

令和6年度 前期 生涯学習講座 のご案内



申込方法

申し込みは、期限までに下記の二次元コードにアクセスし、申込フォームから行うか、お近くの公民館または生涯学習課に備え付けの用紙にてお願いいたします。
なお、用紙にてお申し込みの際は、申込書1枚で1講座のみ記入してください。
2つ以上の講座を希望される方は、講座ごとに申込書を記入・提出してください。
※申込者多数の場合は、講座ごとで抽選を行い、受講者を決定します。
抽選外で受講できない場合がありますので、ご了承ください。

インターネットでの
お申し込みは、こちらから 



申込フォーム

受講資格

市内在住または在勤の方

申込期限

令和6年4月14日(日)まで(必着)

結果通知

令和6年4月23日(火)以降、結果通知書を全員の方にお送りします。受講できることになった方は、通知書に指定された期日までに、その通知書と受講費用を講座が開催される公民館へ持参し、受講票を受け取ってください。なお、納めていただいた費用は、払い戻しをいたしませんので、あらかじめご了承ください。

その他

諸事情により講座を中止させていただく場合があります。その場合は、各受講者宛てに公民館から連絡をさせていただきます。

受付時間・申込場所

・24時間

ウェブ申込(上記二次元コードまたは江南市ホームページより)

・午前9時～午後5時(土曜日・日曜日も受け付けます)

古知野東公民館(〒483-8056 宮後町清水161 TEL 56-1990)

古知野西公民館(〒483-8421 東野町郷前11 TEL 53-0044)

古知野北公民館(〒483-8025 和田町宮144 TEL 55-2416)

・午前8時30分～午後5時(平日のみ)

市役所生涯学習課(〒483-8701 赤童子町大堀90 54-1111 内線339)

講座名	ゆらゆら緩めて 不調を改善、 自分でできる自力整体	クラフトバンド	楽しいフラダンス
内容	体の歪みやコリを探し、自分で 行うマッサージです。タオルや 体圧でツボ・経路を刺激し、筋 膜・関節を緩め姿勢を整えま す。肺機能も高め、免疫力を上 げる体づくりをしましょう。	クラフトバンド（紙ひも）を 使って、バッグを作ります。	基本のステップ、ハンドモー ションを基礎から学びます。ハ ワイアの音楽に合わせた全身 運動で気分もリフレッシュ。初 心者大歓迎です。
持ち物	敷物（ヨガマット、キャンプア ルミシートなど）、水分、汗拭 きタオル、動きやすい服装（ス カートやキュロットスカートは 不可）五本指靴下か素足	はさみ、メジャー、 木工用ボンド、 洗濯ばさみ5個程度	運動しやすい服装、タオル、 水分補給
曜日	木曜日	金曜日	水曜日
時間	10:00~11:30	13:30~15:00	10:00~11:30
定員	15名	15名	20名
費用	500円(資料代)	2,000円(材料費)	300円(資料代)
学 習 プ ロ グ ラ ム	①6/6(木) 自力整体を体験しよう。自力 整体とは？体の痛みの話、自身 のコリを見つけて緊張を取る。 ②6/13(木) 上半身を緩めてみよう。眼、 首、肩まわり、背中の調整、肺 機能を高める。 ③6/20(木) 下半身を緩めてみよう。腰、 股関節、膝、足指の調整、骨盤 を整える。 ④6/27(木) 身体の歪みを知り、姿勢を整 えよう。左右差をなくし、緩め る。 ⑤7/4(木) ツボや経路を刺激して緩めて みよう。 ⑥7/11(木) 身体からのメッセージを受け 取ってみよう。	①5/24(金) 底作り ②6/14(金) 側面作り ③6/28(金) 側面飾り作り ④7/12(金) 持ち手作り ⑤7/26(金) 縁飾りあみ	①6/5(水) 基本のステップ、ハンドモー ション、みんなのフラ1, 2 ②6/19(水) 基本のステップ、ハンドモー ション、みんなのフラ2, 3 ③7/3(水) 基本のステップ、ハンドモー ション、みんなのフラ3, 4 ④7/17(水) 基本のステップ、ハンドモー ション、みんなのフラ4, 5 ⑤7/31(水) 基本のステップ、ハンドモー ション、みんなのフラ5, 6 プチ発表会
講師	自力整体ナビゲーター 滝 いずみ	クラフトバンド・エコロジー 協会 認定講師 石川 恵	フラダンス教室講師 野崎 美帆
会場	古知野東公民館 会議室	古知野東公民館 実習室	古知野東公民館 会議室

講座名	バルーンアートを 楽しもう	ボールペンで 「美文字レッスン」	「古典講座」 古典に登場する 魅力的な人たち
内容	バルーンアートの基本から応用 まで体験していただけます。 そして、バルーンアートで春夏 秋冬を作ります。	はがき・書類など文字を書く 機会は意外に多いものです。 丁寧に読みやすい文字は周囲 の人に好感を与えます。文字の 書き方を学び、美しく見えるポ イントを覚えましょう。キレイ に書く秘訣と冠婚葬祭に活躍す る筆ペンのコツも学びます。	古典に登場する個性的な人物 を、作品を読むことでその魅力 を知ろう。
持ち物	はさみ、黒の油性マジック	0.5ミリボールペン（ジェル ボールペンがおすすめ） Aライン大学ノート 筆ペン（ぺんてる中字）	筆記用具
曜日	日曜日	火曜日	木曜日
時間	9:30～11:30	10:00～11:30	10:00～11:30
定員	40名※大人の方1名での参加が 可能です。小学生以下のお子様 1名とご家族の方1名のペアも OKです。	20名	30名
費用	2,500円(ポンプ代を含めた材 料費)	600円(資料代)	1,000円(資料代)
学 習 プ ロ グ ラ ム	①6/9(日) 春をお楽しみに！ バルーンアートの基本1 ②7/14(日) 夏をお楽しみに！ バルーンアートの基本2 ③8/4(日) 秋をお楽しみに！ バルーンアートの応用1 ④9/8(日) 冬をお楽しみに！ バルーンアートの応用2	①6/4(火) くせ字が直る！ひらがな・ カタカナ・数字マスター編 ②6/11(火) 自信がつく！漢字マスター編 ③6/18(火) はがき・挨拶状を書いて みよう！ ④6/25(火) たて書き、手紙を書いて みよう！ ⑤7/2(火) 筆ペンでのし袋に挑戦して みよう！	①6/13(木) 「平安朝の超人たち（小野 篁・ 安倍晴明・菅原道真）」 ②6/20(木) 「平安の大実力者（藤原 道長）」 ③6/27(木) 「二人の中宮（中宮定子と中 宮彰子）」 ④7/4(木) 「和歌の力（藤原定家・在原 業平・藤原公任ほか）」 ⑤7/11(木) 「市井の人たち（宇治拾遺物 語ほか）」の世界
講師	バルーンアーティスト 五島 秀享	美文字アドバイザー／書道師範 ／筆耕士 吉田 美和子	岐阜県高等学校講師、日本国語 教育学会高校部会長 西岡 裕二
会場	古知野東公民館 会議室	古知野西公民館 会議室	古知野西公民館 会議室

講座名	お天気玉手箱	伊勢型紙	<古代史講座> 尾張を歩いた ヤマトタケル ～そして伊吹山へ～
内容	その季節に応じた暦や話題、 防災上の注意点とともに最新情 報も詳しく楽しくお話ししま す。	染める時の型紙として用いら れていた日本の伝統芸術「伊勢 型紙」その技法が繊細で優美で あるため、現在ではアートとし て高く評価されるようになりま した。日本の伝統芸術を手軽に 体験できる講座です。	永遠のスーパーヒーロー「ヤ マトタケル」はこの尾張の地に 大きく足跡を残しています。写 真や地図を見ながら英雄の姿を 追求します。
持ち物	筆記用具	なし (必要な方は、普段お使いの 眼鏡等)	筆記用具
曜日	土曜日	木曜日	土曜日
時間	10:00～11:30	13:30～15:00	10:00～11:30
定員	30名	10名	20名
費用	800円(資料代)	1,000円(材料費)	400円(資料代等)
学 習 プ ロ グ ラ ム	①6/1(土) 気象キャスターの仕事&梅雨 の見通し ②7/6(土) 夏の天候注意点 ③9/7(土) 危険な9月を乗り切るために ④10/5(土) 手ごわい10月台風 ⑤11/2(土) 天気に関する名言・ことわざ ⑥12/7(土) 冬の天候最新情報 ⑦2/1(土) 最も難しい天気予報とは？ ⑧3/1(土) 気まぐれ！春の天気	①5/23(木) 伊勢型紙の歴史 道具(工具)類の使い方 ②5/30(木) 基本の彫り方の説明 作品づくり1 ③6/13(木) 作品づくり2 ④6/27(木) 仕上げ 作品の完成	①5/25(土) ヤマトタケルの概要 記紀(古事記・日本書紀) にみるヤマトタケル ②6/1(土) 尾張を歩いた英雄1 地図と写真 ③6/8(土) 尾張を歩いた英雄2 草薙剣と尾張氏 ④6/15(土) 決戦伊吹山 白鳥伝説
講師	気象キャスター・気象予報士・ 防災士 寺尾 直樹	伊勢型紙講師 出井 昭男	郷土史家 歴史ライター 竹田 繁良
会場	古知野西公民館 会議室	古知野北公民館 集会室	古知野北公民館 集会室

講座名	心を癒す点描曼荼羅画 (ヒーリング曼荼羅)	スマートフォン講座	らくらく エアロ&ストレッチ
内容	あらかじめ描かれた下図に、好きな色のカラーペンを使って、点を打ち曼荼羅画に仕上げます。	スマホをもっと便利に使いこなそう！ オンラインでできる市の行政サービスの案内や手続き、図書館の検索や予約、電子図書を読むなどが自宅から簡単にできます。	前半：音楽に合わせて体を動かします。慣れてきたら色々なステップを試してみましょう。 後半：リングを使って全身をほぐし、肩こりや腰痛改善をします。 初心者でも大丈夫です。
持ち物	なし (必要な方は、普段お使いの眼鏡等)	スマートフォン 図書館利用カード	室内シューズ・水分・タオル・ヨガマット(またはバスタオル) リングは貸し出します。
曜日	木曜日	水曜日	金曜日
時間	10:00~11:30	13:30~15:00	10:00~11:30
定員	15名	10名	20名
費用	500円(材料費等)	300円(資料代)	300円(リングレンタル代)
学習プログラム	①5/30(木) 点描の打ち方 グラデーションなどの練習 10cm角の作品を仕上げます ②6/6(木) 10cm角のシードオブライフの作成 ③6/13(木) いろんな曼荼羅画を描いてみよう ピーコックぬりえ曼荼羅 ドット曼荼羅 ④6/20(木) ハガキサイズの作品の仕上げ	①6/5(水) スマートフォンを使って図書館の貸出申込をしよう スマートフォンを使って電子図書館の本を読もう ②6/12(水) スマートフォンを使って市の施設予約をしよう スマートフォンを使って市の申請をしよう	①6/14(金) 説明、音楽に合わせての動き リングの使い方の説明と 全身ほぐし ②6/21(金) 音楽に合わせての全身運動 足裏から血流改善と ストレッチ ③6/28(金) 音楽に合わせての様々な運動 肩こりや腰痛改善 筋膜リリース
講師	曼荼羅アーティスト 平山 百合子	スマホ・タブレットアドバイザー 丹羽 睿 田中幸子 中島 仁	フィットネスインストラクター 鈴木 圭子
会場	古知野北公民館 集会室	古知野北公民館 集会室	古知野北公民館 第1・2会議室

講座名	一眼レフのような 写真が撮れる スマホカメラ講座
内容	プロカメラマンの視点で、スマホカメラでも綺麗に撮れるコツを、分かりやすくお伝えします。実践も交えながらの楽しい講座です。
持ち物	スマートフォン 筆記用具 充電器(できれば)
曜日	土曜日
時間	13:30~15:00
定員	15名
費用	300円(資料代)
学習プログラム	①6/22(土) スマホカメラの基本を知る スマホカメラの基本的な操作 基本的な使い方と実践構図 ②7/6(土) スマホで簡単オシャレに編集
講師	プロカメラマン 尾関あゆみ
会場	古知野北公民館 集会室