



	1		2		3		
講座名	パソコン講座 ～活用コース～		パソコン講座 ～Wordしっかりコース～		初歩から学ぶスマホ講座		
曜日	水 曜日		木 曜日		金 曜日		
時間	10時00分 ～ 12時30分		13時00分 ～ 15時30分		13時00分 ～ 15時30分		
場所	研修室5		研修室5		研修室5		
期間	5月15日 ～ 7月3日		5月16日 ～ 7月4日		6月7日 ～ 6月28日		
回数	8 回		8 回		4 回		
対象	一般		一般		一般		
定員	6 人		6 人		10 人		
受講料	2,400 円		2,400 円		1,200 円		
教材費等	3,800 円		3,300 円		1,200 円		
講座の概要	入門<中級<活用の3段階レベルのうち、一番上のレベルのコースです。ワード・エクセル・パワーポイントを実践的に学びます。 ※Windows10(Office2019)を使用		ワードを基礎からしっかり学びます。 ※Windows10(Office2019)を使用		スマホの操作に慣れていない初心者の方向けの講座です。 ご自身のスマホを使って、基本的な内容から便利で役立つ活用法について学びます。		
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月15日	ワード① (文章の作成と編集・表・保存)	5月16日	Wordの基礎知識 文字の入力	6月7日	▶安心・安全に使いましょう ▶正しいセキュリティ対策について
	2	5月22日	ワード② (図形や画像の挿入・罫線作成)	5月23日	文書の作成	6月14日	▶インターネットで検索してみましょう ▶便利なアプリのインストールと活用法
	3	5月29日	エクセル① (基本操作・データ入力)	5月30日	表の作成	6月21日	▶カメラを使ってみましょう ▶LINEの注意点と活用法
	4	6月5日	エクセル② (表の作成と編集)	6月6日	文書の編集	6月28日	▶災害時の活用法 ▶YouTube(ユーチューブ)で動画を見ましょう
	5	6月12日	エクセル③ (グラフの作成・データベースの利用)	6月13日	表現力をアップする機能		
	6	6月19日	パワーポイント① (パワーポイントの概要・プレゼンテーション作成)	6月20日	便利な機能		
	7	6月26日	パワーポイント② (図形・SmartArt・アニメーション)	6月27日	まとめ・総合問題①		
	8	7月3日	まとめ (ワード・エクセル・パワーポイントのデータ連携)	7月4日	まとめ・総合問題②		
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
講師	まなび考房インストラクター		まなび考房インストラクター		まなび考房インストラクター		



		4		5		6	
講座名	陶芸～日常使いの器～		お坊さんと読む茶の古典 ～岡倉天心『茶の本』～		心がホッとするヨガと 子育て心理学 		
曜日	土 曜日		水 曜日		金 曜日		
時間	9時00分 ～ 12時00分		14時00分 ～ 15時30分		10時00分 ～ 11時15分		
場所	陶芸室		視聴覚研修室		研修室2		
期間	5月18日 ～ 8月31日		5月8日 ～ 8月7日		5月24日 ～ 9月27日		
回数	11 回		7 回		5 回		
対象	一般		一般		一般		
定員	10 人		30 人		10 人		
受講料	3,300 円		2,100 円		1,500 円		
教材費等	9,500 円		2,350 円		無料		
講座の概要	主に、電動ろくろを用いて様々な装飾技法を施した日常で使える器づくりを目指します。		明治期に欧米に向けて日本人の美意識を表した、岡倉天心の『茶の本』を読み解きます。テキストには原文(英語)を収録した『新訳『茶の本』』を使用し、原文に込めた天心自身のユーモアと美意識を味わいます。		ヨガ+心理学で、体も心もホッとする時間を過ごしましょう。ヨガ1時間、心理学15分です。子育てママはもちろん、パパや祖母の方にも。毎回ヨガの後に子育てに役立つ心理学をお届けします。		
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月18日	開講式 土についての話など・土練り・豆皿(たたら)	5月8日	I. カップ一杯の「人らしい茶 (ヒューマン・ティ) The Cup of Humanity	5月24日	【ヨガ】呼吸とともに気持ちよく体を動かす 【心理学】心の土台「自己肯定感」について
	2	6月1日	ろくろ① 飯椀・豆皿(たたら)	5月22日	II. 茶の流儀 The Schools of Tea	6月28日	【ヨガ】肩こりを解消しよう 【心理学】受け取りやすい言葉がけとは?
	3	6月8日	ろくろ② フリーカップ・飯椀仕上げ(しのぎ)	6月12日	III. 道の教えと禅の教え Taoism and Zennism	7月26日	【ヨガ】下半身スッキリ!軽やかコンディショニングへ 【心理学】結果とプロセスどっちに注目する?
	4	6月22日	ろくろ③ 取り皿・フリーカップ仕上げ(しのぎ)	6月26日	IV. 茶室とは The Tea-Room	8月23日	【ヨガ】背中と体側もほぐして、リフレッシュ! 【心理学】悪循環よりも好循環で親も子も育つ
	5	6月29日	ろくろ④ 七寸鉢・取り皿仕上げ(かきおとし)	7月10日	V. 芸術の鑑賞 Art Appreciation	9月27日	【ヨガ】全身スッキリ!めぐりの良い身体へ 【心理学】まとめ～やっぱり自己肯定感が鍵!
	6	7月13日	▶施釉 ▶窯詰め ▶七寸鉢仕上げ(かきおとし)	7月24日	VI. 花々について Flowers		
	7	7月20日	ろくろ⑤ 一輪挿し・七寸鉢仕上げ(かきおとし)	8月7日	VII. 真の茶人たち Tea-Masters		
	8	7月27日	▶自由制作①(粘土1kg) ▶一輪挿し仕上げ				
	9	8月10日	自由制作②				
	10	8月24日	▶施釉 ▶窯詰め				
	11	8月31日	▶閉講式 ▶窯出し ▶大掃除				
	12						
	13						
講師	陶芸家 池谷 幸子		八事山興正寺僧侶 梶田 英伸		LaxmiYOGA認定インストラクター 日本次世代育成支援協会認定指導員 平岩 富司代		

		7		8	
講座名		自分の星をよむ西洋占星術 ～人生の地図を手に入れよう～		手縫いで子どもの布小物 ～おてつだい エプロンと巾着～ 	
曜日		土 曜日		金 曜日	
時間		13時00分 ～ 15時00分		10時00分 ～ 12時00分	
場所		研修室5		創作活動室	
期間		5月11日 ～ 8月24日		5月17日 ～ 7月19日	
回数		8 回		6 回	
対象		一般		一般	
定員		10 人		12 人	
受講料		2,400 円		1,800 円	
教材費等		400 円		1,500 円	
講座の概要		初心者向けの西洋占星術講座です。出生情報(生年月日、時間、場所)を基に、自分だけのホロスコープ(人生の地図)を算出し、そこからご自身で様々な事を読み解いていきます。		お子さんやお孫さんのために手縫いの小物を作りましょう。自分で着られるエプロンと巾着をつくります。初めての方でも縫える裁断済みキットを使います。 ※大きめエプロンは教材費+200円	
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月11日	▶自己紹介 ▶見本のホロスコープを見ながら大まかな解説 ▶出生情報提出	5月17日	巾着①
	2	5月25日	▶10天体について① ▶各自のホロスコープに、サイン・天体・ハウスなど書き込み	5月31日	巾着②
	3	6月8日	▶10天体について②(天体が示すもの) ▶自分の太陽・月・アセンダント・年齢域	6月7日	巾着③
	4	6月22日	▶12サインについて①(2区分、3区分、4区分) ▶自分の10天体の成分表書き込み・検証	6月21日	エプロン①
	5	7月13日	▶12サインについて②(サインのナチュラルハウス) ▶自分の天体×サインをよんでみる	7月5日	エプロン②
	6	7月27日	▶12ハウスについて ▶ホロスコープ上での天体の偏り・アングル・感受点	7月19日	エプロン③
	7	8月10日	▶アスペクトについて(天体の年齢域でみる過去、現在、未来) ▶自分のもつアスペクトをよむ		
	8	8月24日	▶学び総仕上げ(ホロスコープをよむ手順とこの先) ▶実践してみたうえでの質疑応答		
	9				
	10				
	11				
	12				
	13				※画像はイメージです
講師		西洋占星術講師 村松 美智子		手芸講師 戸田 弘子	

