

	講座名	期間	回数	定員	内容
			曜日	費用	
北部生涯学習センター	からだに優しい 手捏ねパン作り	11月17日～3月16日 10時～13時	8 火	8人 10,400円	おいしく体に優しいパンを粉から手でこねて焼 き上げます。
	はじめての刺し子の 花ふきん	11月19日～2月18日 9時30分～11時30分	6 木	10人 3,100円	約30色の中から好きな色の糸を選び、花ふきん を作ります。
	超初心者向け タブレット講座	2月5日～26日 13時～16時	4 金	6人 3,300円	基本操作、活用方法を学びます。 ※タブレット（Android）は講座時貸出
社会教育センター	ワイヤーラックでステキに 壁掛収納	10月20日～12月15日 9時45分～11時45分	6 火	12人 3,600円	手作り小物を組み合わせて壁掛収納を作ります。
	冬のおしたく！暖かニット	10月21日～12月9日 9時45分～11時45分	8 水	12人 5,800円	初心者を対象に簡単でおしゃれな作品をニット カフェの雰囲気で作ります。
	火を使わない！大人 おしゃれスイーツ 	10月21日～12月23日 9時45分～11時45分	10 水	12人 11,000円	アイシングクッキーを中心に簡単でおしゃれな 大人のスイーツレッスンです。
	プラ板アクセサリー 	10月22日～12月24日 9時45分～11時45分	10 木	12人 4,500円	初心者でも簡単なクリスマスにぴったりのお しゃれなアクセサリーを作ります。
	暮らしのセミナー	10月23日～12月18日 10時～11時30分	8 金	25人 800円	先の見えにくい時代の「チョット耳よりな話」 を聞いてみませんか。
	きもの着付け教室 (初心者コース)	10月23日～12月11日 18時45分～20時45分	8 金	12人(女性) 1,300円	基本的な着装や帯結びを習得でき、美しい着装 が身につきます。
	フラワー & グリーン アレンジメント	10月29日～2月11日 18時45分～20時45分	8 木	12人 10,800円	季節に合わせて、色々なフラワーアレンジをし ましょう。
	もうリバウンドしない！ 片付けたくなる整理 収納講座 	10月30日～1月29日 13時～15時	6 金	12人(女性) 1,000円	片付けが苦手な人でも大丈夫。楽しく前向きに 片付けをする方法を学習しましょう。
	初めてのメディカルアロマ	10月20日～1月19日 10時～12時	5 火	10人(女性) 6,500円	安心安全なメディカルアロマを使用した日用品 作りと使い方を学びます。
東刈谷市民センター	大人可愛い アクセサリー作り	10月22日～3月4日 10時～12時	10 木	10人 11,000円	コットンパールやスワロフスキーを取り入れ、 本格的なアクセサリーを作ります。
	エンジョイ・エアロ	10月22日～12月24日 13時30分～15時	9 木	20人 900円	エアロビクス、筋トレ、最後にアロマの香りで リラクゼーションします。
	誰でも楽しくできる己書	10月15日～12月17日 9時45分～11時45分	5 木	10人 5,000円	筆ペンで絵を描くように文字を描く、楽しい書 です。
富士松市民センター	似合う色（パーソナルカラー） & カラーセラピー	10月16日～12月25日 9時45分～11時45分	6 金	10人(女性) 1,100円	似合う色を1人ずつ診断。ボトルのカラーセラ ピーのプチ体験も学びます。
	お裁縫で誕生吊るし	10月21日～12月9日 13時30分～15時30分	8 水	10人 4,800円	誕生祝いの吊るし飾りを作ります（男女選択 可）。
	ザ 男の料理、今夜はお任せ!	10月22日～11月26日 13時30分～15時30分	3 木	10人(男性) 3,300円	フライパン1つで作る丼料理。自分のご飯を自 分好みに作れるようになります。
	誰でも簡単！クラフトバンド (紙バンド) で小物作り	10月27日～12月22日 9時45分～11時45分	5 火	10人(女性) 3,300円	クラフトバンドを使って日常生活で使える小物 を作ります。
小垣江市民センター	ベビーママビクス 親子	10月20日～2月16日 10時～12時	7 火	10組 (4～8カ月の 子と母) 700円	赤ちゃんとママと体あそびなどを音楽にのせて 皆と楽しく行います。
	始めよう！棒体操	10月21日～2月17日 13時～14時30分	9 水	15人 900円	棒体操で姿勢を整え、けがをしないような体作 りをしましょう。
	楽しくドールハウス	10月23日～1月15日 13時30分～15時30分	10 金	10人 7,000円	魔女の宅急便のグーチョキパン店の15分の1 ミニチュアを作ります。
	生活に役立つ実用書道	10月22日～1月28日 13時30分～15時	7 木	10人 1,700円	小筆実用書、氏名、祝儀、不祝儀袋などの表書 きや葉書の宛名書きを学習しましょう。
北部市民センター	女性のための ヨーガセラピー	10月23日～12月11日 10時～11時30分	8 金	12人(女性) 800円	シンプルな体操、呼吸法、リラクゼーション法、 瞑想法で心身バランスを整えましょう。
	簡単！楽しいお菓子作り	10月28日～2月10日 10時～13時	8 水	10人 8,800円	初心者にも分かりやすい簡単でおいしいお菓子 を作ります。

	講座名	期間	回数	定員	内容
			曜日	費用	
総合文化センター	季節を楽しむフラワー アレンジ作り	11月27日～2月19日 13時～14時30分	6 金	10人 10,000円	プリザーブドフラワーやドライフラワーなどを使 い、季節に合わせたアレンジメントを作ります。
	シニアのための タブレット講座	12月2日～23日 13時～16時	4 水	10人 (60歳以上) 3,300円	タブレットの基本操作や活用方法を学びます。 ※タブレット（Android）は講座時貸出
	はじめてのウクレレ 1曲マスター！	1月11日～3月8日 19時30分～21時	6 月	6人 1,800円 (別途教材費)	初心者向け。誰もが知っている曲をウクレレで 弾けるようレクチャーします。 ※別途ウクレレレンタル料1回100円
	3ヶ月で激変！本気で自宅 を片づけたい人のためのお 片付け講座	11月5日～1月28日 9時30分～11時	6 木	11人 2,300円	物が増えない暮らし方のコツなどを紹介しま す。毎回、自宅を片付ける宿題を出します。
南部生涯学習センター	超初心者向け タブレット講座	11月6日～27日 13時～16時	4 金	6人 3,300円	基本的な操作から日常での活用方法を学びます。 ※タブレットは講座時貸出
	頭も身体も動かそう かんたん♪楽しい♪ 音楽体操	11月10日～2月16日 10時～11時	8 火	8人 2,400円	運動・認知機能の向上と精神的リラックスをも たらすケア体操です。
	お洒落好きは やるしかない！ 初めてのディップアート 	11月12日～2月4日 9時30分～12時	4 木	10人 9,200円	花びら形のワイヤーを、ディップ液に浸して乾 いたら組み合わせます。
	簡単！ 手縫いで小物づくり 	11月13日～3月19日 9時30分～11時30分	10 金	11人 8,000円	裁断・印付け済みのキットを使い、すぐに縫い 始められます。
	こんなものまで作れるの?！ 誰でもお手軽クラフトバンド	11月17日～3月16日 9時30分～11時30分	8 火	11人 7,700円	日常生活で使う物から、おしゃれに飾れるもの まで盛りだくさんです。
	ストレッチ&ピラティス 美しい姿勢を目指して リフレッシュ	11月17日～1月26日 13時～14時30分	8 火	10人(女性) 4,900円	ミニボールを使って肩周りなどをほぐし、体幹 を鍛え、美しい姿勢に近づけます。
	暮らしを彩るフラワー アレンジメント 	11月18日～3月17日 13時30分～15時30分	5 水	10人 10,500円	5種類のフラワーアレンジメントが毎月楽しく学べ ます。お花の楽しさ・美しさを感じられます。
	陶芸入門～電動ろくろを 使った世界でたったひとつ の器づくり～	11月21日～2月20日 9時～12時	12 土	8人 11,600円	電動ろくろを用いて赤土で基礎となる器を作り ます。器には白化粧土でさまざまな装飾を施し ます。
	はじめてみよう！ フォト・ライフ	11月21日～2月13日 10時30分～12時	10 土	6人 6,000円	初心者を対象とした講座。デジタルカメラ・携 帯カメラの基本操作について撮影しながら解説 します。
	プログラミング教室	10月25日～11月22日 10時～11時30分	3 日	6人(小学生) 3,900円	スクラッチを使って本格的なプログラミングに 挑戦します。
	パソコン講座（入門コース）	10月26日～12月21日 9時30分～12時30分	8 月	6人 6,200円	超初心者対象の講座。基本知識とワード、エク セルを学びます。
	楽しく学ぶおいしい日本茶	10月26日～3月15日 10時～11時30分	6 月	8人 4,800円	入れ方や飲み方の基本から活用法まで、今まで 知らなかった日本茶の魅力や楽しみ方を再発見 します。
北部生涯学習センター	やさしいヨガ 	10月29日～1月21日 10時30分～12時	10 木	16人 3,000円	初めてでも、体が固くても大丈夫。自己メンテ ナンス力を高めましょう。
	陶芸入門-ろくろ成型から上 絵つけまで-	10月30日～2月5日 9時30分～12時30分	12 金	6人 11,600円	電動ろくろの基礎を学びながら上絵付けを施し た日常使いの器を作ります。
	日常を彩るペーパーワイリ ング	10月30日～12月18日 13時30分～15時30分	8 金	8人 6,400円	細い紙を巻きかわい作品を作ります（初受講 者は別途道具代1,600円が必要）。
	地球ごはん 美味しく作ってテイクアウ トしましょう	10月31日～3月13日 10時30分～12時30分	10 土	8人 13,000円	家庭で手軽に作れる世界各国の料理を紹介しま す。1回で3～4品作って全てテイクアウトしま す。
	やり直しの英会話～単語から 文へどんどん話していこう～	11月2日～3月22日 10時30分～12時	10 月	15人 4,600円	英会話を始めたい、英語を勉強し直したいと 思っている人のための基礎クラスです。
	冬の素敵なお出かけに はじめてのジュエリー 	11月10日～12月8日 10時～12時30分	4 火	10人 5,500円	針や糸を使わず、ラメルヘンテープでかわいい ジュエリーバッグを作成します。
	そば粉でヘルシー お菓子作り 	11月14日～3月13日 14時～16時	5 土	8人 7,500円	そば粉でお菓子を作ります。おいしくてヘル シーおやつを楽しみましょう。