

**受講料無料!** **参加自由!**

## 講座フェスタ

# 「わかかさmini」

(誰もが講師、誰もが生徒)

各分野で知識を持った埋もれた人材に活動の場を提供し、一層の生きがいや喜びを感じてもらうことで、今後の活動へのステップアップの機会とします。同様に新たに学習を始めた方が気軽に体験することができる場として開催します。

**■ 期日** 10月27日(土)

▽1時限 午前10時～11時30分

▽2時限 午後1時～2時30分

**■ 場所** わかくさ・プラザ「学習情報館1～3階」※下表のとおり

**■ 受講案内** お好きな講座を自由に受講できます。事前の申し込みは必要ありません。

**■ 受講料** 無料

※ただし、材料費・教材費の必要な講座は、直接講師にお支払いください。

**■ 注意事項**

▽各講座は、全て講師が企画・運営します。詳しい内容につきましては、当日講師にお聞きください。

▽講座でのけがなどについては、きずテープなどの応急措置しかできませんのでご了承ください。

**■ 照会先** 生涯学習課(☎23-7776 FAX23-7778)

7776 FAX23-7778)

**【1時限 10:00～11:30】**

講座名	講師〈敬称略〉	内容	場所	費用	持ち物など	定員(人)
「平成」の目から見た 漱石の魅力	河田 仁	漱石の生い立ちと生き方からその魅力を探ります。漱石の作品としてのおもしろさ・魅力をお話しします。	2-1研修室			30
カンタン根付づくり (子ども受講可)	足立幸枝	かわいいちりめん布をスチロール球にかぶせてつくる根付です。	ギャラリー	100円		30
とんぼ玉作り (子ども受講可)	金森美里	ガラスをとかして、とんぼ玉を作ります。ひもを編んでとんぼ玉を通し、ストラップにします。	創作実習室	500円		10
やさしいゆる体操	武川喜美子	声を出しながらやさしく体をほぐします。ヨガ、気功、呼吸法、ストレッチ、武術などを取り入れて独自に開発したやさしい体操です。	和室		動きやすい服装	20
親子リズム体操 (子ども受講可)	伊藤典子	音楽に合わせて、体を動かす楽しさを感じましょう。(親：母または父、祖父母 子ども：小学2年生以下)	音楽室		タオル、飲み物(水分補給用)	15組
腰痛・肩こり・ひざ痛・ 猫背の改善(子ども受講可)	佐藤 昇	痛みのメカニズム、人体の構造(骨格、筋肉)、痛みの改善方法(施術・運動・食餌・睡眠)など	3-1研修室			30
関鍛冶について (子ども受講可)	安田清美	現代までに伝承されているとされる関鍛冶の技術に対する考察を中心に、新しい視点で関鍛冶の真の姿を紹介します。	3-2研修室			30
フラダンス入門講座 (幼児は保護者と一緒に受講可・小学生以上は単独受講可)	古山早苗	フラダンスの基本ステップと手の動きについて体験します。	多目的ホール			30

**【2時限 13:00～14:30】**

講座名	講師〈敬称略〉	内容	場所	費用	持ち物など	定員(人)
楽しく学ぼう!子ども英会話 (幼児～小学6年生対象)	菊井里都子	歌・ゲーム・絵本などを使い、楽しく英会話を学びます。ハロウィーンにちなんだ遊び、文化を学びましょう!仮装してきてもいいよ!	2-1研修室	200円	筆記用具	30
ブーメランを飛ばそう (子ども受講可)	石川雅敏	厚紙・牛乳パックを使い、ブーメラン型を切り取って室内で飛ばします。飛ばし方をマスターして中級用も作ります。	創作実習室		はさみ、カッター	20
はじめてのヨーガ	高井由香梨	美しく、流れるように、気持ちよくポーズを楽しみます。	和室		ヨガマットなどの敷物(バスタオル可)動きやすい服装	20
聞き上手になろうピアサ ポートプログラム (子どものいる方対象)	早川貞子	ピアサポートプログラムをしながら人の話を聞く練習をしよう!	音楽室			20
初めてのフラダンス (5歳以上の子どもから 高齢者まで受講可)	海江田麻紗子	ハワイの音楽に合わせて、フラダンスのステップを楽しみましょう!基本姿勢から学びます。	多目的ホール			30

※材料費は当日、直接講師にお支払いください。