

中央公民館・猿渡公民館・知立文化広場 前期講座 受付開始

抽選申込み期間 受付中～3月29日(日)

■申込み 受付期間中に、抽選申込書に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でお申込みください。申込み多数の場合は、初めて受講する人を優先して代理抽選を行います。(申込書は各施設にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。講座を実施する施設に限らず、申込み可能です。※郵送可(3月29日必着))

- ・中央公民館 ☎83-1165 午前8時30分～午後9時・月曜休館)
- ・猿渡公民館 ☎83-0676 午前9時～午後5時・月曜休館)
- ・知立文化広場 ☎83-2673 午前9時～午後5時・月曜休館)

ご注意 今後の新型コロナウイルス等の感染の広がり等に応じて、講座の開催を延期・中止することがあります。

■対象者 市内在住・在勤・在学の人、かつ講座ごとに定める対象者
※対象年齢(月齢)は、講座初日の年齢(月齢)です。

■託児 託児マークがある講座は、託児を行います。抽選申込み時にあわせて、託児申込書をご記入のうえお申込みください。



☑ 1歳～3歳児

¥ 子ども1人につき1回500円(当選者のみ後日集金)

■結果発表 4月7日(火)から講座実施施設の1階ロビーおよび市ホームページで結果を発表します。必ず各自でご確認ください。(今回のみ電話での対応も行います。)
※最少講座開催人数10人(定員10人の講座は7人)に満たない場合は、中止します。

■二次募集 定員に満たない講座は、4月7日(火)～12日(日)に二次募集を各講座の実施施設のみで行います。(先着順)
(例)猿渡公民館で開催される講座は、猿渡公民館のみで二次募集を受け付けます。

■教材費 各講座の初回日にお支払いください。

※当選結果発表後のキャンセルは、講座準備の状況により教材費を頂戴する場合があります。

問 生涯学習スポーツ課 生涯学習係(中央公民館内) ☎472-8666 広見3-1 ☎83-1165)

結果発表を
必ずチェック
するだっぴ!



茶道(裏千家)

簡単なお茶の飲み方と作法を楽しく学びます。季節の和菓子とともに「一服のお茶」を男性も女性も楽しみましょう。

時 5/19、6/2・16、7/7・21、9/1・15、12/1・15、1/19、2/2・16

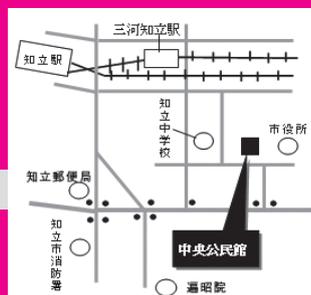
講師 近藤美恵子氏
曜日 火曜日 12回
時間 10:00～12:00
教材費 3,600円(12回分)
対象 一般
定員 15人

中央公民館

電話 83-1165(月曜休館)
住所 広見3-1

受付時間 8:30～21:00

10月・11月は工事のため
講座をお休みします(予定)



華道(日本華道松月)

暮らしの中に季節のお花を活けてみませんか。初心者の人にも気軽に楽しく学べます。12月には正月花を活けます。

時 5/26、6/23、7/21、8/25、9/29、12/1、12/22、1/29(金)、2/23、3/23

講師 大田八重子氏
曜日 火曜日 10回
時間 10:00～11:30
教材費 12,000円(10回分)
対象 一般
定員 20人

陶芸

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。

時 5/9・16・30、6/20・27、7/11・18、8/8・15・29、9/12、10/3

土・日曜開催

講師 加藤公清氏
曜日 土曜日 12回
時間 9:30～11:30
教材費 5,000円(12回分)
対象 一般
定員 16人



俳句

初めての人でも楽しく基礎から学べます。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てみましょ。

時 5/14、6/11、7/9、8/6、9/10、12/10、1/14、2/11、3/11

講師 鈴木栄晴氏
曜日 木曜日 9回
時間 13:30~15:30
教材費 1,000円(9回分)
対象 一般
定員 20人

中央公民館 (つづき)

電話 83-1165(月曜休館)
住所 広見3-1

受付時間 8:30~21:00

10月・11月は工事のため講座をお休みします(予定)



実用小筆書道

夜開催

小筆を使って名前や住所、祝儀・不祝儀袋の表書きなどの実用的な書を学びます。

時 5/22、6/5・26、7/10・24、8/7・28、9/4・18

講師 牧 笛甫氏
曜日 金曜日 9回
時間 18:30~20:00
教材費 5,000円(9回分)
対象 一般(16歳以上)
定員 20人

かな書道

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。

時 5/19、6/2・16、7/7・21、8/4・18、9/1・15・29、12/1・15

講師 足立麗華氏
曜日 火曜日 12回
時間 10:00~12:00
教材費 6,000円(12回分)
対象 一般
定員 15人

脳トレ! 初歩の将棋

土・日曜開催 子供

駒の動かし方、戦略を考えるなど頭脳ゲームの将棋。頭の中で想像する力を育てます。

親子・おじいちゃん・おばあちゃんの参加も大歓迎です。

時 5/23、6/6・20、7/4・18、8/1、9/5・19

講師 杉原一行氏
兼子 剛氏
曜日 土曜日 8回
時間 10:00~11:30
教材費 500円(8回分)
対象 小学生以上
定員 40人

トールペイント

絵具で木の板や布などあらゆる素材に絵を描いて装飾します。ウェルカムボードなど飾るものから、日常で使えるものまで作ります。

時 5/12・26、6/9・23・30、7/14・28、9/8・29

講師 和出佳子氏
曜日 火曜日 9回
時間 10:00~12:00
教材費 8,500円(9回分)
対象 一般
定員 10人

ハーブ de 手作り雑貨

- ①デコパージュ鉢
- ②ハーブの寄せ植え
- ③カレイドフレーム
- ④ハーブの収穫ラック
- ⑤アロマワックスバー
- ⑥ハーブウォール

時 5/8、6/5、7/3、8/7、9/4・25

講師 杉浦なお壬氏
曜日 金曜日 6回
時間 10:00~12:00
教材費 7,000円(6回分)
対象 一般
定員 20人

叙情歌を歌いましょう

懐かしい童謡、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。合唱経験がなくても大丈夫。童心にかえて楽しみましょう。

時 5/8、6/5、7/3、8/7、9/4

講師 竹内久美子氏
曜日 金曜日 5回
時間 10:00~11:30
教材費 700円(5回分)
対象 一般
定員 35人

朗読ことはじめ

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。

時 5/19、6/16、7/21、8/25、9/15、12/15、1/19

講師 鹿六氏
曜日 火曜日 7回
時間 10:00~11:30
教材費 500円(7回分)
対象 一般
定員 10人

はじめての太極拳

ゆったりとした動きの太極拳は、気血の流れを良くし、五臓六腑全体の機能を高めます。誰でも、いつでも、どこでも、ひとりでもできる健康法です。

時 5/28、6/4・18、7/2・16、8/6・20、9/3・17・24

講師 森りえ子氏
曜日 木曜日 10回
時間 13:30~15:00
教材費 500円(10回分)
対象 一般
定員 25人

いきいき健康ヨガ

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、心の安定を促します。初めての人、体が硬い人、男女問わず体感できます。

時 5/8・15・22・29、6/5・12・19・26、7/10・17

講師 久野未耶子氏
杉下ゆかる氏
曜日 金曜日 10回
時間 10:00~11:30
教材費 1,500円(10回分)
対象 一般
定員 75人

男性のためのストレッチ体操

身体に負担をかけない体操で、無理なく丈夫な身体づくりをします。

時 5/15・29、6/5・26、7/10・31、8/7・28

講師 三明佳子氏
坂東きくと氏
曜日 金曜日 8回
時間 13:30~15:00
教材費 1,500円(8回分)
対象 一般男性
定員 25人



【パソコン】はじめてのエクセル(基礎)

夜開催

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
時 5/15・22・29、6/5・12・19

講師 榎野節子氏
曜日 金曜日 6回
時間 19:00~21:00
教材費 2,000円(6回分)
対象 文字入力とマウス操作ができる人
定員 10人

【パソコン】はじめてのパワーポイント

土・日曜開催

パワーポイントの入門講座です。基本のスライド作成を学びます。
※ご自身のパソコンをお持ちください。
時 5/16・23・30、6/6・13・20

講師 榎野節子氏
曜日 土曜日 6回
時間 13:30~15:30
教材費 2,000円(6回分)
対象 文字入力とマウス操作ができる人
定員 10人

季節のおやつ・パン教室 託児

季節のおやつとパンを作ります。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♪
時 5/13・27、6/10・24、7/8・22

講師 もしのおやつ氏
曜日 水曜日 6回
時間 10:00~12:30
教材費 4,800円(6回分)
対象 一般
定員 25人

家族が喜ぶおうちごはん 土・日曜開催

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。
時 5/24、6/28、7/26、8/30、9/27

講師 野々山恵子氏
曜日 日曜日 5回
時間 10:00~12:30
教材費 5,000円(5回分)
対象 一般(高校生以上)
定員 30人

男の料理

土・日曜開催

簡単手料理とおつまみ、お寿司などを作ります。
時 5/16、6/20、7/18、8/15、9/19

講師 大参はるみ氏
曜日 土曜日 5回
時間 10:00~12:00
教材費 3,500円(5回分)
対象 一般男性(料理初心者女性可)
定員 30人

韓国語入門

初歩の韓国語を学びます。あなたも韓国語を学んでみませんか。
時 5/14・21・28、6/4・11・18・25、7/2・9・16

講師 趙 貞愛氏
曜日 木曜日 10回
時間 10:30~12:00
教材費 4,000円(10回分)
対象 一般
定員 10人

はじめてのポルトガル語 土・日曜開催

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。
【初級レベル】
時 5/10・17・24・31、6/7・14・21・28、7/5・12

講師 山口ガブリエル氏
曜日 日曜日 10回
時間 9:30~11:00
教材費 3,000円(10回分)
対象 一般(初心者)
定員 10人

こども絵画教室 土・日曜開催 子供

絵の描き方を楽しく学びます。色の作り方、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!
時 5/16・30、6/6、7/4・18、8/1・29、9/5・19

講師 栢田奈津井氏
曜日 土曜日 9回
時間 14:00~16:00
教材費 2,700円(9回分)
対象 小学生
定員 14人

ベビーとお母さんの体操 I 子供

赤ちゃんにマッサージしながら、親子でふれあう心地よさを感じましょう。赤ちゃん・お母さん同士も交流しながら楽しく体を動かしましょう。
時 5/15・29、6/5・26、7/10・31、8/7・28

講師 三明佳子氏
曜日 金曜日 8回
時間 10:00~11:00
教材費 1,500円(8回分)
対象 2~7か月の乳児とその親
定員 15組

ベビーとお母さんの体操 II 子供

赤ちゃんにマッサージしながら、親子でふれあう心地よさを感じましょう。赤ちゃん・お母さん同士も交流しながら楽しく体を動かしましょう。
時 5/15・29、6/5・26、7/10・31、8/7・28

講師 坂東さく子氏
曜日 金曜日 8回
時間 11:15~12:15
教材費 1,500円(8回分)
対象 5~12か月の乳児とその親
定員 15組



やさしい茶道 (宗偏流)

基礎を学び、気軽に楽しい一時を過ごしましょう。

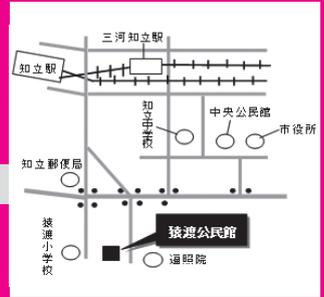
時 5/20、6/3・17、7/1・15、9/2・16、10/7・21、11/4、18、12/2

講師 中野トシ子氏
曜日 水曜日 12回
時間 10:00~12:00
教材費 3,600円(12回分)
対象 一般
定員 15人

猿渡公民館

電話 83-0676(月曜休館)
住所 上重原町小針118-6

受付時間 9:00~17:00



心ある生け花を (池坊)

生活空間にうるおいのあるお花を活けましょう。

時 5/20、6/17、7/22、8/26、9/23、10/21、11/13(金)、12/23、1/20、2/17、3/17

講師 原田佳代子氏
曜日 水曜日 11回
時間 10:00~12:00
教材費 11,000円(11回分)
対象 一般
定員 25人

盆栽

剪定、手入れの仕方など。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)。

時 5/10、6/7、7/5、9/13、10/11、11/8、12/6、1/10、2/7、3/7

講師 谷本 巖氏
曜日 日曜日 10回
時間 9:30~11:30
教材費 1,000円(10回分)
対象 一般
定員 30人

土・日曜開催

折り紙

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。

時 6/13、7/11、8/1、9/12、10/10、11/21

講師 金子多江子氏
曜日 土曜日 6回
時間 13:30~15:30
教材費 2,500円(6回分)
対象 一般
定員 15人

土・日曜開催

ペン字入門

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!

時 5/5・19、6/2・16・30、7/7

講師 桑原由美氏
曜日 火曜日 6回
時間 10:00~12:00
教材費 300円(6回分)
対象 一般
定員 10人

さわやか健康体操

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。

時 5/26、6/9・23、7/14・28、8/4・25、9/8・29、10/13

講師 西村三重子氏
曜日 火曜日 10回
時間 10:00~11:30
教材費 1,000円(10回分)
対象 一般
定員 20人

健康ヨガ

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。

時 5/12・19・26、6/2・9・23・30、7/7・14・21

講師 山本裕子氏
曜日 火曜日 10回
時間 13:30~15:00
教材費 1,000円(10回分)
対象 一般
定員 25人

身体の不具合改善!セルフケア

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」という名前のとおり、自分で身体の健康を作っていきます。

時 5/13・27、6/10・24、7/8

講師 アカサカキコ氏
曜日 水曜日 5回
時間 10:00~11:00
教材費 1,000円(5回分)
対象 一般
定員 10人

~知立市の絵本作家から学ぶ~ オリジナル絵本作り

製本は画用紙や身近な材料を使い行います。そこに絵を描いて絵本にしたり、挿絵を加えフォトブックにしたり、色々なものにアレンジすることができます。

時 7/4・25、8/8、9/12・26、10/10・24

講師 橘 玲子氏
曜日 土曜日 7回
時間 10:00~12:00
教材費 500円(7回分)
対象 小学2年生以上(2・3年生は保護者同伴)
定員 10人

土・日曜開催

はじめてのつまみ細工

布を使って季節にそった飾り物を作ります。針・糸は使わず、ボンドを使うので初めての人でも安心です。

時 6/5、7/3、8/7、9/4、10/2・30、12/4

講師 岩瀬桃子氏
曜日 金曜日 7回
時間 10:00~12:00
教材費 5,600円(7回分)
対象 一般
定員 10人

楽しい講座いっぱい!

春から新しいことにチャレンジしてみるだっぴ!



茶道 (宗徧流)

庭園が望めるお茶室で、伝統文化「茶道」を学べます。一服のお茶を楽しみましょう。

時 5/13、6/10、7/8、8/5、9/9、10/14、11/11、12/9、1/13、2/10、2/14(日)、3/10

講師 中野須眞子氏
曜日 水曜日 12回
時間 10:00~12:00
教材費 3,600円(12回分)
対象 一般
定員 15人

知立文化広場

電話 83-2673(月曜休館)
住所 八橋町井戸尻28-1

受付時間 9:00~17:00



着付

着物を着てお出かけできたら素敵ですね。着付の基礎から学び、自分で着物を着てみませんか。浴衣の着付も学びます。

時 5/13・20・27、6/3・10・17・24、7/1、11/4・11・18・25

講師 近藤啓子氏
曜日 水曜日 12回
時間 10:00~12:00
教材費 600円(12回分)
対象 一般女性
定員 10人

目指そう姿勢美人

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。

時 5/21、6/4・18、7/2・16、8/6・20、9/3・17、10/1

講師 アカサカキコ氏
曜日 木曜日 10回
時間 10:00~11:00
教材費 1,000円(10回分)
対象 一般(ストレッチ等運動に支障がない人)
定員 15人

ネイティブの先生から学ぶ英会話

土・日曜開催

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)】

時 5/9・16・23・30、6/6・13・20・27、7/4・11・18・25

講師 ジョン・レベリイ氏
曜日 土曜日 12回
時間 13:30~15:00
教材費 5,000円(12回分)
対象 一般
定員 15人

文法をおさらいしながら英会話

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。

時 5/13・27、6/10・24、7/8・22、8/5、9/2・16・30

講師 桑山眞弓氏
曜日 水曜日 10回
時間 10:30~12:00
教材費 2,000円(10回分)
対象 一般
定員 10人

はじめてのカメラ~フォトライフを楽しもう~

自分のカメラを使いこなそう!

基本の操作方法はもちろん、思い通りの写真を撮るコツを学びます。

時 5/14、6/11、7/9、8/6、9/10、10/8

講師 藤原志麻氏
曜日 木曜日 6回
時間 13:30~15:30
教材費 1,000円(6回分)
対象 一般
定員 15人

ママのための一眼レフカメラ



託児

カメラの基本操作から、子どもを可愛く撮る方法などシーンに合わせた撮影ポイントを学びます。

時 5/14、6/11、7/9

講師 藤原志麻氏
曜日 木曜日 3回
時間 10:00~12:00
教材費 1,000円(3回分)
対象 一般女性
定員 10人

一字入魂! 一字書

土・日曜開催

漢字一文字をあなたの感性で表現する一字書。字の上手い・下手は関係ありません。初心者でも大丈夫です。心を込めた一文字を書いてみましょう。

時 5/24、6/7・21、7/5・19

講師 永田珠山氏
曜日 日曜日 5回
時間 10:00~11:30
教材費 500円(5回分)
対象 一般
定員 10人

親子であそぼう 歌遊び・初歩のリトミック

子供

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で、基本的なリズム感を身につけます。

時 5/19、6/2・16、7/7・21、8/4・18、9/1・15、10/6・20、11/3

講師 竹内久美子氏
曜日 火曜日 12回
時間 10:00~11:00
教材費 2,000円(12回分)
対象 2歳(4月2日時点)~未就園児とその親
定員 10組

生涯学習ガイドブックをご活用ください

市では、皆さんの生涯学習活動の充実を目的として、生涯学習ガイドブックを発行しています。

市役所各課・市内施設で行われている講座・イベントがまとめられているので、自分が学びたい内容に合わせて講座・イベントを探すことができます。市ホームページでもご覧いただけますので、ぜひご活用ください。

【ガイドブック設置施設(4月以降)】市役所、中央公民館、猿渡公民館、知立文化広場、福祉体育館、図書館、文化会館、福祉の里八ツ田、保健センター、リリオ・コンサートホール、市内小中学校・幼稚園・保育園、児童センター

※各講座・イベントの詳細については、掲載されている問合せ先にご連絡ください。

問 生涯学習スポーツ課 生涯学習係 (☎83-1165 月曜休館)

