

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
7	ウクレレ初級	音楽の伝道師 藤木 エイン氏	10	7/2・9・16・23・30、8/6・27、9/3・10・24	金	10:00~11:30	小ホール	20	¥10,000	Tab譜面の読み方から左手コード&メロディ、右手ストロークのパターンとリズムトレーニングなどを練習。スタンダード曲2~3曲を弾けることを目標とします。 対象：ウクレレ入門講座終了者またはチューニングのできる方 持ち物：ウクレレ
8	楽しく！みんなでウクレレ入門	音楽の伝道師 藤木 エイン氏	10	7/2・9・16・23・30、8/6・27、9/3・10・24	金	12:00~13:30	小ホール	15	¥10,000	初心者でも演奏しやすいのが魅力です。弦も柔らかいので押さえやすく、指もあまり痛くなりません。チューニングの方法から楽器の抱え方など初歩的な内容を踏まえます。 持ち物：ウクレレ（購入について事前相談可能）
9	時代劇から学ぶ、殺陣の技「THE SAMURAI」	高瀬道場殺陣師 高瀬道場師範 多加野 詩子氏	10	7/2・9・16・23・30、8/6・20・27、9/3・17	金	19:00~20:30	小ホール	18	¥8,500	殺陣は、護身術やチャンバラにあらず。運動不足・腰痛・肩こり・冷え性・ストレスなど、日頃の健康の悩み…。「なかなか気がおかない」「楽しくないから継続しない」「効果がでない」という方には殺陣は最高のエクササイズです。殺陣の動作や、上肢・下肢・体幹それぞれに運動しているため、効果的に非常に高いエクササイズ効果が見込めます。
10	狭いお部屋でもできるポット・フランチーづくり	小山農園 園主 小山 淳氏	3	7/4・18、8/8	日	10:00~12:00	工房1	14	¥5,000	狭いスペースでも十分に育てられる、根強いフランチー・ポット・フランチーづくりを学びます。当館には今まで、土いじりの講座がありませんでしたが、ご要望にお答えして、企画した講座です。農園の経営者からプロのフランチーづくりをレクチャーしてもらえらるチャンスです。毎回、つくったものは持ち帰り鑑賞を楽しむことができます。
11	情熱のフラメンコを踊ろう！！	舞踊家 桑原 純子氏	10	7/7・14・21・28、8/4・11・18・25、9/1・8	水	14:00~16:00	小ホール	20	¥12,500	フラメンコの曲にのって、心動かされるような情熱溢れる踊り。鏡に映る姿を見ながらレッスンすれば自然と姿勢が良くなり、インナーマッスルも鍛えられ、しっかりとウィルスから自分の身を守りましょう。各月、クラフト作りあり。動きやすい服装でご参加ください。机上のリラックスタイムの世界にご案内します。
12	大人の書道講座	書道玄海社書道会員・理事 毎日書道展会員 書道・刻字作家 池山 光透氏	8	7/8・15・22、8/5・19・26、9/2・9	木	13:30~15:30	美術室	12	¥8,500	大人の基礎講座から一歩すすんで、篆書・隸書の筆法、実用細字の基礎、仮名の基礎をやり 書道の一通りの知識が身に付きます。 持ち物：雑巾・新聞紙、お持ちの方は書道道具
13	自分の心・体、皮膚と調和する癒しのアロマセラピー	メディカルアロマアドバイザー 古賀 葉月氏	5	7/12・26、8/23、9/13・27	月	10:30~12:00	もくせいのはなみつき	12	¥5,500	感染症対策で、いろいろとお悩みの今だからこそ、殺菌効果もあるアロマの力で、香りのエッセンスを取り込み、心はリラックス、体と皮膚はアロマ効果で、しっかりとウィルスから自分の身を守りましょう。各月、クラフト作りあり。動きやすい服装でご参加ください。机上のリラックスタイムの世界にご案内します。
14	オカリナ入門講座	オカリナ講師 畠山 美津子氏	8	7/12・26、8/9・16・23・30、9/13・27	月	10:00~12:00	小ホール	25	¥9,000	はじめて、オカリナを手にとられる方に、丁寧に解説し、簡単な曲を演奏できるようにする講座です。コロナが収束すれば発表する機会も考えています。（オカリナは初回講座で購入できます。） ※オカリナ購入希望の方：6,500円+税
15	オカリナ合奏講座	オカリナ講師 畠山 美津子氏	8	7/13・20、8/10・17・24・31、9/14・28	火	10:00~12:00	小ホール	25	¥9,000	オカリナを既にお持ちの方で、一緒に合奏をしてみたいけれど、機会に恵まれない方のための講座です。新型コロナウイルスが収束すれば、合奏で合えられるようになった曲を、講堂で発表できる機会に恵まれるかもしれません。
16	将棋初級・中級	(公社)日本将棋連盟公認指導員 日本女子将棋協会公認インストラクター 石井 達二氏	8	7/16・23・30、8/6・20・27、9/3・10	金	13:00~15:00	研修室	12	¥10,000	「将棋のルールは知っているけど、どう指したらいいかわからない」「基本的な考え方や手筋・将棋の戦法を覚えたい」こんな方に最適な講座。オリジナルテキストを使って将棋の復習から学びます。受講者同士の対局や講師との指導対局も随時行います。各回の終わりに質疑応答の時間を設けます。対象：将棋のルールが一通り分かっている方 ※持ち物：将棋盤・駒 ※テキスト3,300円（税込）
17	組紐講座	組紐講師 清野 藤子氏	6	8/20・27、9/3・10・17・24	金	10:00~12:00	研修室	8	¥14,000	組紐の歴史から作品作りまで、各回違った技法を学び、装飾品から和小物を作成、最終目標は正絹の「オリジナル帯締め」を作ってみよう！※材料費込み
18	書の彫刻 刻字講座(入門) ~石膏ボードに彫る~	日本刻字協会審査委員会 毎日書道展会員 書道・刻字作家 池山 光透氏	2	8/26、9/2	木	9:30~12:30	美術室	10	¥4,000	日本発祥の刻字とは、自分の書いた文字を主に木材に美的に刻し、その上に彩色を施したり金箔を貼ったりして、一つの芸術作品として仕上げます。まずは刻字入門・準備段階として、「石膏ボード」に彫刻刀を使って好きな字を彫り、アクリル絵の具で着色していきます。 ※第3期には木材にノミと木コシ(鑿)を使って作成する講座を開講予定
19	季節毎の収納術 (整理でお部屋は蘇る)	収納アドバイザー 副島 千尋氏	3	9/14・21・28	火	10:00~12:00	2-2・3	18	¥3,000	季節の感も春の訪れが、あまりにも早く初夏の暑気も度々ある今日この頃、お洋服の整理整頓もままならず、年度末に整理できなかった書類や、雑貨等の整理は大丈夫ですか。とにかく、収納や整理整頓を効率的にやりたいとおもっていたり、重労働は嫌だけど、汗をかかない収納方法が知りたいなど、お悩みを解決できるチャンスです。見違える部屋の姿を楽しみませんか。
20	はじめてのイタリア語	イタリア語講師 フォジョーリ・アレッシオ氏	10	7/7・14・21・28、8/4・18・25、9/1・22・29	水	13:00~14:30	研修室3-2・3	24	¥14,000	イタリア語を学んでみたい、コロナが収束したらローマやヴェネチア、ナポリやミラノ等、世界遺産を堪能してみたい、ファッションの卸で買い物をしてみたいなど、初めてイタリア語を学びたいという方は、こちらの講座を受講ください。
21	イタリア語初級	イタリア語講師 フォジョーリ・アレッシオ氏	10	7/7・14・21・28、8/4・18・25、9/1・22・29	水	15:00~16:30	研修室3-2・3	24	¥14,000	挨拶程度や、イタリアの方に道を尋ねられても、簡単な案内ならできる方、以前に当センターでイタリア語を受講し、自己紹介や挨拶程度はできる方に向けている講座です。
22	やさしい英会話入門(Easy English course)	英会話講師 アラン・アップルビー氏	10	7/14・21・28、8/4・18・25、9/1・8・22・29	水	18:00~19:15	研修室3-2・3	24	¥14,000	学校では習ったけれど、苦手だったかもという方々に受講していただける、やさしい英会話講座です。「中学1年のときに始めて習った英語」という感覚で受講していただけます。
23	英会話初級(Beginner's English course)	英会話講師 アラン・アップルビー氏	10	7/14・21・28、8/4・18・25、9/1・8・22・29	水	19:25~20:40	研修室3-2・3	24	¥14,000	英会話したいけれど、中学校レベルの英語が理解できているか心配という方々に合った講座です。易しく楽しい英会話講座です。 ※別途テキスト代3,025円(税込)
24	小学3年生からの プログラミング講座	シルバー人材センター	6	7/9・16・30、8/6・20・27	金	17:00~19:00	パソコン学習室	10	¥8,000	楽しみながら、プログラミングの学習をしましょう。Scratch3(スクラッチ3)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ながらプログラミングを学びます。対象：小学3年生~6年生
25	小学1・2年生のためのプログラミング講座	シルバー人材センター	6	7/25、8/1・8・22・29、9/5	日	10:30~12:00	パソコン学習室	10	¥8,000	「ビスケット」というソフトで、自分で描いた絵をマウスを使ってプログラミングしていきます。アニメーションなどを作りながらプログラミングの仕組みを学びます。対象：小学1・2年生
26	こどもミュージカル(後期)	ミュージカルアクター 葛地 桃子氏・小西 萌子氏 経年田 美理氏	10	7/13・20・27、8/3・17・24・31、9/7・14・21	火	17:00~18:30	小ホール	15	¥12,000	ミュージカルの歌・ダンス・演技に挑戦します。後期からの参加だけでも大丈夫です。現役のアクターでもある講師陣が基礎から丁寧に指導します。最後に全員で一つの作品を作りお披露目をしましょう。現在開講中、見学大歓迎!!お電話にてご連絡ください※対象：小学生1~6年生
27	夏休み自由研究 (スーパースポーツ作りと、わくわく化学実験教室)	社会教育主事 理科講師 長田 伸広氏	2	7/25、8/1	日	10:00~11:30	工房1	12	2000	スーパースポーツ作りをはじめとした、化学変化の楽しさを体験しながら、夏休みの自由研究課題のヒントも手に入れませんか。課題に悩んでいるお子さんにも、センター職員がアドバイスします。 ※対象：小学生1~6年生
28	子どもアニメスタジオ	法政大学講師・元京都大学教授 有吉 未充氏	2	7/29・30	木・金	13:00~16:00	美術室	10	¥4,000	アニメ制作の初歩を学ぶ講座。アニメの成り立ちを学び、初歩的な制作をワークショップ形式で行います。講師は長らくメディア研究・教育の第一線で活躍されてきた有吉未充先生。対象：小学校中・高学年
29	子ども五感アート	臨床美術士 谷 いづ美氏	3	7/30、8/6・13	金	13:30~15:00	工房1	12	¥6,000	人気御礼のアート講座。見て、触って、感じたまに描く「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
30	コンビニアイスをリサーチしてみよう「子どもマーケティング入門」 午前の部(小学3年生~6年生)	モンテッソーリ教室 マブイのおうち代表 桑原 眞理子氏	2	8/6・20	金	10:00~12:00	もくせいのはなみつき	12	¥2,000	楽しみながらマーケティング思考を育て、小学生向けの体験型キャリア教育プログラムです。市販されている商品を、子どもの視点でカテゴリに分類し、好きな商品をマーケティング視点で分析できる様になる、大手食品メーカーが高価格で実施しているキャリア教育を安価で受講できます。 ※対象：小学3~6年生
31	コンビニアイスをリサーチしてみよう「子どもマーケティング入門」 午後の部(小学3年生~6年生)	モンテッソーリ教室 マブイのおうち代表 桑原 眞理子氏	2	8/6・20	金	13:30~15:30	もくせいのはなみつき	12	¥2,000	楽しみながらマーケティング思考を育て、小学生向けの体験型キャリア教育プログラムです。市販されている商品を、子どもの視点でカテゴリに分類し、好きな商品をマーケティング視点で分析できる様になる、大手食品メーカーが高価格で実施しているキャリア教育を安価で受講できます。 ※対象：小学3~6年生
32	はじめて英語を読んでみる(小学校高学年)	英会話講師 東原 どり子氏	3	8/9・16・23	月	10:30~12:00	研修室	12	¥4,000	ビータービットを教材に、小学生がやさしい英語の文章を読む講座です。 ※対象：小学校高学年
33	夏休み 子ども工作教室	カラクリ作家 塩浦 信太郎氏	3	8/18(水)・20(金)・22(日)	0	10:00~12:00	美術室体育室	10	¥4,000	紙コップや割りばしなどを使って「飛ばし」をテーマに考える・楽しむ・遊ぶを体験。最終日には体育室で記録に挑戦しよう!!1番になるのは誰かな? (最終日は家族も参加可能) 対象：年長(保護者同伴)~小学生
34	パソコンで描く水彩画講座	電彩アート認定講師 金岡 健二氏・吉田 和二郎氏	8	7/14・21・28、8/4・18・25、9/1・8	水	13:30~15:30	パソコン学習室	10	¥8,500	絵を描く才能がなくとも、「絵を描く楽しさ」「描ける喜び」を味わっていただけるのがパソコン絵画。水彩画ソフト「水彩8」が素晴らしい絵画の世界へ誘ってくれます。
35	Excel 中級	シルバー人材センター	6	7/24・31、8/7・21・28、9/4	土	9:30~12:30	パソコン学習室	10	¥8,000	Excelの基本がわかる方向性の講座。よく使う便利な関数やピボットテーブル、マクロ処理(自動処理)など、よりレベルの高い技能を時間をかけて順序だてて学び、中級者を目指しましょう。
36	はじめての PowerPoint	シルバー人材センター	6	8/1・8・22・29、9/5・19	日	13:30~16:30	パソコン学習室	10	¥8,000	基本的なパソコン操作ができる方を対象に、プレゼンテーションソフトPowerPointの基礎(表やグラフの作成・図形やワードアートの活用・アニメーション設定など)を順序だてて学びます。Wordのように、チラシ作成にも応用できます。
37	Word 初級	シルバー人材センター	6	8/10・17・24・31、9/7・14	火	13:30~16:30	パソコン学習室	10	¥8,000	文書作成に便利なWordについての講座です。初めてWordをお使いになる方を対象に、文字入力の基本から基本的な機能、お知らせ案内状などの文書を表や図形や写真も使って、しっかりと順序だてて学んでいくことができます。
38	パソコンで音楽を楽しむ	シルバー人材センター	4	9/7・14・21・28	火	10:00~12:00	パソコン学習室	10	¥4,500	パソコンで音楽の楽しみ方が広がります。Windows Media Playerを使って、CDからパソコンへの音楽の取り込み方、再生リストの作成方法を学びます。オリジナル音楽CDを実際に行う実習も行います。またiPadやiPhoneとの音楽のやりとりも説明します。
39	【楽々Microsoft Word 文書作成基礎講座】 スマホ・デジカメ・ネット上の画像を活用!	悠学の会パソコンボランティア	3	7/6(火)・8(木)・13(火)	集中	13:30~16:30	パソコン学習室	10	¥3,500	スマホやデジカメ、ネット上の画像を利用して旅行記や日記、サークルの文書、各種案内等を写真入り文書を作りませんか?Microsoft Word未経験の方でも簡単に文字作成ができます。簡単な文字入力ができる方なら大歓迎です。 持ち物：USBメモリー
40	【楽々Microsoft Excel 初めの一步】 3日間が習得! 応用可能なマイ家計簿やリスト作成	悠学の会パソコンボランティア	3	9/22(水)・24(金)・27(月)	集中	13:30~16:30	パソコン学習室	10	¥3,000	表計算ソフトEXCELの基本的な使い方を学んだあと、実際に表作成を実習します。EXCEL初心者の方でも文字入力ができる方なら気軽に参加できます。Excelは難しい?そんな先入観を打破しませんか。 持ち物：USBメモリー
41	ジュニア英会話①	英語講師 ビーター・フォード氏 末廣 亜耶乃氏	8	7/7・14・21・28、9/1・8・22・29	水	16:30~17:15	保育室	2	¥8,000	ゲームなどのアクティビティを通して「英語に慣れること」「英語を好きになること」を目的に、楽しく英語を学びます。対象：小学1年~3年(英語を初めて勉強する子)
窓口申込	親子パソコン講座(午前のクラス) ~オリジナルなうらわを作ろう~	悠学の会パソコンボランティア	1	7/18	日	①10:00~10:45 ②11:00~11:45 ③12:00~12:45	パソコン学習室	各回5組	無料	帰省のお土産に、お子様の写真・イラスト入りウチワはいかがですか?デジカメ写真持参可 持ち物：USBメモリー又はSDカード
	親子パソコン講座(午後のクラス) ~オリジナルなうらわを作ろう~	悠学の会パソコンボランティア	1	7/18	日	④13:00~13:45 ⑤14:00~14:45 ⑥15:00~15:45	パソコン学習室	各回5組	無料	帰省のお土産に、お子様の写真・イラスト入りウチワはいかがですか?デジカメ写真持参可 持ち物：USBメモリー又はSDカード