

平成30年度後期 牛久市生涯学習センター生涯学習講座一覧

問 中央生涯学習センター ☎871-2301

受講の申し込み&注意事項 ※中央・三日月橋・奥野LLC窓口でもお申込みできます。

- ◆対象 市内に在住・在勤・在学の方に限ります。
- ◆申し込み方法 はがきに必要事項を明記の上、下記宛てにお送りください。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。
- ◆申し込み期間 9月1日(土)～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・教材費の返金はできません。
- ◆申し込み先 〒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
※下記アドレスからもお申し込みできます。各講座の締め切り後に封書にてお知らせします。
https://s-kantan.jp/city-ushiku-ibaraki-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=7948
- ◆その他 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。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。

◆はがき記入方法

表
〒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

裏
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
男の料理	管理栄養士 根本 偉代	初めての方でも、魚がさばけるようになる方法と、美味しい煮つけのコツを学びます。苦手な魚料理もコツをつかめば、簡単に無駄なく、美味しい魚料理を楽しむことができます。	28人	11/16・30、 12/7・14・21 (金)・5回 10:00～13:00	1,000円
			10/16(火)		4,000円
さしみこんにゃく作り	潮田 豊三	市販では味わえない“さしみこんにゃく”を、こんにゃく芋から作ります。こんにゃくは、食物繊維が豊富で、生活習慣病予防に効果的な食べ物です。ぜひ、こんにゃく作りにご参加ください。	28人	12/8(土)・1回 10:00～12:30	200円
			11/8(木)		300円
パパッと お弁当づくり	料理研究家 石塚 ナツ子	お子さんもパパもみんなが喜ぶお弁当を、パパッと作りましょう！今回は、お弁当箱に盛り付けますので、好きなお弁当箱をご持参ください。(20×15cm以内、形は自由)	28人	2/1、3/1・29 (金)・3回 10:00～13:00	600円
			1/16(水)		2,400円
茶道裏千家 基礎講座	茶道裏千家教授 飯村 宗圭	茶道のお稽古が初めての方や以前お稽古をしたがしばらくご縁が無かった方、わかりやすく優しくご指導しますので、お気軽にご参加ください。ふくさ・扇子をお持ちでない方はお貸しします。	10人	11/20、12/18、 1/22、2/19、3/19 (火)・5回 13:30～15:30	1,000円
			10/20(土)		2,500円

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
アンガーマネジメント 人間関係でイライラしない ために Part2	臨床心理士 佐藤 康江	今回は、どんな場面でイライラしやすいのか、自分の怒りの特徴を知って、上手に気持ちを使えるセルフづくりをやります。(Part 1を受講していない方でも大丈夫です)	50人	12/15(土)・1回 10:00～11:30	200円
			11/15(木)		0円
「筑波山地域 ジオパーク」 って何だろう?	筑波山地域 ジオパーク推進 協議会地球科 学専門員 杉原 薫	①ジオパークってなんだろう? 筑波山地域の山の特徴 ②筑波山地域の平野の特徴 筑波山地域の生き物と環境 ③歴史・文化・産業から筑波山地域らしさを知ろう! ④筑波山で自然とつながりを学ぼう! (女体山～御幸ヶ原～男体山)※小雨決行	40人	①2/8 ②2/22 ③3/8 ④3/22・移動教室 (9:00～16:30) (金)・4回 10:00～12:00	800円
			1/16(水)		移動教室 費用別途 徴収
牛久歴史 リレー講座	テーマ:日本近代建築 ①「建築家 辰野金吾の世界」 講師:清水 重敦 氏(京都工芸繊維大学教授) ②「日本の近代建造物の保存」 講師:長尾 充 氏(東京藝術大学教授) ③「甲州市の文化的景観について」 講師:萩原 麻由 氏(甲州市教育委員会) (平成30年度文化遺産総合活用推進事業)	80人	9/26(水)	①10/6 ②10/13 ③12/1 (土)・3回 10:00～12:00	600円
					0円
再確認しよう! スマートフォン 安全教室 (シニア対象)	市交通安全教化員	交通安全教室(約20分)	50人	1/26(土)・1回 10:30～10:50 11:00～11:50	200円
	NTTドコモ	振り込め詐欺などの犯罪やトラブルに巻き込まれないための対策と、自然災害における様々なトラブルなどから身を守るためのポイントを説明します。(50分)			12/26(水)
初めての オカリナ講座	関 稔	初めての方やすでに始めている方に、オカリナ上達のヒントをズバリ提供します。メロディを上手に演奏することに関連した音楽の話も。※オカリナは各自ご用意ください。	10人	1/24、2/14・28、 3/14・28(木)・5回 19:00～21:00	1,000円
			12/26(水)		0円
【企画講座】 親子で楽しむ! プログラミング 体験	中村 巧	「スクラッチ」ベースのソフトで制御する「プログラムロボットカー」を使って、親子で体験します。	6組	12/1・8・15 (土)・3回 10:00～11:30	300円
			11/1(木)		0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
パステル画 講座	日本画家 一色 直彦	初心者でも手軽に使える素材＝パステル＝身近にある植物、果物をモチーフにして幻想的な色彩を楽しみましょう。	15人	10/5・19、11/2・16 (金)・4回 13:00～15:00	800円
			9/20(木)		実費
初めての日本画 ～秋を描く～	日本画家 松田 優子	初心者の方対象です。 日本画の岩絵具を使って秋の紅葉を描いて1枚の小作品を仕上げます。	10人	10/2・16・30、 11/13・27 (火)・5回 10:00～12:00	1,000円
			9/20(木)		4,700円
そば打ち教室	そば・うどん 研究家 菅原 冠	そば打ちに挑戦しよう! 上手に打てるコツをお教えします。	16人	12/2(日) 10:00～13:00	200円
			11/2(金)		800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
コーヒーの香りを楽しもう	コーヒーアカデミー ドンマイスター 小池 美枝子	コーヒーの香りを楽しみながら、プロから学ぶ、美味しいコーヒーの淹れ方を学びませんか？コーヒーに合う軽食も作ります。 ※初めて受講される方を優先します。	12人	12/6・13・20 (木)・3回 10:00～13:00	600円
			11/6(火)		2,400円
【企画講座】 アロマを使って自分でできるリンパマッサージ	飛川 津矢子	自宅で、自分で出来るリンパマッサージを取り入れて健康に、アロマの使い方とリラクセス法を実際に体験しましょう。	20人	10/7・21、 11/4・18 (日)・4回 13:00～15:00	400円
			9/20(木)		1,600円
【企画講座】 塩分控えめ料理	管理栄養士 東條 尚子	塩分控えめ料理のコツをマスターし、一食塩分量2.5g以下の食事を作ります。ミニ栄養講座付きです。	20人	10/21、11/11、12/9 (日)・3回 10:00～13:00	300円
			9/21(金)		2,400円

奥野生涯学習センター開催講座 ☎875-1133

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
和風&洋風 2種のロールケーキ	料理研究家 椎名 房江	①クリスマスロールケーキ ②お正月ロールケーキ 季節に合わせたロールケーキが作れます。 和と洋を同時に学べる美味しい内容です♪	12人	①12/24(月・祝) ②1/12(土) 2回 10:00～12:30	400円
			11/24(土)		1,000円
お手軽おいしい パンづくり	料理研究家 椎名 房江	①メロンパン ②コーヒーあんぱん 初めてでも安心、家庭で簡単に作れます。焼きたてのパンの美味しさを楽しめます♪	12人	①10/6 ②10/27 (土)・2回 10:00～13:30	400円
			9/20(木)		1,000円
味噌屋が教える みそづくり	㈱ヤマイチ 味噌 坪井 孝賢	好評の自分で作る味噌、今年もやります！ 午前：味噌に関するお話しと工場見学 午後：味噌を作り持ち帰りいただきます ※各自ご用意の自由昼食(60分)	25人	11/25(日)・1回 10:00～15:00	200円
			10/25(木)		2,700円
親子でたのしく 3B体操	3B体操指導員 伊藤 幸子	対象年齢1歳児前後。遊び要素を取り入れた気軽に楽しめる「3B体操」親子で楽しく体を動かしましょう！体だけではなく、心も元気になれる体操です。	10組	10/30、11/6・13 (火)・3回 10:30～11:30	600円
			10/1(月)		0円
【企画講座】 はじめての 絵手紙 年賀状をかく	中長 多智子	かいて楽しい、いただいてうれしい絵手紙です。基本から練習します。 ①木の葉 ②丸い物、消しゴム印 ③年賀状	10人	①11/17 ②11/24 ③12/1 (土)・3回 13:30～15:30	300円
			10/17(水)		200円

【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、今まで多くの方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31年5月～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企画までとし、自宅およびその他の施設などで教室を主宰していないもので、同じ内容の企画を3年間提案がないこと。前期の募集は3企画です。企画の採用は、生涯学習課において審査します。

◆応募締め切り日 11月10日(土)必着

※申請書・同意書は、各生涯学習センター窓口または市ホームページをご利用ください。

◆問い合わせ 中央生涯学習センター ☎871-2301(講座担当)