

## 牛久市生涯学習センター 生涯学習講座一覧

【問い合わせ】●申し込みに関して…中央生涯学習センター講座係 ☎871-2301 ●講座内容について…開催する各センターへ

## 受講の申し込み&amp;注意事項

対象…市内在住・在勤・在学の方に限ります

生涯学習講座

受講の申し込み&amp;注意事項

申込方法 ①②③いずれかの方法でお申し込みください。



## ①インターネット

右記の二次元コードもしくは市ホームページからお申し込みください。

(市ホームページトップ ⇒ 文化・スポーツ・観光 ⇒ 芸術・講座 ⇒ 生涯学習講座)

## ②通常はがき

右記の通り必要事項をご記入の上、お送りください。

【あて先】〒300-1211牛久市柏田町1606-1

中央生涯学習センター講座係

※講座の開催場所に関わらず、すべて中央生涯学習センター宛となります。

※講座の開催日をよくご確認の上、講座ごとに1人1枚でお申し込みください。

〈通常はがきの書き方〉

表	裏
〒300-1211 牛久市柏田町1606-1 中央生涯学習センター 講座係	①氏名(ふりがな) ②年齢 ③性別 ④郵便番号・住所 市内/市外(在勤・在学) ⑤電話番号 ⑥メールアドレス(必須) ⑦講座名(1講座)

## ③窓口来所 ※電話受付不可

中央生涯学習センター・三日月橋生涯学習センター・奥野生涯学習センター窓口でお申し込みが可能です。

## 申込期間

## 4月1日(金)～各講座の締切日(必着)

※申し込みが定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果はメールまたは封書で通知します。

※代理受講はできません。

※申し込みが少ない場合や状況により講座が中止、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。

※オンライン講座は、インターネットの受信テストを講座とは別日に設けます。

※詳細につきましては講座の締め切り後にメールまたは封書にてお知らせします。

※応募者の個人情報厳重に管理し、講座開催に係る事務のみに使用します。

## 受講料・教材費の支払方法

1回目の講座当日に全額をつ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。

## オンライン講座の受講料・教材費の支払方法

受信テスト(無料)後に納付書を送付しますので、納付期限までに下記銀行にお支払いください。

常陽銀行	三井住友銀行	水戸信用金庫	水郷つくば農業協同組合 (本店を除く) 牛久市役所 (会計課窓口)
筑波銀行	りそな銀行	茨城県信用組合	
みずほ銀行	埼玉りそな銀行	中央労働金庫	

※上記の本・各支店で取り扱いします。※一部金融機関で、別途振込手数料がかかる場合があります。

※新型コロナウイルス感染症や天候・災害等の状況により、中止もしくは延期、さらには制限を設ける場合があります。

※緊急時はメールでご連絡をさせていただく場合があります。

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
スマホの基礎と活用(中級編)	パソコンインストラクター 片岡 秀典	基本的な操作や便利な機能を習得しよう！基本の操作に加え、電車乗り換えアプリや健康管理アプリなどスマートフォンの基礎と活用を楽しくわかりやすく学べる講座です。初心者の方も大歓迎です。気軽にご参加ください。※機種は、Apple社製または、アンドロイド系に限ります。	20人	5/11・18・25、 6/1・8・15 (水)・全6回 10:00~12:00	1,200円
			4/25(月)		500円
小学生のためのヒップホップダンス教室	ダンスインストラクター 小沼 楓果	秋の文化祭のステージ発表を目標に、ヒップホップのリズムやステップを学びます。丁寧に指導しますので、初心者の方でも楽しく参加できます。ぜひお気軽にご参加ください。 ※市民文化祭洋舞発表の出演に伴い、衣装(Tシャツ等)を揃える場合があります。	20人	5/12・26、 6/2・9・16・23・30、 7/7・21・28、 8/4・18・25、 9/1・8・15・22・29、 10/6・27 (木)・20回 10/1(土)リハ予定 10/30(日)本番予定 ※全22回 18:00~19:30	4,400円
			4/27(水)		衣装代 実費
大人からはじめるストリートダンス教室	ダンスインストラクター 小池 利佳	初めての方、大歓迎！踊るための体力づくりからはじめます。ダンスで心も体もリフレッシュしましょう！	20人	6/3・10・17・24、 7/1・8 (金)全6回 10:00~11:30	1,200円
			5/5(木)		0円
体験！オンライン授業とバーチャルツアー	パソコンインストラクター 片岡 秀典	今回の講座では、Zoomを使用したオンライン授業の受け方を分かりやすく解説。そのほかに、美術館の館内をインターネットから観賞できるバーチャルツアーの手順を解説します。オンライン授業、バーチャルツアーを体験しませんか？ ※パソコンまたはタブレット(機種問わず)(スマホはNGですが応相談)	10人	6/29、 7/6・13・20・27、 8/3 (水)・全6回 10:00~12:00	1,200円
			5/29(日)		1,000円
超かんたんお片付け術講座	整理収納コンサルタント 國生 輝枝	なかなか片付かない、片付けてもすぐ散らかっちゃう(涙)。そんな悩みとは決別しましょう。もう探さない！2度買いたくない！まずは分けるから始めましょう。整理収納の基本の基本を学ぶ、超初心者向け講座です。	20人	5/24、6/7・21、 7/5・19 (火)・全5回 10:00~11:30	1,000円
			4/25(月)		550円
ScratchをつかってAIのしくみを探ってみよう！	プログラミング教室 Pocket講師 大島 豊	【対象】小3以上の子と保護者 最近よく耳にする「AI」って何だろう？楽しくプログラミングしながら、そんな疑問を探ってみよう。初めてのお友だちでも大丈夫！Scratchで簡単にプログラミングできます。 ※親子講座ですので、保護者の方の氏名、年齢のご記入もお忘れなくお願いします。	10組	6/11 (土)・1回 10:00~12:00	200円
			5/11(水)		0円
中央カップゼミナール「コロナに負けない！学びで元気！」	◆茨城県近代美術館 ハロー！ミュージアム ◆(社)日本睡眠教育機構認定上級睡眠健康指導士 新矢 昭吾 ◆元茨城放送アナウンサー加奈 ◆健康づくり推進課	60歳以上の方を対象にカップゼミナールを開講します。今回のテーマは「元気！」。たくさんの元気の素をつくり、日タイキイキと過ごしましょう。 ①美術の楽しさお伝えします！～小川芋銭とカップ～ ②質の良い眠りで健康増進！ ③朗読はアンチエイジング!! 身も心も声も脳もまとめてストレッチ！ ④フレイル予防で生涯かっぱつ!! (かっぱつ体操実践有)	40人	①6/7 ②6/14 ③6/21 ④6/28 (火)・全4回 ①13:30~15:00 ②~④ 10:00~11:30	800円
			5/7(土)		0円
こども造形絵画教室 A	土曜カップ塾 造形絵画講師 富澤 笑	小学生対象。毎回違う課題を通して、楽しみながら創造力と表現力を育てていきましょう！ ①あじさいランプ ②影絵パペット ③オリジナル風鈴作り ※毎回汚れても良い服装と課題によって各自用意して頂くものがあります。 ※応募用紙にA・Bの希望をご記入ください。 (A・Bの内容は同じ、両方のお申し込みは不可)	18人	6/12・26 7/10 (日)・全3回 10:00~12:00	600円
			5/11(水)		700円
こども造形絵画教室 B	土曜カップ塾 造形絵画講師 富澤 笑	小学生対象。毎回違う課題を通して、楽しみながら創造力と表現力を育てていきましょう！ ①あじさいランプ ②影絵パペット ③オリジナル風鈴作り ※毎回汚れても良い服装と課題によって各自用意して頂くものがあります。 ※応募用紙にA・Bの希望をご記入ください。 (A・Bの内容は同じ、両方のお申し込みは不可)	18人	6/12・26 7/10 (日)・全3回 13:30~15:30	600円
			5/11(水)		700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
風花プリザーブド フラワー協会 「プリフラ あれんじ教室」	風花プリザーブド フラワー協会 主任講師 中村 道子	プリザーブドフラワーを中心に、季節に合ったスタイル、人気のあるアレンジ、新しい花材を使いながら、アレンジの基礎を学びます。個性を大事にお伝えしていきます。初めての方でも1回で素敵なアレンジが仕上がります。ぜひ、お気軽にご参加ください。	12人	5/31、7/26、 9/27 (火)・全3回 10:00~11:30	600円
			5/6(金)		6,900円
初夏の 寄せ植え講座	ハンギング マスター 福元 美江子	簡単そうに見えて実は奥が深い寄せ植え。プロにコツを伝授していただきましょう。元気があってキレイ！が長続きします。	12人	6/4 (土)・1回 10:00~12:00	200円
			5/5(木)		2,500円
旅する クラシック音楽 ～演奏とお話に よる名曲紀行～	うしく音楽家 協会 深谷 裕子 他	「旅」をテーマにクラシック音楽の背景解説と演奏を組み合わせせた講座です。 音楽を聴きながら旅気分を味わい、心豊かな時間を共に過ごしましょう。 【1回目】ドイツ・オーストリア編 (ピアノ・ヴァイオリンとお話) 【2回目】イタリア編(ピアノ・声楽とお話)	30人	6/5・19 (日)・全2回 14:00~15:30	400円
			5/9(月)		0円
【企画講座】 尊い命を救う 救急救命講座	防火防災 アドバイザー 横山 松夫	突然、家族や友人が倒れた時、救急車が来るまであなたが行う心肺蘇生とAEDの知識を身につけよう。	40人	6/11、9/10 (土)・全2回 10:00~12:00	200円
			5/20(金)		0円
【企画講座】 はじめての コントラクト ブリッジ	太田 三郎	「これまで人間の知力が考えた最も面白く最も知的なカードゲームである」とイギリスの文豪サマセット・モームに云わしめたトランプゲーム。老若男女だれでも参加できる知的スポーツ・老化防止ゲームです。	20人	5/27、 6/3・10・17・24 (金)・全5回 13:00~15:00	500円
			5/6(金)		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
ピザ!ピザ! ピザ!	料理研究家 石塚 ナツ子	基本のミックスピザ!パンから作るピザ! 餃子の皮でもピザ!あなたもこれで、ピザ名人!	8人	7/7・21、8/4 (木)・全3回 9:30~12:00	600円
			6/7(火)		2,400円
60代からの おしゃれ	ヘアメイク スタイリスト 筑間 有紗	お化粧・ヘアケア・服装の組み合わせによって、今までとは違う自分を発見する講座です。年齢を理由におしゃれをあきらめないで!プロのアドバイスでどこまで変われるかチャレンジしてみませんか?	10人	9/8・15・22 (木)・全3回 10:00~12:00	600円
			8/9(火)		0円
音楽初心者の ための リズム講座	牛久市民 吹奏楽団 常任指揮者 関 稔	オカリナ、ハーモニカ、ギター、ウクレレ、ピアノなど、楽器を始めてみたけれど、リズムが苦手だと感じている音楽初心者のためのリズム講座。 「4分音符は1拍」さらに手前の「拍とは何か」からはじまり「裏拍」などを理解して、リズムに対する不安解消を目指します。	10人	7/1・8・22 (金)・全3回 10:00~11:30	600円
			6/1(水)		0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
世界に1つだけの サンドブラスト 講座	Glass Studio Coyote 工藤 百江	ガラスの表面に砂を吹き付け、すりガラス状の模様を施します。自分でデザインした世界に1つだけのガラス作品をつくりましょう♪皆さまのご応募をお待ちしています!(お子さまがご参加される場合は必ず保護者同伴でお願いします。)	10人	8/20 (土)・1回 10:00~12:00	200円
			7/20(水)		500円
どんな季節も快 適に過ごそう アロマテラピー 講座	日本アロマコーディ ネーター協会認定 インストラクター 山田 紅霞	山田先生の大人気講座今年も開催します! 「植物の香り」が持つ不思議な魅力を楽しく学ぼう! 【1回目】みつろうクリーム作り 【2回目】マッサージオイル作り 【3回目】マスクスプレー作り	12人	8/27、 9/10・24 (土)・全3回 10:00~11:30	600円
			7/27(水)		3,000円

## オンライン講座 ※ご自宅からオンラインでZoomを使用しての参加となります。

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
オンライン シャトー探検	案内人 牛久高校 演劇部	牛久シャトーに行ってみたくてチャンスがなかった方・行ったことがある方も違った見方ができるかも！ぜひこの機会にオンラインツアーと一緒に楽しみましょう♪	30人	【受信テスト】 7/28(木) 10:00~11:00	0円
			7/12(火)	【講座開催日】 9/10 (土)・1回 10:00~11:00	0円
プチお片付け 実践編 オンライン講座	整理収納 コンサルタント 國生 輝枝	お片付け初心者さん対象。捨てるのが目的ではありません。毎回小さなテーマですが、悩み多く一人ではなかなか進まないところを講師と一緒に実践してみましょう。 ①お片付けの基本…実践：金運up冷蔵庫の整理 ②お片付けの目的…実践：本、思い出の整理 ③収納のポイント…実践：クローゼットの整理 実践中は、カメラオフ、マイクオフでも大丈夫(^^♪ これどうしたらいい？にもダイレクトにお答えいたします。	12人	【受信テスト】 5/16(月) 10:00~	600円
			5/5(木)	【講座開催日】 7/18、8/1、9/5 (月)・全3回 9:30~10:45 (10分前入室)	0円
おもてなし英会話 牛久紹介 オンライン講座	英語講師 アルバーニ純子	ぜひ牛久に遊びに来て！牛久に海外の友人を招待して案内するシーンで、海外の人へどのようにアピールしますか？※初級(中学生レベル)	12人	【受信テスト】 5/16(月) 11:00~	200円
			5/1(日)	【講座開催日】 7/21(木)・1回 13:30~14:30	0円
オンラインで 楽しく美味しく！ 初めての パン作り	パン研究家 野内 周子	おうち時間が増えている中での新たな趣味の入り口に、オンラインで出来る簡単なパン講座はいかがでしょう？生活がガラッと変わった今だからこそ、新しい講座にチャレンジしてみませんか？ご参加お待ちしております！ ※参加される方へ講座の進め方の資料を事前にお送りします。	15人	【受信テスト】 7/24(日) 11:00~	200円
			7/13(水)	【講座開催日】 9/25 (日)・1回 10:00~12:00	【実費】 各自ご用意 いただくもの があります。

### オンライン講座の 注意事項

※通信機器(パソコン、スマートフォン、タブレット)および通信環境がインターネット接続できることをご確認の上、お申し込みください。なお、受講に伴う通信料等は受講者さまの負担となります。  
※必ず受信テスト(無料)にご参加ください。

## 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、今まで多くの方々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、ふるってご応募ください。

### 後期募集概要

- ◆10月～令和5年3月のうち2～5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等で教室を主宰していない方で、同じ内容の企画を3年間提案がないこと。  
※企画の採用は、生涯学習課において審査します。

### ◆応募締切…5月13日(金) 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・提出先】  
中央生涯学習  
センター(講座担当)  
☎871-2301  
〒300-1211牛久市  
柏田町1606-1