

総合文化センター

全3回

社会人のためのAI活用 ～文章・資料作成の時短テクニック～ 【金曜コース】

● 金曜 ● 19:30 ～ 21:00

講師

中島 貴子（ICT講師）

AIを使った文章・資料作成の時短テクニックを学ぶ講座です。難しそうと感じている方も、実際に操作しながら今すぐ使えるスキルを身につけましょう。※持ち物：ノートパソコン

定員	20人	受講料	900円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	10月9日(金)	AIの今と基本知識、注意すべきこと
第2回	10月23日(金)	メール文章作成とプロンプト
第3回	11月6日(金)	プレゼン資料作成（プロット・デザイン）

総合文化センター

全10回

気軽に楽しむ陶芸講座 ～毎日使いたくなる器づくり～



● 木曜 ● 10:00 ～ 12:30

講師

森 綾（陶芸家）

陶芸の基本的な技法を学びながら、毎日の食卓で活躍する器づくりを楽しみます。じっくりと土に向き合い、お気に入りの器を作りましょう。

定員	16人	受講料	3,000円
対象	一般	教材費	10,000円

プログラム

第1回	11月12日(木)	豆皿
第2回	11月19日(木)	サラダボウル
第3回	11月26日(木)	ワンプレート皿
第4回	12月3日(木)	マグカップ
第5回	12月10日(木)	冬の置物
第6回	12月17日(木)	絵付け、施釉
第7回	1月7日(木)	自由制作①
第8回	1月14日(木)	自由制作②
第9回	1月28日(木)	絵付け、施釉
第10回	2月4日(木)	鑑賞会、清掃

総合文化センター

全3回

社会人のためのAI活用 ～文章・資料作成の時短テクニック～ 【火曜コース】

● 火曜 ● 19:30 ～ 21:00

講師

中島 貴子（ICT講師）

AIを使った文章・資料作成の時短テクニックを学ぶ講座です。難しそうと感じている方も、実際に操作しながら今すぐ使えるスキルを身につけましょう。※持ち物：ノートパソコン

定員	20人	受講料	900円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	10月13日(火)	AIの今と基本知識、注意すべきこと
第2回	10月27日(火)	メール文章作成とプロンプト
第3回	11月10日(火)	プレゼン資料作成（プロット・デザイン）

総合文化センター

全10回

お仕事帰りの陶芸入門 ～季節を彩る陶の飾り～

● 金曜 ● 19:00 ～ 21:30

講師

本田 郁子（陶芸家）

暮らしを彩る焼き物をテーマに、四季折々の飾りを制作します。陶芸初心者から上級者まで、それぞれのペースに合わせて楽しみながら制作していただけます。

定員	24人	受講料	3,000円
対象	一般	教材費	10,000円

プログラム

第1回	11月20日(金)	開講式、焼き物の基礎、新春の飾り(羊)を作る
第2回	11月27日(金)	春の飾り（ミニかぶと）を作る
第3回	12月4日(金)	夏の飾り（ミニ蚊遣りぶた）を作る
第4回	12月11日(金)	秋の飾り（月見うさぎ）を作る
第5回	12月18日(金)	冬の飾り（ランプシェード）を作る
第6回	1月15日(金)	下絵付け、施釉、窯詰め
第7回	1月22日(金)	窯出し、自由制作①（成形）
第8回	1月29日(金)	自由制作②（仕上げ）
第9回	2月12日(金)	下絵付け、施釉、窯詰め
第10回	2月19日(金)	窯出し、鑑賞会

総合文化センター

全4回

比べて読解！印象派・魅力の秘密

● 火曜 ● 13:00～14:30

講師

野村 幸弘（岐阜大学名誉教授）

日本人にもなじみ深いフランス印象派絵画について、名作をじっくり見比べながら、分かりやすい解説で、その誕生のきっかけや作品の魅力に迫ります。

定員	50人	受講料	1,200円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	10月6日(火)	エドゥアール・マネ
第2回	10月27日(火)	クロード・モネ
第3回	11月17日(火)	ピエール＝オーギュスト・ルノワール
第4回	12月8日(火)	エドガー・ドガ

総合文化センター

全5回

武将と城 ～名城を深掘り！～ 後編

● 木曜 ● 13:00～14:30

講師

大野 鶴士（城の旅人）

戦国時代から江戸初期にかけての武将とゆかりがある国宝3城を歴史的、構造的、文化的な面から紹介します。

定員	70人	受講料	1,500円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	10月15日(木)	犬山城
第2回	11月19日(木)	彦根城①
第3回	12月17日(木)	彦根城②
第4回	1月21日(木)	松本城①
第5回	2月18日(木)	松本城②

総合文化センター

全6回

川端康成の名作を読む ～戦後の傑作『山の音』～

● 金曜 ● 13:00～14:30

講師

細谷 博（南山大学名誉教授）

終戦直後の鎌倉に住む初老の信吾とその家族の交わりとズレを描いた『山の音』。遠ざかる過去と日々の生活、光と影の入れ替わる心の世界が静かで深い感動をさそう、川端文学の戦後の傑作を分かりやすく読み解き、じっくり味わいます。 ※持ち物：川端康成『山の音』新潮文庫（新潮社）

定員	30人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	実費

プログラム

第1回	12月4日(金)	導入、『山の音』読解①
第2回	12月18日(金)	『山の音』読解②
第3回	1月15日(金)	『山の音』読解③
第4回	1月29日(金)	『山の音』読解④
第5回	2月5日(金)	『山の音』読解⑤
第6回	2月19日(金)	『山の音』読解⑥、まとめ

総合文化センター

全6回

楽しく学ぶ！傑物たちの中国史～覇道の宰相～

● 水曜 ● 13:30～15:00

講師

竹澤 英輝（中部大学非常勤講師）

令和3年度に好評を博した「中国・宰相列伝」講座がバージョンアップして再登場！ 権力や武力を容赦なく振るい、時に非情な手段で国家の命運を左右した中国の宰相(国政の補佐役)達について、楽しく学びます。

定員	50人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	1月13日(水)	管仲（カンチュウ）① 反逆者から伝説の宰相へ、「管鮑の交わり」の真実
第2回	1月27日(水)	管仲（カンチュウ）② 覇者を生み出す宰相の極意
第3回	2月10日(水)	蕭何（ショウカ） 天下を取らせた最強の「後方支援」
第4回	2月24日(水)	陳平（チンペイ）① 策略の仕事人、いざ天下取りへ
第5回	3月10日(水)	陳平（チンペイ）② 仕事人がつけた「権力闘争」の後始末
第6回	3月24日(水)	馮道（フドウ） 戦乱に漂流する人々を救う方法

総合文化センター

全12回+発表会

うたごえ倶楽部 ～みんなで歌う 心躍る名曲～

● 火曜 ● 10:00～11:30

講師

田淵 友佳理（声楽家）
朽名 恭子（ピアニスト）

初心者の方も大歓迎！ 親しみのある曲をみんなで歌い、お腹から声を出してリフレッシュしましょう。

★2027年3月6日(土)にイベントで発表します。

定員	45人	受講料	3,600円
対象	一般	教材費	400円

プログラム

第1回	10月13日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう①
第2回	10月27日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう②
第3回	11月10日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう③
第4回	11月24日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう④
第5回	12月8日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう⑤
第6回	12月22日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう⑥
第7回	1月12日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう⑦
第8回	1月26日(火)	発声練習、親しみのある歌謡曲・童謡を歌いましょう⑧
第9回	2月9日(火)	発表のリハーサル①
第10回	2月16日(火)	発表のリハーサル②
第11回	2月23日(火)	発表のリハーサル③
第12回	3月2日(火)	発表のリハーサル④
発表会	3月6日(土)	★刈谷市総合文化センターのイベント内で発表

総合文化センター

全5回

オープンレンジでできるはじめてのパン作り

● 水曜 ● 10:00～13:30

講師

木原 千穂子
(中部製菓専門学校講師)

家庭用オープンレンジでできるパンを作ります。初めての方向けに、生地のコネ方から楽しく学べます。

定員	20人	受講料	1,500円
対象	一般	教材費	6,000円

プログラム

第1回	10月14日(水)	あんぱん、シュガーパン
第2回	11月18日(水)	くるみぱん、塩パン
第3回	12月2日(水)	ウィンナーパン、コーンパン
第4回	1月20日(水)	クリームパン、シナモンロール
第5回	2月10日(水)	ベーコンエビ

総合文化センター

全7回

はじめての手織物 ～春を待つタペストリー～

● 月曜 ● 10:00 ～ 12:00

講師

大参 富士子
(染織家、テキスタイルクラフト作家)

木枠を使い、つづれ織りやループ織りなどの技法を組み合わせ、長さ125cm・幅30cmほどの春の花などをあしらった壁掛けタペストリーを作ります。

定員	11人	受講料	2,100円
対象	一般	教材費	4,000円

プログラム

第1回	10月26日(月)	デザイン制作・たて糸はり
第2回	11月9日(月)	糸の染め体験・たて糸はり
第3回	11月16日(月)	タペストリー制作①
第4回	11月30日(月)	タペストリー制作②
第5回	12月14日(月)	タペストリー制作③
第6回	1月18日(月)	タペストリー制作④
第7回	2月8日(月)	タペストリー仕上げ

総合文化センター

全6回

スマホスキル向上講座 ～刈谷市LINE公式アカウントの便利機能を使おう～

● 水曜 ● 10:00 ～ 12:00

講師

徳永 尚已 (ICT講師)

刈谷市LINE公式アカウントから講座などの電子申請や予約の方法を知り、スマホを安全に使う上での注意点や便利な活用法を学びます。

※持ち物：スマートフォン ※刈谷市LINE公式アカウントの友だち追加登録をおこないます。

定員	30人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	2月10日(水)	安心安全に使いましょう
第2回	2月17日(水)	フィッシング詐欺の対処法、アプリのダウンロード
第3回	2月24日(水)	Google活用 (GoogleMapとレンズを使いこなそう)
第4回	3月3日(水)	LINE活用 (グループを作成して写真を共有しよう)
第5回	3月10日(水)	災害時のスマホの活用
第6回	3月17日(水)	刈谷市公式LINE使い方

総合文化センター

全6回

一閑張りでバッグ作り

● 金曜 ● 13:00 ~ 15:00

講師

杉本 純子（一閑張純工房）

和紙を幾重にも貼り、その上に柿渋を塗り仕上げる伝統工芸の一閑張りを現代風にアレンジして、「バッグ（幅30cm程）」を作ります。

定員	20人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	5,000円

プログラム

第1回	10月16日(金)	一閑張りとは
第2回	11月20日(金)	下張り①
第3回	12月11日(金)	下張り②、上張り①
第4回	1月8日(金)	上張り②
第5回	1月22日(金)	柿渋塗り
第6回	2月12日(金)	仕上げ

総合文化センター

全5回

クラフトバンドで小物作り & かごバッグ作り

● 水曜 ● 10:00 ~ 12:00

講師

三尾 愛子
（トリリアムメソッド®認定講師、
紙バンドクラフト教室ニコはな主宰）

紙でできたクラフトバンドを編んで、実用的な小物入れやかごバッグを作ります。丈夫で扱いやすい素材なので、初めての方でも制作できます。

定員	8人	受講料	1,500円
対象	一般	教材費	4,100円

プログラム

第1回	10月21日(水)	持ち手付きのかご
第2回	11月18日(水)	オーバルバスケット
第3回	12月16日(水)	丸底かご
第4回	1月20日(水)	かごバッグ①
第5回	2月17日(水)	かごバッグ②

総合文化センター

全6回



はじめてのデジタル一眼カメラ ～子どものベストショットを撮ろう～

● 火曜 ● 10:00 ～ 12:00

講師

山崎 隆行

(日本写真作家協会会員、日本写真協会会員、写真家)

お子様の撮影方法など、撮影のポイントをカメラ操作しながらテーマ別に実践！デジタル一眼レフカメラ、またはミラーレスカメラをお持ちの方が対象です。

定員	12人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	800円

プログラム

第1回	11月10日(火)	デジタル一眼カメラ基本操作①
第2回	12月1日(火)	デジタル一眼カメラ基本操作②
第3回	12月15日(火)	お子様の撮影①
第4回	1月19日(火)	お花、小物、料理の撮影
第5回	2月2日(火)	お子様の撮影②
第6回	2月16日(火)	印刷、額装、まとめ

総合文化センター

全4回

フェイスUP&筋膜リリース

● 木曜 ● 10:30 ～ 12:00

講師

大場 佳苗 (筋膜セルフケア講師)

座学で正しい知識を深めながら顔と全身への筋膜リリースを行います。体の歪みや肩こり腰痛の緩和・改善や、リフトアップ効果を目指します。

定員	40人	受講料	1,200円
対象	一般	教材費	300円

プログラム

第1回	12月3日(木)	筋膜リリースとは、リリース棒作り、自律神経を整える
第2回	1月7日(木)	筋膜リリース① 痩せ体質マジック、目のたるみ改善、白髪や薄毛の予防&改善
第3回	2月4日(木)	筋膜リリース② 骨盤を整えるストレッチ、フェイスUP小顔、腰痛改善&予防
第4回	3月4日(木)	筋膜リリース③ 姿勢改善、目の疲れ解消、ほうれい線改善

総合文化センター

全6回

ABトレーニング ～解剖学×バレエで作るキレイな姿勢～

● 水曜 ● 10:00 ～ 11:30

講師

竹内 夏希 (M&B Studio 代表)

クラシック音楽に合わせて骨格と筋肉を整え、インナーマッスルを鍛えて軸のある体を目指します。バレエの動きで足腰強化や柔軟性向上、姿勢改善が期待できます。体が硬くても大丈夫です

定員	20人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	1,200円

プログラム

第1回	10月7日(水)	呼吸と一緒に筋肉を意識しよう
第2回	10月21日(水)	お腹のインナーマッスルってどうやって使うの？
第3回	11月4日(水)	身体の引き上げ背筋を動かすには
第4回	11月18日(水)	足裏3点で床反力を感じられるかな？
第5回	12月2日(水)	内転筋やハムストリングスも使ってみよう
第6回	12月16日(水)	体幹から手足を遠くに引き離して筋肉を伸ばそう

総合文化センター

全6回

冬になる前に！体ほぐしピラティス

● 木曜 ● 13:30 ～ 15:00

講師

森 杏菜 (ピラティストレーナー)

畳の上でのびのびと体を動かす、初心者向けピラティス講座。冬の冷えやこわばりが気になり始めるこの季節に、やさしい動きで体をほぐし、健康的な体づくりを始めてみませんか。

定員	15人	受講料	1,800円
対象	一般	教材費	なし

プログラム

第1回	10月8日(木)	ピラティスレッスン①
第2回	10月15日(木)	ピラティスレッスン②
第3回	11月5日(木)	ピラティスレッスン③
第4回	11月19日(木)	ピラティスレッスン④
第5回	12月3日(木)	ピラティスレッスン⑤
第6回	12月17日(木)	ピラティスレッスン⑥