

## 20. やさしい大正琴教室

①初めての方を対象に基礎から、やさしく楽しく学ぶ。貸し琴有り②5月19日～8月4日、水曜日(全6回)、午後1時30分～3時30分③伊勢原公民館④16歳以上⑤20人⑥700円

## 21. 三味線基礎講座 ～いろいろの「い」から～

①三味線の説明・取り扱い方から始め、弾き方を学ぶ。最終回までに簡単な曲を弾く。貸し三味線有り②5月18日～10月19日、火曜日(全11回)、午後1時30分～3時30分③北公民館④16歳以上(三味線を用意できる方優先)⑤15人⑥500円

## 22. 四正太極拳

①日本では健康法として知られている四正太極拳の基本動作とその思想を学ぶ②5月30日～6月27日、日曜日(全5回)、午後6時～8時③名細市民センター④16歳以上⑤20人⑥100円

## 23. 剣・詩舞でボランティアを

①剣舞「川中島」、詩舞「富士山」②5月12日～10月27日、水曜日(全12回)、午後1時30分～3時30分③中央公民館④16歳以上⑤10人⑥4,000円

## 24. 和の動きで健康に - NOSS(にほんおどリスポーツサイエンス) -

①日本の踊りから生まれた口コモ予防、介護予防運動②5月12日～10月27日、水曜日(全10回)、午前10時～11時30分③中央公民館④50歳以上⑤15人⑥100円

## 25. はじめてのプリザーブドフラワー

①初めての方を対象にしたプリザーブドフラワーの実技②5月26日～10月20日、水曜日(全6回)、午前10時～正午③芳野公民館④16歳以上⑤20人⑥18,000円

## 26. いつまでも美しい魔法のようなお花プリザーブドフラワー体験レッスン

①プレゼントや結婚式のブーケなどで人気のあるプリザーブドフラワーの扱い方、ワイアリングの基礎を学び、アレンジを制作する②6月26日(出)・7月10日(出)、午後1時30分～3時30分③女性会館④中学生以上⑤20人⑥4,000円

## 27. プリザーブドフラワー&フラワーアレンジメント

①季節の花を使用してアレンジをする②5月18日～10月19日、火曜日(全6回)、午前10時～正午③名細市民センター④16歳以上⑤15人⑥15,000円

## 28. 親子でフラワーレッスン ～母の日・父の日・敬老の日にありがとうを伝えよう♪

①母の日・父の日・敬老の日にごろの感謝の気持ちを込めて、心のこもった愛情たっぷりの手作りのお花をプレゼント②5月8日～9月18日、土曜日(全3回)、午前10時～正午③中央公民館④小学生以上と保護者⑤20組⑥4,500円

## 29. 初めての押し花講座

①自然の花の色を美しいままに残せる押し花を作り、オリジナル作品を仕上げる楽しみを知る②5月18日～10月19日、火曜日(全6回)、午前10時～正午③伊勢原公民館④16歳以上⑤10人⑥15,000円

## 30. 初級ビーズアクセサリ

①初心者向けのビーズアクセサリ(8作品)を作る②5月12日～10月20日、水曜日(全8回)、午前10時～正午③南古谷公民館④成人女性⑤20人⑥8,000円

## 31. ビーズ講座

①初めての人でも出来る簡単なビーズアクセサリ作り②5月19日～7月7日、水曜日(全4回)、午前10時～正午③北部地域ふれあいセンター④成人女性⑤10人⑥3,000円

## 32. 水彩色鉛筆で描くための入門講座

①色鉛筆に水彩絵の具の要素を組み合わせた水彩色鉛筆を使い、手軽に描く楽しさを知る②5月19日～7月28日、水曜日(全6回)、午後1時～3時③高階南公民館④16歳以上⑤15人⑥200円

## 33. 線で描くスケッチ入門

①下書きをせずペンで描くスケッチ。水彩絵の具で着色②5月22日～7月24日、土曜日(全5回)、午前10時～正午③高階市民センター④中学生以上⑤15人⑥1,500円

## 34. もっと身近にアロマテラピー

①アロマテラピーとは何か? また精油の香りを実際に感じ、エアフレッシュナー、バスソルト、トリートメント用オイルの作成を行う②5月20日～7月8日、木曜日(全3回)、午前10時～正午③中央公民館④16歳以上⑤12人⑥1,800円

## 35. 自分らしい色発見講座

①2種類のカラーセラピーとパーソナルカラー(似合う色)診断を体験して、心と見た目似合う色を見つける②5月11日～6月22日、火曜日(全4回)、

午前10時～正午③伊勢原公民館④16歳以上⑤15人⑥1,500円

## 36. ワイン入門

①ワインを他のお酒と比較しながら、どういうお酒か把握する②5月2日～7月4日、日曜日(全3回)、午後3時30分～5時③東部地域ふれあいセンター④車両を運転しないで来られる成人⑤20人⑥1,000円

## 37. 超初心者将棋入門

①楽しくゲームすることを目指して、将棋の基礎を学ぶ②5月8日～7月24日、土曜日(全6回)、午後2時～4時③霞ヶ関北公民館④小学3年生以上⑤20人⑥500円

## 38. 鎌倉彫

①木地(7寸丸皿)に図案をつけ彫刻する②5月12日～8月18日、水曜日(全8回)、午後1時～3時③中央公民館④成人⑤20人⑥15,000円

## 39. レザークラフト「シエリダンスタイルのメガネケース作り」

①なめした白い革に図案を写し、カッター、刻印を使って立体的に仕上げる。それを好きな色に染色し、仕立てる②5月8日～10月23日、土曜日(全12回)、午前9時30分～正午③福原公民館④中学生以上⑤10人⑥4,500円

## 40. はじめての中国語入門講座

①初めて中国語を学習する人のために、中国語の基礎から学習する②5月2日～10月17日、日曜日(全12回)、午後1時～2時30分③霞ヶ関北公民館④中学生以上⑤20人⑥6,000円

## 41. 「年内に英会話初心者を出する!」川越市民英会話

①初心者対象の英会話講座。初心者でもすぐに使えるフレーズ、一発で通じる発音、海外旅行で役立つ表現など②5月11日～10月26日、火曜日(全12回)、午後1時30分～3時③高階市民センター④16歳以上⑤20人⑥6,000円

## 42. 初心者のための俳句講座

①基本編(俳句の成り立ち、歳時記の使い方など)、実作編(俳句の作り方、句会のやり方、句会の実施)②5月17日～10月18日、月・火曜日(全6回)、午後1時30分～3時30分③高階南公民館④成人⑤20人⑥1,000円

## 43. 詩吟を共に親しむ

①漢詩、和歌、俳句などを朗吟する②5月8日～10月23日、土曜日(全12回)、午後1時30分～3時③高階南公民館④中学生以上⑤20人⑥1,500円

# 「市民講座」の 受講生募集

中央公民館・TEL222-1394

市民の皆さんが企画・運営する、市民の皆さんによる市民の皆さんのための講座です。詳しくは、市ホームページ・公民館で配布している講座案内をご覧ください。

\*各講座は、応募が9人以下の場合は実施しません。

## ●申し込み方法

往復ハガキ(1講座1枚)に、講座番号・講座名・氏名(ふりがな)・住所・年齢・電話番号を明記し、4月15日(木)(必着)までに〒350-0054三久保町18-3・中央公民館

凡例

①内容②日時③会場④対象  
⑤定員⑥経費

## 1. 高齢者の生と死と幸福について

①高齢化社会の中で、高齢者の生き方・生きがい・真の幸福について考える②5月12日～9月15日、水曜日(全10回)、午前10時～11時30分③高階市民センター④16歳以上⑤20人⑥130円

## 2. 民俗学入門 ―生活文化にうるおいを持たせるために―

①身近な生活に受け継がれている民俗のさまざまな姿に着目して、その基礎をやさしく解説②5月13日～10月14日、木・金曜日(全6回)、午後2時～3時30分③伊勢原公民館④16歳以上⑤20人⑥2,800円

## 3. 子どもの未来を考える ～思春期の心と体の成長の変化～

①思春期の子供の成長過程を学ぶことで、子供を支え、親としての見聞と理解を深める②5月15日～6月19日、土曜日(全3回)、午前10時～正午③高階市民センター④小学生～高校生の保護者⑤20人⑥100円

## 4. 体験学習「自分発見のコミュニケーション」

①共生・共感・触れ合い、そして分かち合いという関係づくりを通して、合意形成・問題解決・自己実現を図り、自分と相手を大切にする方法を学ぶ②

5月7日～10月15日、金曜日(全12回)、午前10時～正午③大東南公民館④16歳以上⑤20人⑥1,200円

## 5. 市民が考える「市民参加条例」などの勉強会

①「市民参加」にかかわることがなぜ必要か、条例が必要なのか、簡単なルールではいけないのかなど、行政に参加することの重要性を学ぶ②5月22日～10月16日、土曜日(全6回)、午後1時30分～3時③高階市民センター④中学生以上⑤15人⑥300円

## 6. 住まいの防犯対策基本講座

①空き巣対策のポイントを分かりやすく学ぶ。マスコミなどによる防犯対策の問題点・注意点を解説②5月18日～10月19日、火曜日(全6回)、午前10時～11時30分③高階市民センター④成人⑤20人⑥100円

## 7. 高認をうけよう

①数学40分・英語40分・理社科目40分に分けてワークブックを進め、11月実施の試験に向けてペースを作る②5月9日～10月10日、日曜日(全10回)、午後3時～5時③中央公民館④16歳以上⑤20人⑥6,000円

## 8. 時刻表で旅

①旅の楽しみ方、時刻表の見方・読み方。旅を企画する。時刻表検定問題(3・4級)②5月19日～9月1日、水曜日(全8回)、午前9時30分～11時30分③中央公民館④16歳以上⑤16人⑥1,900円

## 9. 心理テストとコミュニケーション

①簡単な心理テストで日ごろのコミュニケーションを振り返り、地域や家庭内の人間関係改善に役立てる②5月9日(日)、午後1時～3時③高階市民センター④中学生以上⑤20人⑥無料

## 10. コーチング入門講座

①コーチングとは、相手のやる気を導く会話のスキル。職場や家庭が明るくなるちょっとしたコツを学ぶ②6月12日～7月24日、土曜日(全4回)、午前10時～正午③中央公民館④中学生以上⑤15人⑥500円

## 11. 障害者ピアカウンセリングの理論と実際(基礎編)

①障害者福祉分野のピアカウンセリングの歴史を、実際の講義と演習を通して学び、基礎的な理解を深める②5月10日～7月26日、月曜日(全6回)、午後7時～9時③東部地域ふれあいセンター④障害者とその家族、障害者施設などの関係者⑤10人⑥400円

## 12. 親としての学び・家庭力・教育力・地域力アップのための講座

①子育てを通して親として成長する。夫婦のあり方を見つめることで、人間・妻(夫)・親としての学びを深める②5月8日～7月3日、土曜日(全5回)、午前10時30分～正午③女性会館④中学生以上⑤20人⑥1,000円

## 13. 初心者限定シニアパソコン講座

①パソコン初心者を対象に文字入力から学習。写真入りの「暑中見舞いハガキ」作成②5月12日～10月27日、水曜日(全12回)、午後1時30分～3時30分③中央公民館④ローマ字入力がある程度できる60歳以上の初心者で、ワード2003以降のノートパソコンを持参できる方⑤15人⑥200円

## 14. ビジネスプランを描いてみる

①初めてビジネスプランを描く方への概要説明、実際にプランを描く。全くプランが定まっていなくても可②5月8日～10月9日、土曜日(全6回)、午前10時～正午③高階市民センター④中学生以上⑤20人⑥1,000円

## 15. シニアフォークギター教室

①フォークギターの技術習得②5月23日～10月24日、日曜日(全10回)、午後1時～3時③中央公民館④40歳以上でギター(鉄弦)を持参できる方⑤15人⑥1,000円

## 16. ハーモニカ入門

①楽しくハーモニカで曲を吹く②5月10日～10月25日、月曜日(全10回)、午前10時～正午③山田公民館④初心者⑤10人⑥1,700円

## 17. ハモニカ吹奏(演奏)

①唱歌、ポピュラー、演歌(なつメロ含む)指導②5月6日～10月21日、木曜日(全12回)、午後1時30分～3時③大東公民館④16歳以上⑤15人⑥500円

## 18. 初心者大正琴教室

①「海」「春の小川」「ゆうやけこやけ」などを練習し、最後に全員で合奏。貸し琴有り②5月11日～7月27日、火曜日(全6回)、午前10時～11時30分③中央公民館④16歳以上⑤20人⑥500円

## 19. 大正琴初心者講座

①大正琴の基礎(弾き方、譜面の読み方)。童謡および簡単な演歌を練習。最後は全員で合奏。貸し琴有り②5月8日～7月24日、土曜日(全6回)、午前10時～正午③名細市民センター④中学生以上⑤20人⑥700円