

まちの先生が教える ☆☆☆ 2012年より  
毎年開講

知<sup>りたい</sup>たい!

もっと学びたい  
あなたのための

2017年2月開講

好評につき5年目も  
講座開講!

教えて!

まず一步

まちの先生講座



## 受講生募集

- 何かやってみたい、何かを知りたいと思っている方
- 学びたいと思うことに、まず一步を踏み出したい方
- いろいろな講座に気軽に参加したい方

4年間の実績  
受講生 515名  
講座数 78講座

### ■講座の内容、費用

- ◇ 今年度は、25講座を予定(昨年度23講座) <講座詳細はP2~4を参照>
- ◇ 会場は講座によって異なりますので、開講予定リストをご確認ください。
- ◇ 受講者は費用(材料・資料代等)を講座初日にお支払いください。
- ◇ 講座詳細(講座企画書)は、いるまなびとサイト：<http://irumanabito.net/>

### ■募集について(受付開始:12月1日より)

- ◇ 講座受講を申し込まれる方は、P4の申込先に連絡してください。
- ◇ 連続講座は基本全ての日程にご参加いただける方を募集します。都合により欠席された分の受講料は返金できません。
- ◇ 最少定員に満たない場合は、講座は原則中止。最大定員を上回る時は抽選とします。

### ■まちの先生とは

- ◇ 学んだことを地域に活かしたいと考え、登録している市民です。

### ■その他

- ◇ 講座の開催については、お申込みいただいた方にハガキでご連絡いたします。キャンセルは、開催日の1週間前までに事務局へご連絡ください。それ以降のキャンセル・ご連絡なしの欠席については、費用の一部をお支払いいただきます。

### ■申込み(12月1日より受付開始)

P4にある申込様式に従って、入間市生涯学習課までお申込みください。

応募締め切り:平成29年1月6日(金)

※ 郵送の場合は消印有効

問い合わせ 教育委員会生涯学習課

電話 2964-1111 (内4124)

### ■会場所在地 ※会場へのお問い合わせはご遠慮ください。

市民活動センター(イルミン)	豊岡 4-2-2
中央公民館	豊岡 3-10-10
東金子公民館	小谷田 77-3
東町公民館	東町 3-1-35
久保稲荷公民館	久保稲荷 3-9-3
黒須公民館	黒須 2-3-13
高倉公民館	高倉 4-6-20
藤沢公民館	下藤沢 846番地 1
藤の台公民館	上藤沢 406番地 31
二本木公民館	二本木 256番地 1
博物館アリット	二本木 100

いるまなびと



主催:入間市生涯学習をすすめる市民の会

平成28年度 まちの先生講座 開講予定リスト(1/3)

区	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容(特記事項など)	対象者,定員,持ち物
1 文	川柳は日本のうた！五・七・五で人生をよんでみよう 開坂 武彦	2/ 1(水)13:30～15:00 2/ 8(水)13:30～15:00 2/15(水)13:30～15:00 【場所：中央公民館】 費用) 300 円	川柳とは？をはじめとして川柳の名称、ならわし、三要素、俳句との違い、そして作り方等を説明の後、実作に挑戦し、その作品について選評、添削します。	一般、1～20 人 筆記用具
2 文	人間の近代化、現代への足跡、証を訪ねて 岡野 亘	2/ 9(木)13:30～15:30 【場所：武蔵豊岡教会】 費用) 100 円	今の入間の街に息づく、文化遺産、再生活用されている建物を通して、近代から現代への歴史文化を探ります。武蔵豊岡教会を会場とし、オルガン、ホルンの演奏と合わせて、実際の建物から、息吹を感受します。	一般、3～15 人 筆記用具
3 文	茶道の世界 シリーズ⑤ 茶飯釜の茶事講座 久下 宗光	2/ 18(土)10:00～15:00 【場所：博物館「青丘庵」】 費用) 3,000 円	極寒の二月、春の訪れを待ちながら、茶飯釜の茶事を拝見します。釣り釜ひとつを飯と茶の用途に使い、心づくまの席です。見学後全員で点心菓子や菓子を戴き、中立、後座は濃茶に続いて干菓子と薄茶を楽しみます。	一般、10～20 人 履き替え用白足袋または白ソックス ハンカチ
4 文	古文書初心者入門講座 宇野 藍子	2/14(火)13:30～15:00 2/28(火)13:30～15:00 【場所：市民活動センター】 費用) 1,500 円	古文書とは昔の人が書いた文書で、くずし字や異字体で書かれています。古文書の解説方法についてやさしく解説します。視覚的にも楽しい古文書を通して江戸時代の暮らしと文化をご一緒に覗いてみましょう！	一般、3～30 人 筆記用具
5 文	身近な花をお部屋に飾りませんか？ 藪塚 理恵子	2/ 17(金)10:00～11:30 【場所：黒須公民館】 費用) 2,000 円(花代含む)	花を家で飾るのが、難しいと思っている方、ガーデニングを楽しんでいる方。お部屋に花を飾ってみませんか？	一般、3～10 人 花ばさみ(持っている方)
6 美	はじめての風景画 「春の野山を淡彩で描こう」 武田 恵子	2/ 9(木)15:30～17:00 2/16(木)15:30～17:00 2/23(木)15:30～17:00 【場所：中央公民館】 費用) 2,000 円	広大な景色を小さな画用紙にバランス良くまとめるコツ教えます。近くの草木、遠い山、空の描写や省略の仕方など、写真を使って練習します。	一般、4～12 人 鉛筆(HB・2B 各1本)カッター(鉛筆削りに使用)
7 美	臨床美術でだれもがみんなアーティスト！ 「バナナを描く」 山増 智子	2/10(金)10:00～11:30 【場所：藤の台公民館】 費用) 1,000 円	臨床美術の「臨床」とは「現場」という意味で、美術が苦手な人もその日、その場に出会った皆さんとアート(美術)な体験を通して、五感をシゲキし心も体も喜び、誰でもがアーティストになれます。	一般、2～15 人 作品やバナナを持ち帰りするための袋をご用意ください。
8 美	気軽に作れるとび出す絵カード 山崎 紀彦	2/18(土)10:00～11:30 2/25(土)10:00～11:30 【場所：市民活動センター】 費用) 800 円	とび出すカードのしくみは簡単。そのしくみを紹介します。たくさんカードを作り、作る楽しさや作り方を知って、気軽に使えるようになります。【1回のみ参加可】	小学生以上、1～15 人 のり、はさみ、鉛筆
9 語	韓国語入門講座 李 金丹	2/ 7(火)15:30～17:00 【場所：東金子公民館】 費用) 550 円	近い国、韓国の日常的によく使うあいさつや、基本的な文法、また文化などを一緒に学びます。初心者にもわかりやすく教えます。	一般、5～10 人 筆記用具
10 語	動詞から豊かな表現へ (英検2級程度) 新井 栄二	2/10(金)15:30～17:00 2/17(金)15:30～17:00 2/24(金)15:30～17:00 【場所：市民活動センター】 費用) 1,500 円	【英語講座】様々な動詞の使い方を表現篇、語法篇、構文篇に分けて紹介します。数多くの例文に触れ、類例や言い換え練習を通して、動詞の語法に習熟し、表現力を高めることをめざします。	一般、5～20 人 辞書、筆記用具

↑ 文：文化、美：美術、語：語学

平成28年度 まちの先生講座 開講予定リスト (2/3)

区	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容(特記事項など)	対象者、定員、持ち物
11 教	傾聴ボランティア養成講座 実技編 鈴木 由美子	2/ 13(月)10:00~11:30 2/ 20(月)10:00~11:30 【場所：市民活動センター】 費用) 2,000 円	傾聴のポイント (患者とその家族を含む)。実際にボランティアをされている方の問題、悩みについて考え、対応を一緒に考えます。	一般、4~15 人 筆記用具
12 教	自分年金はじめませんか？iDeCo(イデコ)【個人型確定拠出年金】ざっくりまるわかり！ 池田 洋子	2/ 1(水)15:30~17:00 2/ 8(水)15:30~17:00 2/15(水)15:30~17:00 【場所：中央公民館】 費用) 2,400 円	愛称が「iDeCo (イデコ)」に決まった確定拠出型年金。将来、公的年金だけでは不安とお考えの長生きしたいあなた！ 自分のための年金を作るチャンスを学んでみませんか？	20~50 歳位の男女、 5~30 人 筆記用具、計算機
13 教	簡単で美味しい玄米菜食 矢口 洋子	2/ 9(木)10:00~11:30 2/16(木)10:00~11:30 2/23(木)10:00~11:30 【場所：藤沢公民館】 費用) 1,500 円	玄米菜食で家族の健康を取り戻した体験談と、炊飯器で炊ける美味しい玄米飯の炊き方と、簡単に作れるソイミートと野菜のおかずの調理実習を行います。	一般、5~18 人 1・2 回目 筆記用具 3 回目 エプロン、三角巾
14 健	健康のためノルディック・ウォーク、始めませんか 渡部 晃	2/ 1(水)10:00~11:30 2/15(水)10:00~11:30 2/22(水)10:00~11:30 【場所：市民活動センター】 費用) 1,900 円 (ポールレンタル料含む)	ノルディック・ウォークは、二本のポールを持って歩く事によって、安定した歩行ができ、膝・腰等に対する負担が軽減されます。また大きく腕を振り大股で歩く事で、全身運動になり、健康増進に適しています。	一般、3~15 人 運動の出来る服装、靴、タオル、両手が空くリュック等、水分補給の準備
15 健	楽しく歌って介護予防 望月 雅枝	2/14(火)10:00~11:30 2/28(火)10:00~11:30 【場所：市民活動センター】 費用) 1,000 円	声を出すことは、発語、呼吸、嚥下等に高齢になっても歌を歌い心身を活性化させることで、介護の必要のない健康なこころと身体を維持していきましょう。	一般、5~30 人 水分補給としての飲み物
16 健	身体すっきり調整ヨガ ~体をほぐすストレッチ 奥川 典子	2/ 6(月)15:30~17:00 2/13(月)15:30~17:00 2/20(月)15:30~17:00 【場所：高倉公民館】 費用) 1,500 円	ヨガが初めての方、体が硬いがやってみたい方、気軽に参加できるプログラムです。もちろんヨガ経験者の方でもご参加頂けます。ヨガポーズだけでなく、リンパマッサージ等も取り入れています。	一般、5~20 人 ヨガマット又は大きめのバスタオル、水分、フェイスタオル
17 健	はじめてのハタヨガ 友 yoga~友絵とヨガしてみよう！~ 友 絵	2/14(火)15:30~17:00 2/21(火)15:30~17:00 2/28(火)15:30~17:00 【場所：久保稲荷公民館】 費用) 1,500 円	ハタヨガとはポーズと呼吸を中心とした内容になります。体の硬さ、柔らかさ、運動神経の良し悪しは関係ありません。肩こり、腰痛軽減効果や、ヨガ後の心身の緩みをぜひ体感してくださいね！	一般、3~20 人 ヨガマット、フェイスタオル、バスタオル、水分 *ヨガマットレンタル (300 円/日)
18 健	青竹 & ボールで簡単ヨガ 中條 京子	2/15(水)10:00~11:30 【場所：東藤沢公民館】 費用) 500 円	青竹とゴルフボールサイズのボールを使用します。足裏の刺激は心身調整、脳の活性化に繋がります。体力のない方、運動不足の方も安心して行えます。シンプルでゆったりしたヨガの呼吸でリフレッシュ！	40~80 歳位の女性、 8~20 人 ヨガマット (バスタオルも可能)、手ぬぐいサイズのタオル、水分補給の水

↑ 教：教養、健：健康/体操

「まちの先生」リストに登録しませんか



サークル活動や仕事の経験を活用したいとお考えの方、少しでも地域に役立ちたいとお思いの方、入間市ではこのような方々を、「まちの先生」リストに登録しています。登録は個人団体を問いません。詳細については、入間市生涯学習課にお問合せください。

インターネットの活用



入間市のホームページから生涯学習に関する情報にアクセスできます。ご利用ください。

<http://www.city.iruma.saitama.jp/kosodate/syogaigakusyu/>

