レベルの文法や語彙を学び、簡単な韓国語会話や作文を体験しながら楽しく学びます。
16	音楽入門～カンツォーネ・イタリア歌曲にチャレンジ～	二期会会員 高柳 圭氏	8	1/15・29、2/5・12・26、3/5・12・19	火	10:00～12:00	スタジオ	20	¥8,000	カンツォーネとイタリア歌曲を中心に、呼吸法や発声のテクニック、イタリア語歌詞の発音の仕方を学んで、豊かな表現で歌うことを目指します。初心者の方にも基礎から丁寧に指導します。
17	初めての刺しゅう	戸塚刺しゅう講師 山谷 慶子氏	6	1/22・29、2/12・26、3/12・26	火	10:00～12:00	研修室2-2	12	¥10,000	フランス刺しゅうをもとに、色々なステッチを合わせて楽しくアレンジ！初心者から丁寧に指導します。活用シーンは様々。長く続けられる趣味を始めましょう。持ち物:糸切り、まち針
18	初めてのヴァイオリン(グルーブレッスン)	ヴァイオリン奏者 荒井 雅至氏	8	1/25～3/15	金	13:30～15:00	スタジオ	10	¥12,000	ヴァイオリンを始めようという方を対象に、グルーブレッスンを通して基本的な弾き方を学び、簡単な曲が弾けるまでをチャレンジします。ヴァイオリンの貸出有り(有料1,000円)
19	【市民企画講座】親子でわくわく！色あそびしよう♪	色育アドバイザー 原田 まみ氏	3	1/27、2/3・17	日	10:00～11:30	工房1	15組	¥3,500	色を通して「集中力・想像力・コミュニケーション力」の3つの力を育てる親子参加型の講座です。1日目「色育(いろいろ)」2日目「ボコボコカード」3日目「パステルアート」。色育の絵本・カード・ダイアリーの教材付き。持ち物:色鉛筆・クーピー・クレヨン(どれか)。対象:2～6歳の未就学児
20	～知る、気づく、生ききる～ わたしのハッピーエンディング	メンタルコーチ 阿部 貴代子氏	5	1/27、2/10・24、3/10・24	日	10:00～12:00	1900/1/0	16	¥4,000	自分の人生を生ききるために今出来ることから始めていきたいと思います！講師と一緒にこれまでの人生を振り返り、自分だけのハッピーエンディングを記した未来ノートを作成します。
21	【東京外国語大学連携講座】外国語教育における日本語	東京外国語大学講師陣	4	2/24、3/3・10・17	日	14:00～15:30	研修室	24	¥2,000	東京外国語大学講師陣による連携講座です。①日本語教育について学ぶ②外国とのかかわりから考える日本語の特徴―音と文字に焦点を当てて③外国とのかかわりから考える日本語の特徴2―語彙と文法に焦点を当てて④第二言語習得研究入門～人は外国語をどのように習得するか
22	親子のバレンタインチョコ	工作お菓子教室主宰 梶岡 優子氏	1	2/2	土	15:30～17:30	レストラン「マルファ」	8組	¥3,000	親子で工夫をこらしたチョコ菓子とオリジナルパッケージを作ります。世界でたったひとつの美味しいバレンタインプレゼントの出来上がりです。持ち物:エプロン、ふきん、工作用ハサミ。※対象:中学生以下の子供と保護者。
23	デジタルカメラで写真を楽しもう	日本写真協会 沼田 一男氏	3	2/9・16、3/2	土	10:00～12:00	1900/1/0	12	¥5,000	撮影とカメラの操作の応用講座です。愛用のデジタルカメラ(コンデジ、ミラーレス一眼、一眼レフ)をご持参ください。撮影実習と作品講評を通じて写真の楽しさを感じましょう。※野外撮影実習2/16、入場料等は別途。
24	からだを旅する・・・舞踊家山田せつ子と楽しむボディワーク	舞踊家・京都造形芸術大学 主任研究員・山田 せつ子氏	3	2/16・23、3/2	土	14:00～16:00	スタジオ	20	¥2,000	日頃何気なく使っている身振りは、私達のからだの声でもあります。ゆっくりほぐしながら、それぞれのからだを旅してみよう。愉快なことが見つかるかもしれません。小さな石や、竹ひごなども使って動きます。※動きやすい服装で参加してください。
25	子どもの絵をみる・きく・楽しむ	常葉大学教授(美術教育/子どものアート スタジオ主宰) 村上 誠氏 子ども教育宝仙大学講師 南陽 慶子氏	2	3/15(金)・16(土)	金・土	14:00～16:00	工房1	15組	¥1,000	子どもとお母さんが一緒に絵を描いて遊び、考える講座です。乳幼児の美術教育を専門とする村上誠と、新しいアート教育を研究する南陽慶子が、子どもの絵の意味を考え、同時に最新のアートの遊びを提案します。子どもの絵には体と心の成長があらわされていますが、おとながそれを理解するのは、なかなかむづかしいものです。この講座では、子どもの絵の見方を学び、かんたんにできる「おえかき遊び」を体験します。対象:3歳～小学生中学年の子どものもと保護者
26	親子で作ろう！手作り木工教室	府中木工の会講師 花井 豊氏	2	3/26、4/2	火	9:30～16:00	工房1/工作	10組	¥6,500	上は本立て、下は引き出しになっており、持ち運び可能な収納家具として使えます。組み立てを中心に行いますのではじめて木工工作される方でもお子さまと一緒に作れます。対象:小学3～6年生とその保護者(※開講時)
27	小学生のための「Scratchでかんたんプログラミング」	シルバー人材センター	5	1/19・26、2/2・16・23	土	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥3,000	楽しみながら、プログラミングの学習をしましょう。Scratch(スクラッチ)というソフトを使ってキャラクターを動かすアニメーションやゲームを作ります。対象:プログラミング初心者小学生
28	ipad タブレット入門	シルバー人材センター	8	1/16・23・30、2/6・13・27、3/6・13	水	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥5,500	ipadをお持ちの方を対象に、基本的な操作方法や設定方法、アプリを使った活用方法などを学びます。この機会にじっくり学んでipadをマスターしてみませんか？持ち物:ipad(Apple社製に限る。Androidやwindowsタブレットは対象外)
29	かんたんペイント&3D活用講座	シルバー人材センター	8	1/17・24・31、2/7・21・28、3/7・14	木	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥4,500	標準搭載のペイントソフトを使用した楽しいイラスト作成講座。Windows10からの新機能「ペイント3D」を使った3Dイラストにも挑戦しましょう！
30	楽しく学ぶ実践Word 中級	シルバー人材センター	8	1/18・25、2/1・8・22、3/1・8・15	金	10:00～12:00	パソコン学習室	19	¥5,500	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。
31	楽しく学ぶ実践Excel 中級	シルバー人材センター	8	1/18・25、2/1・8・22、3/1・8・15	金	13:30～15:30	パソコン学習室	19	¥5,500	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。
32	Excelステップアップ 基礎	シルバー人材センター	6	1/20、2/3・17・24、3/3・17	日	9:30～12:30	パソコン学習室	19	¥6,500	基本的なパソコン操作ができる方を対象に、MOS検定合格レベルを目指し、Excelの基礎から始めステップアップしていきます。全3期9ヶ月の講座で「基礎」「応用」「マスター」と進んでいきます。
33	Wordステップアップ 基礎	シルバー人材センター	6	1/20、2/3・17・24、3/3・17	日	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥6,500	基本的なパソコン操作ができる方を対象に、MOS検定合格レベルを目指し、Wordの基礎から始めステップアップしていきます。全3期9ヶ月の講座で「基礎」「応用」「マスター」と進んでいきます。
34	Google Map活用講座	悠学の会PVG	1	1/22(火)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥500	車や電車、バス、徒歩による目的地へのルートの検索、ストリートビューで現地体感。旅先のホテル・レストラン・駐車場・病院の検索など。
35	格安スマホ入門講座	悠学の会PVG	1	1/29(火)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥500	自分の使い方に合った格安スマホの選択ポイントを説明します。
36	Skype入門	悠学の会PVG	1	2/5(火)	集中	13:30～16:30	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。※ヘッドセットマイク持参。購入希望者(1,000円程度予定)は学習センターで事前申し込み
37	楽しむパソコン「旅行計画」	悠学の会PVG	3	2/27(水)・28(木)、3/6(水)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥1,500	旅行に関する情報検索、有利な交通機関やホテルの選定、旅程表や地図の作成、旅行先の写真や紹介文のコピー/貼り付け等、旅行を楽しむためのツールを学びます。併せて日常的にパソコンを楽しむためのスキルアップを図ります。
38	簡単・役立つ！ラベル/シール作り	悠学の会PVG	1	3/12(火)	集中	13:30～16:30	パソコン学習室	19	¥700	パソコンで簡単に作れるラベル/シール！いろいろな用途に使えるオリジナルのラベル/シールを楽しく作ってみませんか。
不 申 要 込	パソコン無料相談会	悠学の会PVG	—	1/12、2/9、3/9	土	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！講座の復習、パソコンの利用方法/パソコン学習方法の質問、等にもご利用ください

教養・生活実技講座

パソコン講座