

令和6年度

南アルプス市生涯学習講座

4～6月募集講座

4月募集講座

- 1 特別観望日「月と春の星座を観る会」
- 2 自主企画講座「パワーポイントで簡単なプレゼン資料を作成しよう」
- 3 自主企画講座「背骨コンディショニング～首・肩こり解決体操～」
- 4 自主企画講座「花のある暮らし講座〈プリザーブドフラワー〉」
- 5 自主企画講座「和綿でゆらゆらを作る会」

5月募集講座

- 1 自主企画講座「相続の基本講座」
- 2 自主企画講座「畳ヘリでおしゃれなリースを作ろう」
- 3 自主企画講座「親子で楽しく算数を学ぼう」
- 4 自主企画講座「初心者向け手ごねパン講座」
- 5 特別観望日「球状星団（M3・M13）と春の星座を観る会」
- 6 地域講座「春の清良平自然観察登山」
- 7 自主企画講座「初心者のための練り切り教室」

6月募集講座

- 1 自主企画講座「魔法のNOTEコラーージュワークショップⅠ」
- 2 自主企画講座「キッチンハーブのリース作り」
- 3 自主企画講座「エクセルで簡単な表を作成しよう」
- 4 特別観望日「夏の星座を観る会Ⅰ」
- 5 自主企画講座「認知症との向き合い方と予防のための生活術」
- 6 自主企画講座「筆ペン1本であじのある文字を描いてみよう」
- 7 自主企画講座「花のある暮らし講座〈ソラローズを使って！〉」

- ・この講座は市民の方を対象としています。
 - ・講座情報は変更する場合があります。必ず広報を確認してください。
 - ・申込みは、各申込期間内をお願いします。（定員に達していないときは申込期間を延長する場合があります）
 - ・応募者多数の場合は、抽選となります。
 - ・先着順受付以外の講座は、受講決定後に通知をお送りします。
 - ・定員に満たない場合は、開講できないことがあります。
 - ・個人情報、生涯学習講座の運営及び生涯学習推進のために使用します。
- ※本チラシに掲載していない講座が開催される場合もありますので、毎月の広報をぜひご確認ください！

申込み
問合せ先

南アルプス市教育委員会事務局生涯学習課
〒400-0492 南アルプス市鮎沢1212
TEL 055-282-7778 FAX 055-282-6427



4月募集講座 申込期間 令和6年4月1日(月)～4月5日(金)

No.	講座名	開講日	時間	回数
		会場	受講料	定員
講座内容				
1	特別観望日 「月と春の星座を観る会」	4月17日(水)	20:00～21:00	1回
		ふるさと天文館	100円	10人
月と春の星座(大三角と大曲線)を観察します。 講師:ふるさと天文館運営協力会				
2	自主企画講座 「パワーポイントで簡単なプレゼン資料を作成しよう」	4月21日(日)	13:00～15:00	1回
		橿形生涯学習センター	無料	7人
色々なアニメーションや写真等を使い、おしゃれなプレゼンテーション資料を作成します。テキストに沿って初歩から説明しますのでお気軽にご参加ください。ノートパソコンを持っていない方には貸出もできます。 講師:高橋 純一 氏				
3	自主企画講座 「背骨コンディショニング～首・肩こり解決体操～」	4月24日(水)	10:00～11:30	1回
		甲西農村環境改善センター	無料	12人
首や肩こりの原因は背骨の歪みからきています。体操のやり方をお伝えしますので、効果を実感してみてください。希望者には体操終了後に首や肩のプチ矯正も行います。 講師:堀内 貢次 氏				
4	自主企画講座 「花のある暮らし講座<プリザーブドフラワー>」	5月8日(水)	10:00～12:00	1回
		白根生涯学習センター	2,000円	10人
プリザーブドフラワーのバラ・カーネーション・かすみ草などを使って、小さなカップ型の花器にアレンジします。カップの色に合わせて優しいピンク系でまとめます。 講師:原 美奈子 氏				
<見本> 				
5	自主企画講座 「和綿でゆらゆらをつくる会」	5月15日(水)	10:30～12:00	1回
		若草生涯学習センター	1,000円	5人
見ても触っても癒される和綿を使って、お好きなビーズや天然石との組み合わせを楽しみながらゆらゆら揺れる吊るし飾りを作ります。 講師:河口 緩美 氏				
<見本> 				

※内容等が変更となる場合がありますので、広報で確認後お申込みください。

自主企画講座とは

市民の方々が学習やボランティア活動、仕事、趣味などで培った経験や技術、知識を活かし、自ら企画し運営する講座です。

市民の方々が講座を運営していく中で、学びの意欲を育み、お互いの交友を深め、生涯学習活動の輪が広がることを目指しています。

みなさんも生涯学習の場で活躍してみませんか。

自主企画講座のテーマはジャンルを問いませんので、講座開催にご興味がある方は、生涯学習課までご連絡ください。

(講座開催に関して条件等もありますので詳細はお問い合わせください)

5月募集講座 申込期間 令和6年5月1日(水)～5月9日(木)

No.	講座名	開講日	時間	回数
		会場	受講料	定員
講座内容				
1	自主企画講座 「相続の基本講座」	5月17日(金)・19日(日)	14:00～16:00	2回
		橿形生涯学習センター	無料	各10人
<p>1月から相続税についての改正等があり、贈与の扱いも変わりました。改めて自分の相続はどうなるのかという基本から考えてみましょう。</p> <p>講師:宮澤 崇史 氏</p>				
2	自主企画講座 「畳へりでおしゃれなリースを作ろう」	5月24日(金)	10:00～12:00	1回
		甲西農村環境改善センター	2,000円	10人
<p>日本伝統の畳、そのへりを使っておしゃれなリースを作ります。洋室も和室もどちらにも合うリースを飾ってお部屋を素敵にアレンジしませんか。初心者でも大丈夫ですので、お気軽にご参加ください。</p> <p>講師:平間 恵美子 氏</p> <div style="text-align: right;">  <p><見本></p> </div>				
3	自主企画講座 「親子で楽しく算数を学ぼう」	5月25日(土)	10:00～11:30	1回
		白根生涯学習センター	300円/子ども1人	15組
<p>ストローとモールで立体モビール(正多面体)を作って図形を学びます。また、重さを量るゲームを通して数字に触れてみましょう。幼保年長から小学生が対象です。</p> <p>講師:伊東 治郎 氏</p>				
4	自主企画講座 「初心者向け手ごねパン講座」	5月26日(日)	14:00～16:30	1回
		健康福祉センター	3,000円	6人
<p>全粒粉入りの生地にチーズとナッツをふんだんに使ったセミハード系のパンを作ります。こね方や発酵の取り方、成形、焼成まで、パン作りに必要な知識をわかりやすくお伝えします。手ごねでのパン作りをお楽しみください。</p> <p>講師:パンのち笑顔 氏</p> <div style="text-align: right;">  <p><見本></p> </div>				
5	特別観望日 「球状星団(M3・M13)と春の星座を観る会」	5月29日(水)	20:00～21:00	1回
		ふるさと天文館	100円	10人
<p>球状星団と春の星座(うしかい座のアークトゥルス、おとめ座のスピカ)を観察します。</p> <p>講師:ふるさと天文館運営協力会</p>				
6	地域講座 「春の清良平自然観察登山」	5月31日(金)	8:00～16:00	1回
		清良平	2,100円	20人
<p>南甘利山の清良平に登って新緑の山の花や自然の滝を楽しみませんか。大笹池、御殿庭、白樺平など見所満載です。</p> <p>講師:山友会</p> <div style="text-align: right;">  </div>				
7	自主企画講座 「初心者のための練り切り教室」	6月11日(火)	①10:00～12:00 ②13:30～15:30	2回
		高度農業情報センター	1,500円	各4人
<p>上生菓子や茶席菓子として四季の移ろいなどを表現した和菓子「練り切り」を作ってみませんか。今回は初夏をイメージして作ります。少人数で丁寧にお伝えします。初めてのの方にこそ一度楽しんでいただきたい教室です。</p> <p>講師:深沢 ひろみ 氏</p> <div style="text-align: right;">  <p><見本></p> </div>				

※内容等が変更となる場合がありますので、広報で確認後お申込みください。

6月募集講座 申込期間 令和6年6月3日(月)～6月7日(金)

No.	講座名	開講日	時間	回数
		会場	受講料	定員
講座内容				
1	自主企画講座 「魔法のNOTEコラージュワークショップⅠ」	6月18日(火)	10:00～13:00	1回
		白根生涯学習センター	2,000円	5人
<p>内省ワークをして、2024年の中間地点として振り返りながら残りの半年をどんな願いを持って過ごすかイメージに合う雑誌や写真の切り抜きをノートにコラージュしていくワークショップです。</p> <p>講師: 河口 緩美 氏</p>		<p><見本></p> 		
2	自主企画講座 「キッチンハーブのリース作り」	6月19日(水)	10:00～12:00	1回
		若草生涯学習センター	1,500円	20人
<p>お料理に使えるハーブでリースを作ります。キッチンに飾り、香りを楽しむことができ、手軽に料理にも使用できます。</p> <p>講師: 佐々木 夏芽 氏</p>		<p><見本></p> 		
3	自主企画講座 「エクセルで簡単な表を作成しよう」	6月22日(土)	10:00～12:00	1回
		高度農業情報センター	無料	5人
<p>エクセルを使って簡単な表を作成します。家計簿や自治会の資料作成などに応用できます。初心者から検定受験をしたい方までお申込みください。ノートパソコンを持っていない方には貸出もできます。</p> <p>講師: 高橋 純一 氏</p>				
4	特別観望日 「夏の星座を観る会Ⅰ」	6月26日(水)	20:30～21:30	1回
		ふるさと天文館	100円	10人
<p>夏の星座と大三角形(ベガ、アルタイル、デネブ)を観察します。</p> <p>講師: ふるさと天文館運営協力会</p>				
5	特別観望日 「認知症との向き合い方と予防のための生活術」	6月28日(金)	11:00～12:00	1回
		楡形生涯学習センター	無料	40人
<p>大切な方が認知症になったらどのように接しますか?ご自身が認知症にならないためにやっていることは正確ですか?元理学療法士として務めた経験から事例や気づいたこととお話します。</p> <p>講師: 内藤 薫 氏</p>				
6	特別観望日 「筆ペン1本であじのある文字を描いてみよう」	7月6日(土)	10:00～11:00	1回
		楡形生涯学習センター	1,000円	10人
<p>己書(おのれしよ)を体験してみませんか。己書は書き順などルールはありません。文字や絵を書くことが苦手な人もあじのある作品が描けます。筆ペン1本で誰でも簡単に描くことができます。個人の趣味はもちろんお店のポップ書きなど色々な活用ができます。</p> <p>講師: 依田 真由美 氏</p>		<p><見本></p> 		
7	自主企画講座 「花のある暮らし講座<ソラローズを使って!>」	7月13日(土)	10:00～12:00	1回
		甲西農村環境改善センター	2,000円	10人
<p>マメ科の植物を原料として作られたエコなアイテムであるソラフラワーを使って人気の透明な香水ビン風にアレンジします。</p> <p>※右の見本写真とは若干素材が異なる場合があります。</p> <p>講師: 原 美奈子 氏</p>		<p><見本></p> 		

※内容等が変更となる場合がありますので、広報で確認後お申込みください。