

No.	講座名	日時	講師	内容	対象者	参加費	材料費	開講人員	持ち物
1	骨盤を整える健康整体体操	7/30(月) 10:00～12:00 7/31(火) 10:00～12:00	谷 鐵太郎	この健康体操は、整骨・整筋・リラックス等の各運動法により、身体の歪みを取り除き、呼吸器・循環器・神経系および経絡(ツボ)の働きを促し、自然治癒力を促進させる整体体操です。無理なく、楽しく続けられることが大切です。	成人	500円	500円	10～20人	タオル・筆記用具・動きやすい服装
2	成年後見の利用で暮らしに安心を	7/30(月) 10:00～12:00	田中 満枝	高齢期になって判断力が衰えたり認知症で契約や財産管理が困難になった時安心して生活の継続ができるよう活用できる制度として成年後見制度があります。判断力のある時でも使えるこの内容について学習します。	どなたでも	500円	なし	3人～	筆記用具
3	韓国語教室	7/30(月) 13:00～15:00 7/31(火) 10:00～12:00	李 金丹	ハングルの読み方書き方など基本的な事を楽しく学びます。	中学生以上	500円	～200円	5～30人	筆記用具
4	古文書初心者入門講座	7/30(月) 15:30～17:30 7/31(火) 13:00～15:00	宇野 藍子	古文書とは昔の人が書いた文書で、くずし字や候文のことで。視覚的にも楽しい史料を用いて優しく解説します。古文書を通して一緒に江戸時代の暮らしや文化をひも解いていきましょう。	中学生以上	500円	～200円	1人～	鉛筆・消しゴム
5	茶道の世界	7/31(火) 10:00～15:00 [ 10:00～12:00 13:00～15:00 (昼食は、各自で)	久下 宗光	1. 茶道の成り立ちと茶席の心得 茶席の客を体験する(菓子・抹茶の頂き方など) 2. 茶道の基礎知識 茶室・露地・掛物・花・菓子・道具・懐石について 茶筌を使用し実際に茶を点てる。	どなたでも	500円	500円	20人	会場は博物館。白靴下(履替用)・ハンカチ・膝が隠れる服装
6	Enjoy English 英語を楽しく。	7/31(火) 15:30～17:30 8/24(金) 15:30～17:30	中里まり子	この仕事を始めて、21年、経過しました。今、思うことは、中学校、高校と、是非、これから、とり入れてほしい、と、思う音声学があります。“Phonetics”と言うものです。その、アルファベットのもつ、音を、知れば、はじめてみる単語も読みやすい！今回は音声学と、楽しく学ぶ英語を御紹介します。	社会人(もう一度ははじめから英語を勉強したい方)	500円	なし	7人～20人	筆記用具
7	南宗盛物	8/24(金) 10:00～12:00	佐藤 麗陽	「盛物」とは江戸時代後半より文人墨客の余技として生まれ、煎茶席の飾りなどに多用されてきました。今回は窓辺やテーブルの飾りとして、竹製の敷物やお盆等にカラーピーマン、ぶどう等の野菜・果物をあしらいます。	どなたでも	なし	500円	1～10人	カラーピーマン(2～4色)4個、ぶどう(色・大きさ・種類自由)2房
8	パソコンで上手な情報発信・取得	8/25(土) 10:00～12:00 9/29(土) 10:00～12:00	佐藤 享	パソコンの概要を理解し、インターネットの情報を効率的に収集する、また、図やインパクトのある文字を使ったチラシ、回覧板を作る。1回目パソコンの概要、インターネット、2回目ワードを使いチラシ作りを体験する。	パソコン初心者(マウス操作・日本語入力できる方)	なし	500円	3～5人	ワード2007または2010対応ノートパソコン
9	地震はなぜ起こるか？ どう対処するか？	8/25(土) 13:00～17:30	佃 為成	地震がなぜ発生し、どのように起こっているのかについて、もともとの簡単な理屈を説明します。それを理解した上で、地震災害に備える知恵を養います。	どなたでも	500円	なし	1人～	特になし
10	秋を彩るハンギングバスケット(入門編)	9/26(水) 10:00～12:00	吉田 尚代	植物の根を育てるための「いごちの良い土作り」の解説と、堆肥や肥料の上手な使い方など、知ってそうで知らなかった話も加え、藤のかごを器にしたハンギングバスケットを作ります。	どなたでも	なし	1,800円	10～20人	エプロン・必要な方は手袋
11	親の学習「子どもへの接し方」	9/26(水) 13:30～15:30 9/29(土) 13:00～15:00	鈴木由美子	あなたの接し方大丈夫？ 1、他人を思いやる心や自立心を育む、家庭教育のあり方 2、子どもとのコミュニケーションの取り方、接し方など、次にあった家庭教育の知識を具体的に分かりやすく事例を交えてお伝えします。	子どもに携わる方	500円	500円	6人～25人	筆記用具・ノート
12	カラダの流れを整え、すっきり！	9/27(木) 10:00～12:00	佐川 純子	ヒトのカラダはみんなそれぞれに違います。自分のカラダにといかけながら、リンパの流れを整えリフレッシュする事で一緒に楽しみませんか？	どなたでも	500円	なし	6～20人	タオル・動きやすい服装
13	ほのぼののパステル画教室	9/27(木) 13:00～15:00	霜島ひさえ	画材は「パステル」。柔らかな風合いを持つスティック状のもので。野菜や果物、花など季節の旬のものを題材にして、短時間で仕上げる事が出来、絵手紙感覚で描きます。出来上がった絵は、ソフトタッチで、自分も、見る人も癒されます。	どなたでも	500円	100円	2～10人	ぬれふきん(手を拭くため)・(あれば)綿棒2・3本
14	心を詰めるBOXフラワー	9/29(土) 15:30～17:30	高橋 久子	かわいらしい箱に、お花を詰める様にデザイン。簡単なフラワーアレンジメントです。	どなたでも	なし	1,000円	3～10人	ハサミ・筆記用具