

	講座	期間	回数	定員	内容 ほか
			曜日	費用	
東刈谷市民センター	簡単に素敵な寄せ植えづくり	10月17日～2月6日 13時30分～15時30分	4 金	10人 16,000円	季節の草花や観葉植物を使って寄せ植えを作ります。
	大人かわいいラミネート生地で作るバッグと小物	10月29日～2月4日 10時～12時	8 水	10人 9,800円	ビニールコーティングの生地と業務用ミシンでバッグと小物を作ります。
	話すのが楽しくなる超初級英会話	10月29日～1月28日 13時～15時	12 水	18人 7,200円	海外旅行で使える簡単なフレーズを学びます。
富士松市民センター	楽しく作ろう！俺の台所	10月9日～30日 10時～12時	4 木	10人 4,400円	体を維持するためのたんぱく質と野菜をバランス良く取れる手軽な料理を学びます。 対 男性
	何がいけないの？ 片づけ迷子克服術	10月15日～12月10日 10時～11時30分	3 水	15人 800円	物との向き合い方から家事が楽になる収納の工夫まで、実践的な内容を学びます。
	何歳からでもはじめられる姿勢改善と体幹ストレッチ	10月29日～12月17日 10時～11時30分	5 水	20人 500円	いつまでも動き続けられる体作りのために、安全で簡単なエクササイズを行います。
小垣江市民センター	フルーツ酵素ドリンクとからだが喜ぶ発酵料理	10月10日～1月23日 13時30分～15時	8 金	20人 10,400円	食べ物がどのように体に作用するか、栄養とは何かを、内科で栄養カウンセリングを務める講師から学びながら発酵料理を作ります。
	やさしいヨーガ療法	10月15日～12月10日 13時30分～15時	8 水	20人 800円	伝統的なヨーガがベースの体操、呼吸法、瞑想を行い、癒しの時間を過ごします。
	小筆を使って実用書道	10月17日～1月30日 13時30分～15時	8 金	16人 2,300円	小筆を使って氏名、祝儀、不祝儀などの表書きやハガキの宛名書きを学びます。
北部市民センター	歌うコツ！ ～童謡から洋楽まで～	10月2日～12月18日 10時～11時30分	8 木	20人 800円	発声のコツを学び、大きな声で歌います。11月9日(日)に北部市民センターの学習発表会に参加します。 対 女性
	はじめてのヨガでリフレッシュ	10月10日～1月23日 10時～11時30分	8 金	18人 800円	無理なく自分のペースで心と体をリフレッシュさせます。
	北欧テイストの布雑貨	10月15日～1月21日 13時～15時	8 水	12人 11,000円	初心者向け。北欧テイストの布を使ってトートバッグなどの冬のお出かけグッズ3点をミシンで作ります。



週末の子どもの居場所 キッズクラブ



問 生涯学習課（☎62-1036） ㊟ 1004153

キッズクラブたんぼほ ㊟ 南部生涯学習センター

自然で遊ぼう

時 10月4日(土) 10時～11時30分

集合場所 創作活動室 ※雨天時は屋内で実施

対 市内在住の小学生

定 20人（当日先着順）

持 飲み物、運動靴、動きやすい服装、帽子、タオル

野菜カット体験

時 10月11日(土) 10時～11時30分

場 創作活動室

内 包丁を使って野菜を切ります。

対 市内在住の小学生

定 24人（当日先着順）

モルック体験

時 10月18日(土) 10時～11時30分

場 多目的ホール

対 市内在住の小中学生（保護者同伴可）

定 30人（当日先着順）

持 飲み物、上靴、動きやすい服装、タオル



キッズクラブがきつばた ㊟ 北部生涯学習センター

レッツスイーツ

申込必要

時 10月18日(土) 13時30分～16時30分

場 調理実習室 **内** シュークリームを作ります。

対 市内在住の小学3～6年生 **定** 16人

持 エプロン、三角巾、タオル、飲み物 **¥** 300円

他 アレルギーがある人は事前に相談してください。

キッズクラブアイリス ㊟ 総合文化センター

ゲームで遊ぼう

時 10月11日(土) 13時～14時30分 **場** 創作活動室1

内 カードゲームやボードゲームで遊びます。

対 市内在住の小中学生 **定** 24人（当日先着順）

他 ゲームの持込不可

レッツクラフト

申込必要

時 10月11日(土) 15時30分～17時 **場** 創作活動室1

内 粘土で遊びます。対 市内在住の小学生

定 24人 **¥** 250円

申 9月17日(木)までに、QRまたは直接、生涯学習課へ。
※申込多数の場合は抽選し、結果は全員に連絡します。



	講座	期間	回数	定員	内容 ほか
			曜日	費用	
南部生涯学習センター	健康マージャン入門	10月7日～1月20日 9時30分～11時30分	12 火	20人 5,600円	認知症の予防などの効果が期待される健康マージャンの競技方法を学びます。
	万葉集のたのしみ	10月10日～1月23日 13時30分～15時	8 金	20人 2,400円	親子・夫婦の絆や恋心など、季節の風景や動植物の姿とともに詠まれてきた歌についての知識を学びます。
	似合うがわかるファッション講座 ～顔・骨格・パーソナルカラー診断～	10月16日～2月5日 10時～11時30分	8 木	10人 3,900円	顔と全身の写真を撮影し、顔、骨格、パーソナルカラーから診断・分析し、スタイリングの基礎を身に付けます。 対 女性
	クロスステッチと手縫いで布小物	10月28日～2月10日 10時～12時	8 火	12人 2,900円 (別途実費あり)	クロスステッチでワンポイント刺しゅうを加えた布小物を作ります。
	はじめての革工芸～大人シックなショルダーバッグ～	10月30日～2月26日 10時～12時30分	8 木	8人 10,500円	型紙作り、裁断、穴あけ、かしめ、縫製など、制作を通して革工芸の基本を学び、手縫いでショルダーバッグを作ります。
	わかる！はじめる！インスタグラム入門講座	11月5日～26日 10時～11時30分	4 水	10人 1,200円	Instagramでできることを、基本操作から学びます。 対 スマホ
	スマホ講座（応用編）～知っておきたいおトクで便利な活用法～	11月5日～26日 13時30分～15時30分	4 水	10人 1,800円	スマホやLINEの基本操作ができる人を対象に、日常生活で役立つLINE機能やキャッシュレス決済などを、自分のスマホで学びます。 対 スマホ
	つくって学ぶ陶芸講座	12月6日～3月7日 9時30分～12時30分	10 土	12人 14,000円	酸化還元や釉薬など、制作を通して陶芸のさまざまな知識を深めます。
	暮らしを彩るフラワーアレンジメント	10月6日～12月15日 13時～15時	5 月	8人 12,000円	さまざまな素材を使って、暮らしになじむ花のインテリアを作ります。
	パソコン講座～上級コース～	10月7日～11月25日 13時～15時	8 火	10人 6,200円	ワード、エクセル、パワーポイントを実践的に学びます。
北部生涯学習センター	パソコン講座入門～Excelしっかりコース～	10月9日～11月27日 10時～12時	8 木	10人 5,700円	エクセルを基礎からしっかり学びます。
	低学年プログラミング体験教室	10月12日～11月9日 10時～11時30分	3 日	8人 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。 対 小学1～3年生
	カイロプラクティックから学ぶ健康力アップ講座	10月14日～11月25日 10時30分～12時	4 火	10人 1,200円	姿勢チェックや体操を行い、姿勢と病気の関連など、今後も健康に過ごすための秘訣を生活習慣と簡単なコツを踏まえて学びます。
	世界のパンを作ってみよう！	10月16日～2月19日 10時～12時30分	5 木	12人 5,500円	世界で食べられているさまざまなパンを生地から作り、焼き上げます。焼き上がったパンは持ち帰ります。
	食卓を彩る特別な日の器	10月17日～3月6日 10時～12時30分	10 金	8人 12,500円	特別な日の食卓から日常まで、さまざまな場面で活躍する器を作ります。
	暮らしを彩るハンドメイド～フランスの伝統工芸カルトナージュ～	10月21日～2月17日 10時～12時	8 火	10人 12,400円	布と厚紙を使ってインテリア小物を作ります。
	男性初心者もできる！シンプル家庭料理	11月1日～3月7日 10時～12時	8 土	8人 10,400円	簡単にシンプルな家庭料理を作る初心者向けの講座です。 対 男性
	引き締めピラティスレッスン	11月11日～1月27日 10時～11時	6 火	15人 1,800円	呼吸と体に意識を向けながら、体を伸ばすように動くことで、しなやかなスタイルを作ります。 対 女性
	癒しのお香づくり	10月15日～12月17日 13時30分～15時30分	8 水	16人 10,800円	白檀や沈香などの香木をベースに、自然由来のさまざまな香原料をブレンドしてお香を作ります。
	暮らしのセミナー	10月24日～12月12日 10時～11時30分	8 金	40人 800円	趣味や健康情報など、さまざまな分野の話を聞いて、生活に役立つ知識などを習得します。
社会教育センター	リバーシブルロングジレ（ベスト）とパンツ作り	10月31日～1月23日 13時30分～15時30分	7 金	12人 9,700円	ミシンの基本を学びながら、体型に合ったベストとウエストゴムの履きやすいパンツを作ります。
	花咲くあんクリームデコレーション	11月6日～3月19日 13時30分～15時30分	10 木	9人 12,500円	絞りを使い、透明感のある花びらをあんクリームで1輪ずつ作ります。
	喫茶去（お茶でも召し上がれ）	11月8日～1月24日 9時30分～11時30分	6 土	16人 4,100円	非日常な世界に身を委ね、お茶とお菓子で癒されます。