

平成28年度後期 牛久市生涯学習センター生涯楽習講座一覧

問 中央生涯学習センター ☎871-2301

受講の申し込み&注意事項

- ◆対象 市内に在住・在勤・在学の方に限ります。
 - ◆申込方法 はがきに必要事項を明記の上、右記宛てに郵送してください(電話、窓口でのお申し込みはできません)。講座ごとに1人1枚でお申し込みください。講座の開催日をよくご確認の上、お申し込みください。
 - ◆申込期間 9月1日(木)～各講座の締め切り日(必着)。申し込みが定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果は通知します。代理受講はできません。※申し込みが少ない場合など、諸般の都合により講座が中止、または日程変更となる場合がありますので、予めご了承ください。
 - ◆受講料・教材費の支払い方法 第1回目の講座当日に全額を釣り銭のないよう現金でお支払いください。※教材仕入れ後のキャンセルにつきましては実費をいただきます。また、お支払いいただいた受講料・教材費の返金はありません。
 - ◆問い合わせ先 中央生涯学習センター講座係 ☎871-2301
- ※講座の開催場所にかかわらず、申し込みは全て中央生涯学習センター宛てとなります。申し込みに関する問い合わせは、中央生涯学習センター講座係までお願いします。講座内容については、開催する各センターへお問い合わせください。
- ※応募者の個人情報につきましては厳重に管理し、講座開催に係る事務のみに使用します。

◆申し込み先・記入方法

〒300-1211

牛久市柏田町
1606-1
牛久市中央生涯
学習センター
講座係

- ①氏名・ふりがな
性別・年齢
- ②郵便番号・住所
- ③電話番号
- ④講座名(1講座)

中央生涯学習センター開催講座☎871-2301

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
魚の おいしい料理	管理栄養士 根本 偉代	包丁を使わずに簡単に魚をさばく方法をお教えします。(あじ、またはいわしを使用) メニュー：つぼぬきあじの煮付け 他 ※この講座はNPO法人食生態学実践フォーラム事業の一つとして開催するので教材費は無料です。	28人	1/20(金)1回 10:00～13:00	200円
			12/20(火)		0円
男の料理		台所に立つのが初めての方も、料理はお任せという方も楽しく料理をしてみませんか。仲間やレパトリーが増えますよ。今回のテーマは、「温かい料理」です。	28人	2/3・17(金)2回 10:00～13:00	400円
			1/4(水)		1,600円
中国人・韓国人の 価値観	歴史学習 コンサルタント 平井 光之	儒教倫理や中華思想から見える世界についてのお話により、中国人・韓国人の価値観の違いを考えます。	40人	11/30(水)1回 10:00～12:00	200円
10/31(月)			0円		
日本人の歴史		日本人なら知っておきたい日本人の歴史「日本列島のユニークさが生んだ感性の秘密」のお話から、日本人の伝統的な価値観を知ることにより世界観が変わってきます。	40人	12/7(水)1回 10:00～12:00	200円
11/7(月)	0円				
書に親しむ	書道家 大山九八	年賀状やのし袋等、思い切って毛筆で挑戦してみませんか。参考例を示し、それなりのコツを丁寧に伝授します。初心者大歓迎、気軽に参加ください。	15人	10/3・17・31、11/7・21、 12/19、1/16・30、2/6・20 (月)10回 10:00～12:00	2,000円
			9/20(火)		実費
パソコン講座 【エクセル編】	パソコン インストラクター 猪熊 千春	エクセルを使いこなしたいと悩んでいる方のために、皆さんのやってみたいことや質問を受けて講義をします。疑問点や質問をはがきに書いてお申し込みください。(Excel2010・2013対応) ※ノートパソコンをお持ちください。	15人	11/12・19、12/3・10 (土)4回 10:00～12:00	800円
			10/5(水)		テキスト無

中央生涯学習センター開催講座☎871-2301

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
女性のための骨盤講座【託児付】	ベルヴィック ストレッチ マスターイン ストラクター 長 由貴	骨盤メンテナンス指導者が骨盤のゆがみや腰痛、肩こりなど体の不調の「なぜ？」にお答えしながら、解消法を理論と実技を交えて指導します。※託児を希望される方は、お子様の氏名・年齢(受講時10カ月以上)を記入してください。	15人	11/22・29、12/6・13・20 (火)5回 10:00～11:30	1,000円
			10/22(土)		0円
【企画講座】 尊い命を救うための応急手当①	横山 まつお 松夫	突然の心肺停止等の病気のときに応急手当を行えば尊い命が救われます。心配蘇生法とAEDを覚えましょう。	40人	12/7(水)1回 13:30～15:30	100円
11/7(月)			0円		
【企画講座】 尊い命を救うための応急手当②			40人	1/18(水)1回 13:30～15:30	100円
12/19(月)	0円				

シャトーカミヤ本館2階☎873-3151(問：中央生涯学習センター☎871-2301)

講座名	内容	定員	日程/時間	受講料
		締切日		教材費
牛久歴史 リレー講座	歴史・文化財について学ぶ絶好の機会です。今回は災害復旧が完了したシャトーカミヤで開催します。 【記念講座】「シャトーカミヤ旧醸造場施設について」 講師：川口 孝太郎氏(合同酒精株式会社) 【講座】テーマ「大名の世界」 ①「大名行列を解剖する」 講師：根岸 茂夫氏(国学院大学) ②「御三家一橋徳川家」 講師：永井 博氏(茨城県歴史館) ③「伊達家」 講師：岡田 謙一氏(渋谷区教育委員会)	80人	【記念講座】10/22 【講座】 ①11/12②11/26③12/3 (土)4回10:00～12:00	600円
		9/27(火)		900円

三日月橋生涯学習センター開催講座☎874-1340

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
ヘルシークッキング 乾物の巻	料理研究家 石塚 ナツ子	油控えめ、低カロリーなのに大事な栄養素は逃しません！乾物を使ったお惣菜のアレンジを学びます。	15人	12/1(木) 1回10:00～13:00	200円
			11/2(水)		800円
ヘルシークッキング お酢の巻			15人	12/8(木) 1回10:00～13:00	200円
ヘルシークッキング こんにゃくの巻	こんにゃくを使ったコース料理はいかがでしょう。低カロリーで繊維たっぷり。おかずのレパートリーを増やしましょう。	15人	12/15(木) 1回10:00～13:00	200円	
		11/16(水)		800円	
三日月そば打ち塾	そば・うどん 研究家 菅原 冠	今年の年越しそばは、手打ちにしませんか？上手に打てるコツをお教えます。	15人	12/24(土) 1回10:00～13:00	200円
			11/24(木)		800円
布で作る小さな アクセサリー	花工房主宰 上村 紀代子	4回の講座で4つの作品が仕上がります。ブローチやペンダントなどの小物の作り方を上村先生に教わります。※回によって曜日が異なりますのでご注意ください。	10人	10/28(金)、11/1(火)・ 25(金)、12/6(火) 全4回 13:30～16:30	800円
			9/30(金)		1,500円
男のヨガ	ヨガインス トラクター 中川原 静代	ヨガはやってみたいけど、女性の中に混じってやるのはどうも…という初心者の男性のための講座です。勇気を奮ってご応募ください。先生が優しく指導してくれます。ヨガマットをお持ちでない方は、大きめのバスタオルをご持参ください。	12人	11/5・12・19・26(土) 4回10:00～12:00	800円
			10/5(水)		0円
やってみたかった かわいい編み物	編み物イン ストラクター 北村 かよ	5回の講座で4つの作品を仕上げます。エコたわし、ブローチ、ネックウォーマー、ハンドウォーマーなどを作ります。初心者向けなので上級者の方はご遠慮ください。	10人	11/2・9・16・30、12/7 (水)5回10:00～12:00	1,000円
			10/3(月)		3,000円

奥野生涯学習センター開講講座☎875-1133

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
お菓子作り 「皿盛りデザート」	製菓衛生師 松元理恵子	～皿盛りデザートフルーツソース添え～ 生地から作るクレープのフルーツ包み みんなで一緒に作りましょう。	12人	1/18(水) 10:00～13:00	200円
			12/19(月)		800円
お菓子作り 「ロールケーキ」		～季節のフルーツロールケーキ～ ふわふわのスポンジケーキとカスタードクリーム のロールケーキです。	12人	3/3(金) 10:00～13:00	200円
			2/3(金)		800円
着物のリメイク	足立 ^{はなえ} 華江	着物をチュニック、コートに楽しくリメイクしませんか！ミシン、アイロン、アイロン台を使います。	10人	11/4・11・18・25、12/2 (金)5回 13:30～17:00	1,000円
			10/4(火)		0円
味噌屋が教える みそづくり	(株)ヤマイチ味噌 坪井 ^{たかまさ} 孝賢	午前中はみそに関するお話と工場見学、午後は茨城産原料で約3kgを仕込んで持ち帰ります。お味噌を食べて体の中からキレイになりましょう！	25人	12/17(土) 10:00～15:00 (昼休憩含む)	200円
			11/17(木)		2,700円
【企画講座】 ブラックゴスペル を歌おう！	ゴスペルディレクター オルガン奏者 米田 直子	オールドスタイルのゴスペルを中心に歌います。 黒人音楽好きにはたまりません。楽譜は使いません。初心者大歓迎です。	20人	11/20・27、12/11 (日)3回 15:00～17:00	300円
			10/20(木)		0円
【企画講座】 これからの家づくり を学ぶ講座3	武石 祐一 枝川 良昌 矢口 博幸	3人の1級建築士が、施工会社の選び方からリフォームやお手入れのポイントまで解りやすく伝授します。	20人	11/12・26、12/10 (土)3回 9:30～11:30	300円
			10/12(水)		0円

エスカード生涯学習センター開催講座☎874-3131(問：中央生涯学習センター☎871-2301)

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
初心者のための 鉛筆デッサン教室	造形作家 佐久間あすか	絵を描いてみたいが、上手く描けないと諦めている方にちょっとしたコツを教えます。きっと描くことが楽しくなりますよ。今回はエスカード生涯学習センター講座室で開催します。	16人	2/2・9・16・23、 3/2・9・16・23・30 (木)9回13:00～14:30	1,800円
			1/4(水)		1,600円
Let's Try講座 1回目	聖徳大学兼任 講師 有馬由希子	もう一度ピアノを弾きたい、もっと上達したい...そんな方を対象にレッスンをします。 【場所】エスカードホール ※1人30分の個人レッスン(非公開)。 ※楽譜を2部用意してください。 【時間】※ご希望の時間帯をお選びください。 ①13:00～13:30 ②13:30～14:00 ③14:00～14:30 ④14:30～15:00 ⑤15:00～15:30 ⑥15:30～16:00 ⑦16:00～16:30 ⑧16:30～17:00 ⑨17:00～17:30	9人	2/10(金)1回 希望の時間帯	500円
			1/11(水)		0円
Let's Try講座 2回目			9人	3/24(金)1回 希望の時間帯	0円
			2/24(金)		

「企画講座」～講師経験のない方や少ない方を応援します～

「企画講座」は、牛久市民および近隣の皆さんが自ら企画し講師となって開催する講座で、今まで多くの人が講師として活躍されています。「ご自身の経験や技術を市民の皆さんに教えたい」とお考えの方は、奮ってご応募ください。

- ◆前期募集概要 平成29年5月～平成29年9月のうち3～5回開催し、10人以上の受講生を見込める講座の企画。
※同一年度内で、1講師1企画まで。企画の採用は、文化芸術課において審査します。
- ◆応募締め切り日 平成28年11月16日(水)
※申請書・同意書は、各生涯学習センター窓口または牛久市ホームページをご利用ください。
- ◆問い合わせ先 中央生涯学習センター☎871-2301(講座担当)