

春からはじめてみませんか

# 公民館・文化広場講座(前期)

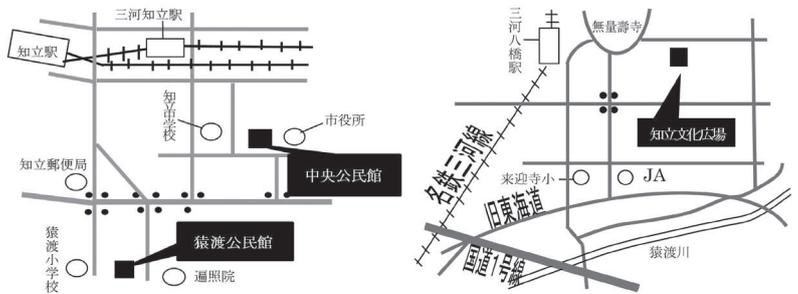
## 【抽 選 受 付】

(ご注意) 教材費の支払いは 各講座の初回日です。

- ▶ 申込み **3月29日(金)**までに抽選申込書にご記入のうえ、中央公民館・猿渡公民館・知立文化広場のいずれかへ提出してください。(講座を実施する施設に限らず、受付可能です)  
※申込書は各施設にあります。  
※申込み多数の場合は代理抽選します。
- ▶ 結果発表 **4月9日(火)**から市ホームページおよび各施設の1階ロビーで抽選結果の発表をします。  
※当選者は抽選受付時の控えと教材費を持参のうえ、各講座の**初回日**にお支払いください。(初回日のみ15分前までにお集まりください。)  
なお、初回日に来られない人は、講座の2回目にお支払いください。  
※定員に満たない講座は、2次募集を4月9日(火)～14日(日)に行います。(先着順)
- ▶ 対 象 市内に在住、在勤、在学の人で、講座ごとに定める対象者(初めて受講する人が優先です)  
※対象年齢(月齢)は、講座初日での年齢(月齢)です。
- ▶ 託 児 託児マークが表示されている「時短でプラス1品料理教室」は、有料(子ども1人1回500円)でお子さん(1歳～未就園児)をお預かりします。  
※希望者は、抽選申込み時に託児申込書をご記入のうえ、お申込みください。  
託児料の支払いは当選者にお知らせします。
- ▶ 注意事項 最少講座開催人数10人(定員が10人の講座は7人)に満たず、中止する場合は連絡します。

### ▶ 問 合 せ

- ・中央公民館(生涯学習スポーツ課内)  
(☎83-1165 広見三丁目1番地)
- ・猿渡公民館  
(☎83-0676 上重原町小針118番地6)
- ・知立文化広場  
(☎83-2673 八橋町井戸尻28番地)
- ※いずれも月曜休館



託児  
マーク

有  
料  
広  
告

借金(債務整理・破産)・離婚・相続・交通事故  
労働問題・企業法務・刑事事件など

## 知立法律事務所

弁護士/石原大輔(愛知県弁護士会所属)

知立駅南へ徒歩4分  
お気軽にお問い合わせ下さい

**0566(91)1677**

知立市堀切3-1-2杉原ビル2A  
www.chiryu-law.jp

Care to make a smile

### 介護のことは すまいるにも相談して下さい

相談 / 見積 / 見学 無料

通話無料 ☎0120-11-3016 (総合案内/9:00-17:00日曜を除く)

メール (24時間対応) (Webページお問い合わせフォームより)

スマイル ハイフレッド ミー smile-care.me (WebURL(検索バーにURLを入力→Webページへ))

介護のはじめから終わりまで。 知立市 / 豊田市以外の方もご利用できます。 すべてが揃う【すまいる】だからできることがあります。 医療行為も対応可。詳しくはWebへ

**すまいる知立** はじめての方もお気軽にご相談下さい  
介護プラン・ケアプラン  
訪問介護  
介護の各種手続き

**すまいる駒場** デイサービス  
ショートステイ  
有料老人ホーム

知立市南新地1-1-3 / TEL0566-85-2500  
●名鉄知立駅から徒歩10分(行先せなど自宅まで訪問できます)

豊田市駒場町元城57-2 / TEL0565-59-1250  
●豊田南インターから5分(最寄駅:名鉄三河八橋駅)

※「広報ちりゅう」発行経費の一部に充てるため、有料広告を掲載しています。内容に関する一切の責任は広告主に帰属します。

【中央公民館】

(敬称略)

施設	講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師
中央公民館	茶道 (裏千家)	火曜日 10:00~12:00	15人	3,600円 (12回分)	簡単なお茶の飲み方と作法を楽しく学びましょう。「一服のお茶」を男性・女性共に楽しみましょう。	近藤美恵子
		5/21、6/4・18、7/2・16、9/3・17、10/1・15、11/5・19、12/3				
	華道 (日本華道松月)	火曜日 10:00~11:30	20人	12,000円 (10回分)	あなたの暮らしの中に季節のお花を活けてみませんか。初心者の方も気軽に楽しく学びましょう。12月には正月花も活けます。	大田八重子
		5/28、6/25、7/23、9/24、10/22、11/22(金)、12/24、1/28、2/25、3/24				
	陶芸	土曜日 9:30~11:30	16人	4,000円 (12回分)	陶芸入門講座です。何を作ろうか。形・色はどうしようか…。土と会話しながら、自分で造りあげる楽しさを味わいましょう。	加藤公清
		5/18、6/1・22、7/13・27、8/3・17、9/7・21、10/5・19、11/9				
	書道	金曜日 18:30~20:00	20人	5,000円 (12回分)	実用書道(楷書、行書、草書、般若心経)の講義、実技	牧 笛甫
		5/10・24、6/21、7/5・26、8/16、9/6・20、10/11・25、11/8、12/6				
	かな書道	火曜日 10:00~12:00	15人	6,000円 (12回分)	かな書道・実用書の基本から学び、最終的には色紙作品・挨拶文等が書けるよう、楽しく練習していきます。	足立麗華
		5/21、6/4・18、7/2・16、8/6・20、9/3・17、10/1・15、11/5				
	俳句	木曜日 13:30~15:30	15人	1,000円 (10回分)	旅先や日常生活のなかで季節を感じ、感動を言葉で表現したいものです。初めての人でも楽しく基礎から学びましょう。	鈴木栄晴
5/9、6/13、7/11、9/12、10/10、11/14、12/12、1/9、2/13、3/12		一般				
みんなで学ぶ 囲碁講座 (入門編)	日曜日 9:30~11:30	20人	1,000円 (9回分)	子ども・親子から大人まで男性・女性みんなで囲碁を楽しく学びましょう。	知立市 囲碁クラブ員	
	5/12・19・26、6/2・9・16・23・30、7/7					園児以上
みんなで楽しむ 初歩の将棋	土曜日 10:00~11:30	40人	500円 (8回分)	将棋は先の手を読むのに見えないものを頭の中で創造する力を育てます。おじいちゃん、おばあちゃんも大歓迎です。	杉原一行 兼子 剛	
	6/1・15、7/6・20、8/17、9/7・21、10/5					小学生以上
トールペイント	火曜日 10:00~12:00	10人	8,500円 (9回分)	トールペイントとは、ヨーロッパの伝統的装飾技法を土台として、木の板や布などあらゆる素材に絵を描くことです。講座ではウェルカムボードなど飾るだけではなく日常で使えるものを作ります。	和出佳子	
	5/28、6/11・25、7/9・23、9/10・24、10/8・29					一般
手作り雑貨de ガーデニング	金曜日 10:00~12:00	20人	7,000円 (6回分)	6月：ハーブバスケットの寄せ植え 7月：デコパージュのディスプレイボックス 8月：ドライハーブのフォトスタンド 9月：多肉植物の寄せ植え 10月：アロマワックスバー 11月：年末年始の寄せ植え	杉浦なお壬	
	6/7、7/5、8/2、9/6、10/4、11/1					一般
叙情歌を 歌いましょう	金曜日 10:00~11:30	33人	700円 (5回分)	懐かしの童謡、叙情歌、昭和歌謡を歌います。懐かしい歌を口ずさむと、心の思い出がよみがえります。合唱経験が無くても大丈夫。童心にかえって楽しみましょう。	竹内久美子	
	5/10、6/7、7/5、8/2、9/6					一般

【中央公民館】

(敬称略)

施設	講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師
中央公民館	【パソコン講座】 役に立つワード	金曜日 19:00~21:00	10人	2,000円 (6回分)	ワードの基本操作を理解して、さらにステップアップしたい人が対象です。入力に便利な機能、書式、表作成、図形描画などを学びます。 OS:Windows10使用ソフト:マイクロソフト・ワード2016	榑野節子
		5/17・24・31、 6/7・14・21				
	【パソコン講座】 はじめての エクセル (基礎)	土曜日 13:30~15:30	10人	2,000円 (6回分)	エクセルの入門講座です。表計算・簡単な関数などを使い、家計簿・住所録・写真入りカレンダーなど身近なものを作成します。 OS:Windows10使用ソフト:マイクロソフト・エクセル2016	榑野節子
		5/18・25、 6/1・8・15・22				
	プリンターで 野菜作り	木曜日 10:00~11:30	15人	3,000円 (3回分)	プリンターで気軽に自家製無農薬野菜(ミニトマトなど)を作りませんか。40リットルのプリンターで作ります。	創年塾耕し人 天野循夫
		5/9・16、6/6				
	朗読ことはじめ	木曜日 10:00~11:30	10人	500円 (7回分)	自分の好きな名作等を朗読します。声の出し方、発音、発声を学びます。豊かな日本語を声に出して読む楽しさを体験してみませんか。	鹿六
		5/9、6/13、7/11、 8/8、9/12、10/10、 11/14				
	男の料理	土曜日 10:00~12:00	30人	4,000円 (6回分)	手軽な季節料理とおつまみ、お寿司などを作ります。	大参はるみ
		5/25、6/22、7/20、 8/17、9/21、10/19				
	免疫力UP! 心と体に優しい 薬膳料理	金曜日 10:00~12:30	20人	9,000円 (6回分)	季節の食材を使って、自然治癒力を高め、元気でキレイな体を作りましょう!	森田恵理歌
		5/17、6/7、7/12、 9/13、10/18、11/8				
	家族が喜ぶ おうちごはん	日曜日 10:00~12:30	30人	5,300円 (6回分)	家族が喜ぶおかず、和・洋・中のほか、スイーツも幅広く作ります。	野々山恵子
		5/26、6/23、7/21、 8/18、9/22、10/20				
	季節のおやつ・ パン教室	水曜日 10:00~12:30	25人	4,800円 (6回分)	季節のおやつとパンを作りましょう。初心者でも簡単に作れます。ぜひご自宅でお手製のティータイムを!	もしのおやつ
5/8・22、6/5・19、 7/3・17		一般				
 時短でプラス 1品料理教室	木曜日 10:00~11:30	10人	2,700円 (3回分)	時短調理のコツを知ること、忙しい毎日でもすぐにプラス一品の料理を作ることができます。例えば、揉むだけ、混ぜるだけ、つけ置きするだけで出来る作り置きおかずや電子レンジを使ったメインディッシュ等の時短テクニックを伝授します。	佐々木多恵子	
	6/6、7/4、8/1					一般
はじめての ポルトガル語	日曜日 9:30~11:00	10人	3,000円 (10回分)	初歩のポルトガル語を学びます。ブラジルの文化も学ぶことができます。	山口 ガブリエル	
	5/12・19・26、 6/2・23・30、 7/7・14・21、8/4					一般 (初心者 に限る)
韓国語入門	金曜日 14:00~15:30	10人	4,000円 (10回分)	初歩の韓国語を学びます。韓国語を学んでみませんか。	趙 貞愛	
	5/17・24・31、 6/7・14・21・28、 7/5・12・19					一般
いきいき 健康ヨガ	金曜日 10:00~11:30	75人	1,500円 (10回分)	ヨガは、あなたを健康で明るく元気にしてくれます。呼吸、動き、瞑想、音楽療法、指圧を組み合わせ心身の緊張をほぐし、心の安定を得ます。初めての人、体の硬い人、男女問わず体感できます。	久野末耶子 杉下ゆかる	
	5/10・17・24・31、 6/7・14・21・28、 7/5・12					一般
男性のための ストレッチ体操	金曜日 13:30~15:00	25人	1,500円 (8回分)	身体に負担をかけない体操で、無理なく丈夫な体づくりをします。	三明佳子 坂東きく子	
	5/17・31、6/21、 7/5・19、8/2、 9/6・20					一般男性

## 【中央公民館】

(敬称略)

施設	講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師
中央公民館	はじめよう! 運動習慣 楽しい エクササイズ	水曜日 10:30~11:45	60人	2,000円 (10回分)	誰もが知ってるあの曲で、ゆったり系、元気系ダンスやチェアエクササイズ、遊び要素の運動なども。おわりはヨガのストレッチで癒されて。いつからでも、いつからでも始められます。	杉浦久美子
		5/8・15・22・29、 6/5・12・19・26、 7/3・10				
	こども絵画教室	土曜日 14:00~16:00	14人	2,700円 (9回分)	絵の描き方を楽しく学びます。いろいろな色を作る・自画像・工作・自分の手を見てしっかり描くなど。シャボン玉アート・クリスマスカード制作にもチャレンジ。	栢田奈津井
		7/6・20、8/3、 9/7、10/5、11/16、 12/7、1/18、2/1				
ベビーと お母さんの 体操Ⅰ	金曜日 10:00~11:00	15組	1,500円 (8回分)	赤ちゃんにマッサージをしなが ら語りかけ、お母さんとのコ ミュニケーションを深めましょ う。	三明佳子 坂東さく子	
	5/17・31、6/21、 7/5・19、8/2、 9/6・20					2か月~ 7か月の 乳児と その親
ベビーと お母さんの 体操Ⅱ	金曜日 11:15~12:15	15組	1,500円 (8回分)			
	5/17・31、6/21、 7/5・19、8/2、 9/6・20					5か月~ 12か月の 乳児と その親

## 【知立文化広場講座】

(敬称略)

施設	講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師
知立文化広場講座	茶 (宗 徧 流)	火曜日 10:00~12:00	15人	3,600円 (12回分)	日本の伝統文化である茶道をお茶室で学べます。一服の茶を楽しみましょう。	中野須眞子
		5/14、6/11、7/9、 8/6、9/10、10/8、 11/12、12/10、 1/14、2/9(日)・11、 3/10				
	着 付	水曜日 10:00~12:00	20人	2,000円 (12回分)	着物を着てお出かけできたら素敵ですよ!着付の基礎から学び、自分で着物を着てみませんか。	近藤啓子
		5/15・22・29、6/5・ 12・19・26、7/3、 11/6・13・20・27				
	魅せる写真の 撮り方	木曜日 10:00~12:00	20人	1,000円 (6回分)	自分のカメラを使いこなそう! 基本的な操作方法からさまざま なシーンに応じた撮影テクニッ クを野外撮影実習をまじえて楽 しく学びましょう。	三井欽雄
		5/16、6/20、7/18、 9/19、10/17、 11/21				
	ネイティブ の先生から 学ぶ英会話	土曜日 13:30~15:00	16人	5,000円 (12回分)	ネイティブの先生から日常、ト ラベル会話を学びます。(中級 レベル(日常会話程度の人))	ジョン・ レベリイ
5/11・18・25、6/1 ・8・15・22・29、 7/6・13・20・27		一般				
文法をおさらい しながら英会話	水曜日 10:30~12:00	10人	2,000円 (10回分)	中学校卒業程度の文法を確認し ながら、英会話の基礎を学びま す。	桑山眞弓	
	6/5・19、7/3・17、 8/7、9/4・18、 10/2・16、11/6					一般
目指そう 姿勢美人	木曜日 10:00~11:30	15人	1,000円 (10回分)	立ち姿がきれいだと若く見えます。普段の動きグセからバランスを崩した体をほぐし、正しい姿勢に戻していきます。	アカサカ キクコ	
	5/23、6/13・27、 7/11・25、8/8・22、 9/12・26、10/10					一般
親子であそぼう 歌遊び・初歩の リトミック	火曜日 10:00~11:00	10組	2,000円 (12回分)	親子で楽しく歌を歌ったり、い ろいろな動きを音楽に合わせて 行うことにより、基本的なリズム 感を身につけます。	竹内久美子	
	5/14、6/4・18、 7/2・16、8/6・20、 9/3・17、10/1・15、 11/5					2歳 (4月2日 時点)~ 未就園児 とその親

【猿渡公民館講座】

(敬称略)

施設	講座名	とき・対象	定員	教材費	内容	講師
猿渡公民館講座	やさしい茶道 (宗 徧 流)	水曜日 10:00~12:00	15人	3,600円 (12回分)	基礎を学び、気軽に楽しい一時を過ごしましょう。	中野トシ子
		5/15、6/5・19、 7/3・17、9/4・18、 10/2・16、11/6・ 20、12/4				
	心ある生け花を (池 坊)	水曜日 10:00~12:00	20人	9,400円 (11回分)	生活空間にうるおいのあるお花を活けましょう。	原田佳代子
		5/15、6/19、7/24、 8/21、9/18、 10/16、11/15(金)、 12/18、1/15、 2/19、3/18				
	手 編 み 手 芸	金曜日 13:30~15:30	24人	5,000円 (1作品分・ 計12回講 座)	ベスト、セーターなどハンドメイドで心も体も温まりましょ う。	坪井美智子
		5/24、6/7・21、 7/12・26、8/23、 9/13・27、10/11・ 25、11/8・29				
	盆 栽	日曜日 9:30~11:30	30人	1,000円 (10回分)	剪定、手入れの仕方などを学び ます。玄関など室内をミニ盆栽 でモダンに飾ってみませんか。 (手軽に楽しめる草花から本格 的な盆栽まで)	谷本 巖
		5/12、6/9、7/7、 9/15、10/13、 11/10、12/8、 1/12、2/9、3/8				
	折 り 紙	土曜日 13:30~15:30	15人	2,000円 (6回分)	初心者のための折り紙です。 海外に紹介できる伝承折り紙、 子どもにも喜ばれるもの、お しゃれな北欧オリガミなどを作 ります。	金子多江子
		6/8、7/13、8/3、 9/14、10/12、 11/9				
	ペ ン 字 入 門	火曜日 10:00~12:00	10人	200円 (6回分)	ペン、ボールペン、筆ペン等の 書き方を初歩から学びます。美 文字にチャレンジ!	桑原由美
		5/14、6/4・18、 7/2・16・30				
さ わ や か 健 康 体 操	火曜日 10:00~11:30	20人	1,000円 (10回分)	あなたは、日頃から体操をする 習慣がありますか?運動習慣が 身に付くよう簡単に家庭でもで きる体操を基本としています。 心も身体もリフレッシュして若 さを保ちましょう。	西村三重子	
	5/14・28、 6/11・25、7/9・23、 8/6・27、9/10・24					一般
健 康 ヨ ガ	火曜日 13:30~15:00	25人	500円 (10回分)	心も身体もリフレッシュ!初心 者向けのヨガです。無理なく健 康、美容効果を得られるヨガを 始めませんか。	山本裕子	
	5/7・14・21・28、 6/4・11・18・25、 7/2・9					一般
フ ザ ー ス ト サ イ ン と ベ ビ ー マ ッ サ ー ジ	木曜日 10:30~11:30	10組	1,500円 (3回分)	手の動き・表情・声のトーンを 使い、お話する前の赤ちゃん と楽しくコミュニケーションを とる方法を学びます。ベビー マッサージも行います。	堀口綾乃	
	6/6・20、7/4					4か月~ 1歳まで の乳児と 親
身 体 の 不 具 合 改 善! セ ル フ ケ ア	水曜日 10:00~11:00	10人	1,000円 (5回分)	日々の生活の中で肩こり、腰痛 など身体の不具合を感じていま せんか。この講座ではアドバイ スや簡単な運動などを通してそ れらの改善を目指します。 「セルフケア」という名前の通 り、自分で身体の健康を作って いきましょう。	アカサカ キクコ	
	5/8・22、 6/12・26、7/10					一般
フラダンス教室	火曜日 10:00~11:10	20人	500円 (7回分)	ゆったりとハワイアンのリズム にのって楽しく体を動かしま す。良い姿勢と笑顔で踊ること で心身共に健康になります。	深井ゆかり	
	5/7・21、6/4・18、 7/2・16、8/20					フラダン ス未経験 者、また は初心者