




● 南部生涯学習センター ●

〒448-0803 刈谷市野田町西田78-2 TEL62-8555

		1		2		3	
講座名		パソコン講座 (入門・水曜コース)		パソコン講座 (活用・木曜コース)		初歩から学ぶ スマホ&タブレット講座	
曜日		水 曜日		木 曜日		金 曜日	
時間		10時00分 ~ 13時00分		13時00分 ~ 16時00分		13時00分 ~ 15時30分	
場所		パソコン研修室		パソコン研修室		パソコン研修室	
期間		10月19日 ~ 12月14日		10月20日 ~ 12月15日		1月13日 ~ 2月3日	
回数		8 回		8 回		4 回	
対象		一般		一般		一般	
定員		6 人		6 人		6 人	
受講料		2,400 円		2,400 円		1,200 円	
教材費等		3,800 円		3,800 円		1,200 円	
講座の概要		初めてパソコンを操作する方対象の講座です。基礎知識からワード、エクセルを学びます。 ※Windows10(office2016)を使用。		入門く中級く活用のうち、一番上のレベルコースです。ワード・エクセル・パワーポイントを実践的に学びます。 ※Windows10(office2016)を使用。		スマホやタブレットの操作に慣れていない初心者の方向けの講座です。ご自身のスマホやタブレットを使って、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。 ※個別指導ではありません。	
学習プログラム	1	10月19日	Windows概要 (基本操作・文字入力・保存)	10月20日	ワード① (文書作成・編集・表・保存)	1月13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	10月26日	ワード① (文章作成・編集)	10月27日	ワード② (図形・画像挿入・罫線作成)	1月20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	11月2日	ワード② (表の作成・書式設定)	11月10日	エクセル① (基本操作・データ入力)	1月27日	▶カメラを使ってみましょう ▶LINEの注意点と活用法
	4	11月9日	ワード③ (グラフィック機能の利用)	11月17日	エクセル② (表の作成と編集)	2月3日	▶災害時の活用法 ▶YouTubeで動画を見ましょう
	5	11月16日	エクセル① (基本操作・データ入力)	11月24日	エクセル③ (グラフの作成・データベースの利用)		
	6	11月23日	エクセル② (表の作成・編集)	12月1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)		
	7	12月7日	エクセル③ (グラフの作成)	12月8日	パワーポイント② (図形・SmartArt・アニメーション)		
	8	12月14日	まとめ・総合問題	12月15日	まとめ (ワード・エクセル・パワーポイントデータ連携)		
	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 ～ロクロで作る生活の器～		バレティス®ケア ～バレエダンサーと医療従事者 監修によるメソッド～		手縫いで布小物作り 	
曜日		土 曜日		水 曜日		金 曜日	
時間		9時30分 ～ 12時30分		13時00分 ～ 14時00分		10時00分 ～ 12時00分	
場所		陶芸室		研修室2		創作活動室	
期間		10月29日 ～ 1月21日		1月18日 ～ 3月15日		11月11日 ～ 2月17日	
回数		10 回		5 回		8 回	
対象		一般		一般		一般	
定員		8 人		8 人		12 人	
受講料		3,000 円		1,500 円		2,400 円	
教材費等		7,000 円		無料		1,200 円～	
講座の概要		電動ろくろを使って基本的な器の形を作ります。陶芸初心者向けの講座です。		主に椅子に座って行う、身体を整えるトレーニングメソッドです。姿勢や肩こり・腰痛・身体の痛みなどの改善にもつながります。		裁断済みのキットを使って、すぐに縫い始められます。 ※後半はキットを選べるので、別途教材費がかかります。	
学習プログラム	1	10月29日	▶陶芸の基礎知識 ▶たまづくり:ぐいのみ	1月18日	▶バレティス®ケアとは ▶呼吸方法を知ろう	11月11日	クリスマスブーツ①
	2	11月5日	▶ロクロ:湯呑み ▶たたらづくり:皿	2月1日	呼吸方法を深めて体幹を鍛えよう①	11月25日	クリスマスブーツ②
	3	11月12日	▶ロクロ:飯椀 ▶湯呑みの仕上げ	2月15日	呼吸方法を深めて体幹を鍛えよう②	12月9日	クリスマスブーツ③
	4	11月19日	▶ロクロ:マグカップ ▶飯碗の仕上げ	3月1日	呼吸方法を深めて体幹を鍛えよう③	12月16日	好きなキットを追加購入して制作①
	5	12月3日	▶加飾と施釉 ▶本焼きの窯詰め	3月15日	呼吸方法を深めて体幹を鍛えよう④	1月13日	好きなキットを追加購入して制作②
	6	12月10日	▶ロクロ:グラタン皿 ▶マグカップの仕上げ			1月27日	好きなキットを追加購入して制作③
	7	12月17日	▶自由制作 ▶グラタン皿の仕上げ			2月3日	好きなキットを追加購入して制作④
	8	12月24日	▶自由制作と総仕上げ			2月17日	好きなキットを追加購入して制作⑤
	9	1月14日	▶加飾と施釉 ▶本焼きの窯詰め				
	10	1月21日	▶窯出し ▶作品鑑賞 ▶大掃除				
	11						
	12						
	13						
講師		陶芸家 山岸 大祐		ヒロ・クロンドールバレエ認定 バレティス®トレーナー 鈴木 真千代		手芸講師 戸田 弘子	

		7		8	
講座名		癒しのアロマとハーブ ～メディカル効果で 身体を整えよう～ 		姫きもの ～正絹の生地で作る飾り着物～	
曜日		水 曜日		木 曜日	
時間		10時00分 ～ 11時30分		10時00分 ～ 12時00分	
場所		創作活動室		創作活動室	
期間		10月12日 ～ 12月14日		10月13日 ～ 12月22日	
回数		5 回		6 回	
対象		一般		一般	
定員		12 人		10 人	
受講料		1,500 円		1,800 円	
教材費等		7,500 円		4,000 円	
講座の概要		様々なメディカル効果が期待されるアロマ & ハーブの活用法を学びます。各回、お持ち帰りのできるクラフトも作ります。心と身体を整えて健康になりましょう。		正絹の着物生地で、高さ約32cmの小型サイズの本格的な姫きものを手縫いで作ります。新春に合う紋様を使います。着物の豆知識もお話します。	
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	10月12日	▶嗅覚刺激で自律神経と生活リズムを整える ▶朝の脳活性スプレーと夜のリラックス&安眠スプレー	10月13日	▶着物の豆知識① ▶姫きもの制作①
	2	10月26日	▶フットの解剖生理と足浴 ▶フットオイル	10月27日	▶着物の豆知識② ▶姫きもの制作②
	3	11月9日	▶免疫アップのためのアロママッサージ ▶ボディスリミングジェル	11月10日	▶着物の豆知識③ ▶姫きもの制作③
	4	11月30日	▶室内の感染対策 ▶アロマクリスマスリース	11月24日	▶着物の豆知識④ ▶姫きもの制作④
	5	12月14日	▶アロマでホルモンバランスを整える ▶美容クリーム	12月8日	▶着物の豆知識⑤ ▶姫きもの制作⑤
	6			12月22日	▶着物の豆知識⑥ ▶姫きもの制作⑥
	7				
	8				
	9				
	10				
	11				
	12				
	13				
講師		JAA日本アロマコーディネーター協会 アロマイストラクター 粟田 美和		古裂美術工房 榊原 清美	

※画像はイメージです