

受講者募集

令和7年度 後期開催(11月～3月) 川越市市民講座 講座案内

令和7年
9月30日(火)
必着！！

★お申込みは電子申請(推奨・下記二次元バーコードから)又は往復ハガキで！★

■歴史に関する講座

- 1 歴史講座 市内の寺社の装飾彫刻から人々の願いを探る

■文学に関する講座

- 2 筆字に親しむーなぞりの写経から自由な葉書・色紙ー

■音楽・芸能に関する講座

- 3 世界遺産の楽器・古琴(七弦琴)を楽しむ

■外国語・国際理解に関する講座

- 4 小学生レベルの簡単で楽しい英会話教室

■健康・スポーツに関する講座

- 5 "ガン"になっても薬膳と太極拳で"元気"に生きる
- 6 うつ病ってなあに？
- 7 笑いヨガ
- 8 元気になれるフラダンス教室
- 9 リハビリスタッフと医療・介護の疑問・不安について解決しよう

■手工芸に関する講座

- 10 かぎ針でバックを編もう

- 11 生花のフラワーアレンジメント

- 12 初心者さんのパッチワーク講座

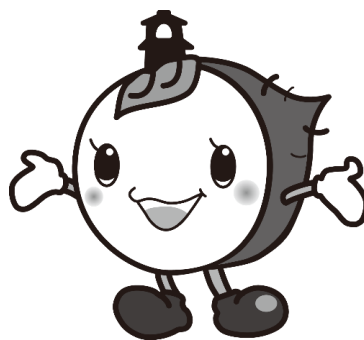
■家庭生活・その他に関する講座

- 13 初心者のためのペン字教室

- 14 ほっとひと息。大人のための絵本セラピー®

■生きがい・カウンセリングに関する講座

- 15 使える！選択理論心理学講座



川越市マスコットキャラクター ときも

【申込締め切り】 令和7年9月30日(火)※必着

◎氏名について(了承のうえお申込みください)

申込みの際にいただいた申込者氏名は、本事業実施および傷害保険加入のため、講座主宰者・保険会社等の第三者へ提供することがあります。

◎受講に関するお知らせについて

受講可否等については、**令和7年10月20日(月)頃まで**に全員の方へ、電子メール又は返信ハガキでお知らせします。

電子申請はこちら



【お問合せ】川越市文化スポーツ部 文化芸術振興課 生涯学習推進担当

TEL 049-224-6157 FAX 049-224-8712

E-mail:bunkashinko★city.kawagoe.lg.jp(★を@に置き換えてください)

令和7年度 川越市市民講座(後期)会場一覧

 市民講座会場

施設名	講座番号	所在地	電話	備考
中央公民館	1,3,9	三久保町18-3	222-1394	
さわやか活動館		的場2649-1	237-4890	
北公民館	4	氷川町107	222-1400	
芳野公民館		北田島119-2	222-1873	
古谷公民館	6	古谷上3830-2	235-1834	※駐車場が少ないので、なるべく徒歩、自転車又は公共交通機関(バス)でお越しください。
南古谷公民館		今泉371-1	235-1519	※駐車場が少ないです。
高階公民館	8,11,14	藤間27-1	242-6064	
高階南公民館		藤原町23-7	245-3581	
福原公民館		今福481-3	242-5005	※駐車場が少ないです。
大東公民館	10,13	豊田本5-16-1	243-0022	
霞ヶ関公民館		笠幡177-1	231-1009	※駐車場が少ないです。
霞ヶ関西公民館		笠幡3001-12	227-6551	
霞ヶ関北公民館		的場北1-18-6	231-4455	※駐車場が非常に少ないので、徒歩、自転車又は公共交通機関でお越しください。
伊勢原公民館	2,5,15	伊勢原町5-1-1	237-5676	
川鶴公民館		川鶴2-8-3	233-9306	
名細公民館	12	小堤662-1	231-0001	
山田公民館		山田161-7	224-4194	※駐車場が少ないです。
やまぶき会館		郭町1-18-1	222-4678	
川越西文化会館		鯨井1556-1	233-6711	
川越南文化会館		今福1295-2	248-4115	
ウェスタ川越	7	新宿町1-17-17	249-3777	駐車場有料(1時間無料、以降200円/時間)

**※各公民館の駐車場には、非常に限りがあります。
なるべく自転車、徒歩又は公共交通機関でお越しください。**

1 歴史講座 市内の寺社の装飾彫刻から人々の願いを探る

①市内にある仙波東照宮、三芳野神社、川越氷川神社の装飾彫刻に込められた昔の人の思いや願いを探る。全3回
②11/12、12/3、12/10(水)③10:00～12:00④中央公民館 講習室1号⑤16歳以上⑥15名⑦500円⑧筆記用具⑨鈴木 登喜夫:10年間川越市でシルバーガイドをやっています。過去2回市民講座の講師をしています。

2 筆字に親しむーなぞりの写経から自由な葉書・色紙ー

①なぞりの写経と平仮名の練習を行い、小筆を使用して好きな言葉の作品を創作(彩色葉書、色紙等)全6回
②11/1、11/15、12/6、12/20、1/17、1/24(土)③14:00～15:00④伊勢原公民館 講座室⑤16歳以上⑥20名⑦1,500円⑧墨汁、半紙、硯(墨池)、小筆(初回説明後、購入可)⑨川上 凛音:長きにわたり篆隸楷行草仮名に親しんできました。瞬間の呼吸を残せる書の魅力をお伝えしたいです。

3 世界遺産の楽器・古琴(七弦琴)を楽しむ

①光源氏も愛した琴(きん)。演奏を交えつつ、楽器のしくみ、歴史、文学、絵画などから特徴を紹介します。全1回
②11/22(土)③16:30～18:30④中央公民館 音楽室⑤16歳以上⑥20名⑦200円⑧筆記用具⑨荒井 雄三:玉堂琴社社長。古琴は坂田進一、北京の王迪に師事。東京芸術大学、筑波大学大学院修了。東洋大学大学院講師。

4 小学生レベルの簡単で楽しい英会話教室

①簡単な身振りと共にその動作の英語を発声会得し覚えたらお互いに会話する。さらに米国のKids songを楽しく歌う。全10回
②11/5、11/19、12/3、12/17、1/7、1/21、2/4、2/25、3/4、3/18(水)③9:30～11:30④北公民館 講座室⑤16歳以上(英語の苦手な方)⑥10名⑦300円⑧筆記用具⑨生井 美津子:中・高英語教諭38年勤め退職後近年では小学校の英語補助教諭としてアメリカのALTと共に小学生に英語を指導。

5 "ガン"になっても薬膳と太極拳で"元気"に生きる

①自身の子宮体ガンステージⅢCの体験談。またそれを通して"ガン検診"の推奨と、治療後の生活(食事、運動)を紹介する。全1回
②11/2(日)③10:00～12:00④伊勢原公民館 講座室⑤20歳以上の女性で薬膳、太極拳未経験の方(いずれか一つでも可)⑥20名⑦100円⑧筆記用具⑨岩谷 恵美子:58歳で国際薬膳師資格取得。59歳で子宮体ガンステージⅢCを経験。手術、抗ガン剤治療後6年経過。現在、元気に暮らしている。

6 うつ病ってなあに？

①うつ病の原因、症状、対応方法などについて分かりやすく説明をします。全1回
②11/4(火)③10:00～12:00④古谷公民館 会議室⑤16歳以上⑥15名⑦300円⑧筆記用具、飲み物⑨砂村 友紀:元看護師。現在心理カウンセラー、うつ病アドバイザーとして個別にカウンセリングを行っています。

7 笑いヨガ

①笑う動作とヨガの呼吸法を合わせた誰にでも出来る健康体操。笑いヨガによる体と心の変化を体験していただきます。全6回
②11/12、11/19、12/10、12/24、1/14、1/28(水)③10:30～12:00④ウェスタ川越 活動室2⑤16歳以上⑥20名⑦500円⑧汗拭きタオル、水分⑨久津間 英子:笑いヨガリーダー、笑い療法士、笑いヨガクラブ主催、川越市市民講座で主宰者として開講経験あり。

8 元気になるフラダンス教室

①フラの基礎と曲を学びます。帰るころには笑顔になり、穏やかな疲れと一体感のある教室になると思います。全3回
②11/6、11/20、12/4(木)③19:30～21:00④高階公民館 軽体育室⑤16歳以上(フラダンスを学びたい方どなたでも)⑥20名⑦1,200円⑧筆記用具、メモ帳、水分、タオル⑨大貫 広子:川越でフラを教えて20年以上になります。いつも楽しく「ALOHA」の心を大切にレッスンを重ねております。日本にいながら少しでもHawaiiの風を感じていただけたら幸いです。

9 リハビリスタッフと医療・介護の疑問・不安について解決しよう

①医療・介護、本人や家族の身体状態など、様々な分野で経験を積んだリハビリスタッフがアドバイスすることが出来る講座。全1回
②11/29(土)③10:00～12:00④中央公民館 講習室1号⑤16歳以上⑥20名⑦無料⑧基本的には無し(必要に応じて各種書類等)⑨佐々木 亮仁:豊仁会三井病院リハビリテーション科所属
リハビリテーション科副主任、訪問リハビリテーション部門責任者

10 かぎ針でバックを編もう

①玉編みでバッグを編む。全4回
②11/6、11/20、12/4、12/18(木)③9:30～11:30④大東公民館 講座室2号⑤16歳以上⑥10名⑦3,800円⑧かぎ針(8/0号、直径5mm)、筆記用具、ニットマーカー(10個くらい)⑨川田 さんがつ:東京・川越のカルチャースクールで手作りバッグの講師をしている。

11 生花のフラワーアレンジメント

①生花を使ったフラワーアレンジメントです。初心者の方も大歓迎です。お花のある生活で彩をプラスしませんか。全2回
②11/8、1/17(土)③13:30～15:30④高階公民館 工芸室⑤16歳以上⑥10名⑦5,000円⑧花ばさみ、持ち帰り用袋(底が広い物)⑨couleuriche(クルーリッシュ) 亀岡:フラワーデザイナーとして活動。フラワーアレンジメントデザイナー資格取得。

12 初心者さんのパッチワーク講座

①～ハートのフレームキルト～
パッチワークに興味のある方、基礎から学びステップアップしましょう。全2回
②11/8、11/15(土)③13:30～15:30④名細公民館 講座室2号⑤パッチワーク初心者向け⑥15名⑦2,500円⑧ソーイングセット、はさみ2種(ソーイング用、工作用)、筆記用具、15～20cm定規、フリクションペン(アイロン熱で消える)⑨白石 朋子:パッチワーク経験26年。創作する楽しさをご一緒に!! 令和6年度川越市市民講座主宰者として経験あり。

13 初心者のためのペン字教室

①まずは自分の名前を自信を持って書けるように字形のコツを覚える。ひらがな、漢字を美しく書くポイントを学ぶ。全4回
②11/11、11/25、12/9、12/23(火)③13:30～15:30④大東公民館 講座室1号⑤ペン字を初めて学ぶ方⑥15名⑦500円⑧無し⑨廣瀬 由美子:長年の書道経験を生かし、字を書くことが苦手な方へ字の上達ポイントを伝授します。

14 ほっとひと息。大人のための絵本セラピー®

①絵本セラピー®体験と、参加者どうしの感想(絵本について)をシェアし合うグループワーク。全5回
②11/1、12/6、1/10、2/7、3/7(土)③10:00～11:30④高階公民館 講座室2号⑤16歳以上⑥18名⑦3,000円⑧各自飲み物⑨荒井 智恵:絵本セラピスト。ほっとひと息。大人も絵本の読み聞かせを聞いて、楽しいおしゃべりタイムを過ごしませんか。

15 使える! 選択理論心理学講座

①人間関係や仕事でうまくいかないことや失敗の心理的原因を学び、すぐに実践していくことを目指します。全4回
②2/18、2/25、3/4、3/11(水)③9:30～11:30④伊勢原公民館 会議室⑤第3回まで参加できる方⑥16名⑦1,000円⑧筆記用具、笑顔とリラックスした気持ち⑨金澤 伸二:元教師カウンセラー。選択理論心理学による相談が専門です。趣味は散歩と読書など。Give&Giveが信条です。



川越市マスコットキャラクター ときも

お申込み方法

- 1回の申込み(電子申請・往復ハガキ)につき、1つの講座・1名様限りとなります。
※複数回、複数名申込み希望の場合は、再度お申込みください。
- 令和7年9月30日(火)締切です(必着)。
- 受講可否等は、10月20日(月)頃までに、Eメール又は返信用ハガキでお知らせします。
※メールアプリは市からの“city.kawagoe.lg.jp”メールが受信可能な設定にしてください。
※アプリの設定により「迷惑メール」フォルダに振り分けられている場合がございますので、メールが届かない場合はご確認ください。

1 電子申請の場合(推奨)

以下の二次元バーコードを、スマートフォン・タブレットPC等で読み取り、お申込みください。



2 往復ハガキの場合

往復ハガキに以下の事項を記入し、以下に郵送してください。

- ①希望講座番号・講座名、②氏名(ふりがな)、
- ③郵便番号、住所、④電話番号(昼間連絡のつく番号)
- ⑤年齢、⑥性別、⑦(市内に在勤・在学の方)勤務先、学校名

【郵送先】〒350-8601 川越市元町1-3-1 川越市文化芸術振興課

※記入の際は、鉛筆・こすると消えるボールペン(フリクションペン等)は使用しないでください。
※往復ハガキは、往信・返信とも85円分となっているか確認し、不足分は必ず切手を貼付してください。

3 受講に関する注意事項

- 1 申込みが規定の人数を超えた場合は抽選となります。
また、応募人数が少ない場合、開催を見合わせる場合があります。
- 2 参加可能な講座に申込みいただき、申込み後のキャンセルはご遠慮ください。
- 3 参加費は教材代や資料代などの実費です。
記載した金額以外に、別途保険料等がかかる場合があります。
なお、支払い済みの参加費は、欠席や辞退をされても一切返金いたしません。
- 4 受講決定後に辞退する場合、講座開催の10日前までに講師(主宰者)まで御連絡ください。
連絡なく講座を辞退した場合、講座開催に要する実費分を御負担いただく場合があります。
※材料準備等の関係で、辞退の期限が早い講座があります。
- 5 参加費は、直接講座講師(主宰者)に講座会場でお支払いください。
- 6 受講は市内在住、在勤、在学の方が対象ですが、応募多数の場合市内在住の方を優先します。
他自治体在住で、市内に在勤・在学の方は、勤務先又は学校名を記入してください。
- 7 会場の駐車場は限りがあるため、自転車、徒歩又は公共交通機関の利用にご協力ください。
- 8 市民講座は皆さんで作る講座です。受講者の方も準備と後片付けに御協力ください。

【お問合せ】川越市文化スポーツ部 文化芸術振興課 生涯学習推進担当
TEL 049-224-6157 FAX 049-224-8712
E-mail:bunkashinko★city.kawagoe.lg.jp(★を@に置き換えてください。)

memo

川越市市民講座は、市民と川越市との協働で開催する、市民による市民のための講座です。
市民(講座主宰者)が企画・運営し、市は会場の手配と受講者の募集等を行っています。