

● 刈谷市総合文化センター ●

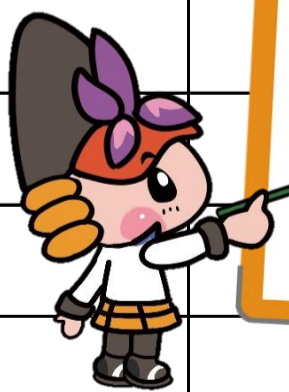
〒448-0858 刈谷市若松町2-104 TEL21-7430

	1	2	3	
講座名	初歩から学ぶスマホ講座	暮らしに役立つ スマホ講座(応用編)	ホームページ作成 「HTML&CSSの基本」	
曜日	火 曜日	水 曜日	木 曜日	
時間	13時30分 ~ 16時00分	13時30分 ~ 16時00分	19時00分 ~ 21時00分	
場所	504講座室	504講座室	504講座室	
期間	7月2日 ~ 7月23日	7月3日 ~ 7月24日	5月16日 ~ 7月4日	
回数	4 回	4 回	8 回	
対象	一般	一般	一般	
定員	10 人	10 人	10 人	
受講料	1,200 円	1,200 円	2,400 円	
教材費等	1,200 円	600 円	2,200 円	
講座の概要	スマホの操作に慣れていない初心者の方向けの講座です。ご自身のスマホを使って、基本的な内容から便利で役立つ活用法について学びます。 ※個別指導ではありません	スマホやLINEの基本操作ができる方を対象に、日常生活で役立つLINE機能やキャッシュレス決済、有事の際の活用法などを自分のスマホを使って学びます。	フォルダの新規作成などパソコンの基本操作ができる方対象の講座です。自分のPCを使ってWebサイトの基本を学び、Webサイトを作成します。希望者へはエディターのインストールの案内も実施します。	
学習プログラム	1	7月2日 ▶安心・安全に使いましょう ▶正しいセキュリティ対策について	7月3日 ▶効率的な情報収集とWEB 申請の仕方 ▶刈谷市ポータルアプリ「あいかり」とQRコードの活用	5月16日 ▶Webサイトの概要 ▶HTML&CSSを始める前に
	2	7月9日 ▶インターネットで検索してみましょう ▶便利なアプリのインストールと活用法	7月10日 ▶災害時に役立つアプリをマスターしよう ▶アプリで健康管理など	5月23日 HTMLの基礎
	3	7月16日 ▶カメラを使ってみましょう ▶LINEの注意点と活用法	7月17日 LINEグループで交流してみよう(使用上の注意・グループ作成と解除・グループトーク・ビデオ通話)	5月30日 HTMLの要素
	4	7月23日 ▶災害時の活用法 ▶YouTube(ユーチューブ)で動画を見ましょう	7月24日 ▶キャッシュレス決済とポイント ▶シニアに多いあるあるトラブル・質疑応答	6月6日 CSSの基礎
	5			6月13日 CSSのプロパティ①
	6			6月20日 CSSのプロパティ②
	7			6月27日 レスポンシブデザイン
	8			7月4日 Webサイトを作る
	9			
	10			
	11			
	12			
	13			
講師	まなび考房インストラクター	まなび考房インストラクター	まなび考房インストラクター	



		4		5		6	
講座名		プチプラコスメで スキンケア&メイク講座 		はじめてのウクレレ 1曲マスター!(夕方コース)		はじめてのウクレレ 1曲マスター!(夜コース)	
曜日		月 曜日		月 曜日		月 曜日	
時間		10時00分 ~ 12時00分		17時00分 ~ 18時30分		19時30分 ~ 21時00分	
場所		創作活動室2		音楽室1		音楽室1	
期間		5月13日 ~ 7月8日		5月13日 ~ 6月24日		5月13日 ~ 6月24日	
回数		5 回		6 回		6 回	
対象		一般		一般		一般	
定員		10 人		10 人		10 人	
受講料		1,500 円		1,800 円		1,800 円	
教材費等		4,000 円		実費		実費	
講座の概要		自分の肌質や生活、季節の変化に合った化粧品の選び方を知り、手軽に楽しく続けられるスキンケアやメイクのコツを、実践しながら学びます。		初心者向け。誰もが知っている曲をウクレレで弾けるようレクチャーします。 ※ウクレレの無い方は別途レンタル料がかかります。(1回100円)		初心者向け。誰もが知っている曲をウクレレで弾けるようレクチャーします。 ※ウクレレの無い方は別途レンタル料がかかります。(1回100円)	
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月13日	今の自分に必要なスキンケアを考える ~赤ちゃん肌の作り方~	5月13日	▶ウクレレの持ち方 ▶チューニング ▶基本的な弾き方(フォーム)	5月13日	▶ウクレレの持ち方 ▶チューニング ▶基本的な弾き方(フォーム)
	2	5月27日	骨格を意識して小顔に見えるベースメイク	5月20日	コードの押さえ方	5月20日	コードの押さえ方
	3	6月10日	目の錯覚を利用して理想の骨格を目指すポイントメイク① 眉毛編	5月27日	右手のストローク	5月27日	右手のストローク
	4	6月24日	目の錯覚を利用して理想の骨格を目指すポイントメイク② アイメイク編	6月10日	歌いながら弾いてみよう	6月10日	歌いながら弾いてみよう
	5	7月8日	今の自分に合ったシートパック作り	6月17日	メロディを弾いてみよう	6月17日	メロディを弾いてみよう
	6			6月24日	みんなでアンサンブル	6月24日	みんなでアンサンブル
	7						
	8						
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
講師		コスメアドバイザー 中根 稚菜		ロージミュージック ギター・ウクレレ講師 笹本 佳宏		ロージミュージック ギター・ウクレレ講師 笹本 佳宏	

		7		8		9	
講座名		シニアのための いきいき健康ストレッチ		【子育て応援講座】 こども料理教室		インナーマッスルを鍛える! おなか引き締めウォーキング	
曜日		火 曜日		火 曜日		水 曜日	
時間		14時00分 ~ 15時30分		18時00分 ~ 20時00分		19時00分 ~ 20時30分	
場所		リハーサル室2		調理実習室		リハーサル室2	
期間		5月21日 ~ 7月30日		5月14日 ~ 7月9日		5月15日 ~ 7月24日	
回数		6 回		5 回		6 回	
対象		一般		小学生(3年~6年)		一般(女性)	
定員		10		12 人		10 人	
受講料		1,800 円		1,500 円		1,800 円	
教材費等		無料		3,000 円		無料	
講座の概要		テレビを見ながら、お散歩をしながら…気軽に簡単にできる“ながらストレッチ”で、楽しく活き活き健康に過ごせる身体を目指しましょう!		各回2食分(実食と持帰り用)の調理をし、世界の料理を通して文化に触れる食育講座です。また、中高生の居場所づくり「なごみんはあと」についての紹介なども行います。 ※実食時間中のみ保護者見学可		姿勢と歩き方をカメラで撮影し、チェックします。正しい姿勢で美しく歩く習慣を身につけます。	
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月21日	基本のストレッチ① [測定日]	5月14日	【韓国】※辛味無 ピピンパ わかめスープ	5月15日	自分の立ち姿(姿勢)をチェックしよう
	2	6月4日	基本のストレッチ②	5月28日	【タイ】 パッタイ シュリンプチップス	5月29日	ボディラインを整えながら正しい歩き方の基本①
	3	6月18日	色々しながらストレッチ	6月11日	【ハワイ】 ロコモコ丼	6月12日	ボディラインを整えながら正しい歩き方の基本②
	4	7月2日	テレビを見ながらストレッチ (イスを使います)	6月25日	【インド】 スパイスカレー タンドリーチキン	6月26日	踵のない靴でさらに美しく歩く基礎を身につける
	5	7月16日	お散歩しながらストレッチ	7月9日	【イタリア】 パスタ サラダ	7月10日	足が長くきれいに見えるヒールウォーキングの基本
	6	7月30日	どれだけ変化があったかな? [測定日]			7月24日	よりエレガントな歩き方を身につけよう
	7						
	8						
	9						
	10						
	11						
	12						
	13						
講師		ボディワークトレーナー、 BESJ公認マットピラティス インストラクター 眞下 雅貴		キッズキッチンインストラクター 上級食育アドバイザー 増崎 良子		ウォーキングアドバイザー 後藤 秀美	



『なごみんはあと』とは

学校でも家でもない、「あなたのもう一つの居場所」。中高生の皆さんが、放課後に気軽に集えるフリースペースです。

友達と楽しい時間を過ごしたり、スタッフと気軽に話をしたり、宿題やテスト勉強をしたり、自由に過ごせる場所。それが“なごみんはあと”です。

刈谷市の委託を受け、特定非営利法人 子育て・子育てNPOスコップが、企画運営しています。

		10	11	12
講座名		楽しく学ぶ「中国の皇帝」 ～大国を導く天子の歴史～	『台湾茶・中国茶の愉しみ』 ～五感で味わう癒しの時間～	デジタル一眼カメラ講座 はじめて編
曜日		木 曜日	木 曜日	金 曜日
時間		13時00分 ～ 14時30分	19時00分 ～ 20時30分	10時00分 ～ 12時00分
場所		501～503講座室	創作活動室2	504講座室・調理実習室
期間		5月30日 ～ 9月5日	5月16日 ～ 9月12日	5月10日 ～ 7月12日
回数		8 回	6 回	6 回
対象		一般	一般	一般
定員		35 人	6 人	12 人
受講料		2,400 円	1,800 円	1,800 円
教材費等		無料	6,000 円	無料
講座の概要		巨大国家を繁栄、あるいは滅亡へと導いた中国の歴代皇帝たち。その中の8人に焦点を当て、歴史書などの資料を分かりやすく読み解きながら、足跡や人物像に迫ります。	中国茶を飲みながら、中国茶の知識やリラックス効果を学びましょう。ストレスの多い方に特におすすめです。	撮影のポイントを、カメラ操作しながらテーマ別に実践します。デジタル一眼レフカメラまたはミラーレスカメラをお持ちの方が対象です。
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月30日 秦・始皇帝 The ファーストエンペラー	5月16日 中国茶・台湾茶の基礎知識	5月10日 デジタル一眼カメラ基本操作①
	2	6月13日 前漢・高祖劉邦 百戦して最後の戦いに勝った男	6月6日 おいしい水出し中国茶	5月24日 デジタル一眼カメラ基本操作②
	3	6月27日 前漢・武帝 偉大なる皇帝、世界帝国への野望	6月27日 ストレスが溜まったとき飲むお茶	6月7日 人物・ポートレイトの撮影方法
	4	7月11日 隋・煬帝(ようだい) 日没する処の天子は稀代の暴君か?	7月18日 脂肪を分解するお茶の種類	6月21日 お花・小物・料理の撮影方法
	5	7月25日 唐・太宗李世民(りせいみん) 「名君」と呼ばれた男の光と影	8月8日 心身ともにリラックスできる中国茶	7月5日 スナップの撮影方法
	6	8月1日 宋・太祖趙匡胤(ちようきやういん) 乱世から文治へと導いた英雄の器	9月12日 まとめ	7月12日 ▶風景の撮影方法 ▶おざらい ▶まとめ
	7	8月22日 明・洪武帝朱元璋(しゆげんしやう) 最下層からの戴冠と血に濡れた玉座		
	8	9月5日 後漢・光武帝劉秀(りゆうしゆう) 混沌から沸き起こる漢朝再興の光		
	9			
	10			
	11			
	12			
	13			
講師		中部大学非常勤講師 竹澤 英輝	茶仙美流主宰 室川 健一	日本写真作家協会会員・ 日本写真協会会員・写真家 山崎 隆行



		13		14		15		
講座名		お仕事帰りの陶芸入門 ～涼やかな夏の器～		谷崎潤一郎の名作を読む 『細雪(ささめゆき)』上巻		はじめての糸かけ曼荼羅 ～自分でデザインしてみよう～		
曜日		金 曜日		金 曜日		金 曜日		
時間		19時00分 ～ 21時30分		13時00分 ～ 14時30分		10時00分 ～ 12時00分		
場所		陶芸室		501～503講座室		創作活動室1		
期間		5月10日 ～ 7月19日		5月17日 ～ 9月6日		5月24日 ～ 9月27日		
回数		10 回		8 回		5 回		
対象		一般		一般		一般		
定員		24 人		30 人		10 人		
受講料		3,000 円		2,400 円		1,500 円		
教材費等		8,000 円		実費		6,000 円		
講座の概要		涼やかな蛸手や透かし彫りの装飾技法を用いた夏の器を作ります。		谷崎潤一郎の代表作『細雪』を読みます。旧家の四姉妹の縁談や恋愛を通して、当時の文化や喜怒哀楽の動きの細部を味わい、家族と共に生きるということを考えます。		木製の台にピンを打ち付け、色とりどりの糸をかけて、幾何学模様の作品づくりを楽しみます。ゴムを使った脳トレから糸かけアートまで、自分だけのデザイン、色づかいでオリジナル作品を作ります。		
学 習 プ ロ グ ラ ム	1	5月10日	▶焼き物の基礎 ▶小鉢成形	5月17日	▶導入 ▶『細雪(上)』読解①	5月24日	星型板を使いゴムでデザインしてみよう	
	2	5月17日	▶小鉢仕上げ(蛸手) ▶中鉢成形	5月31日	『細雪(上)』読解②	6月28日	ジオポートをつくりデザインしてみよう	
	3	5月24日	▶中鉢仕上げ(蛸手) ▶蚊遣り成形	6月7日	『細雪(上)』読解③	7月26日	一筆書き糸かけにチャレンジ	
	4	5月31日	▶蚊遣り仕上げ(透かし彫り) ▶花籠成形	6月21日	『細雪(上)』読解④	8月23日	自分史糸かけつくりチャレンジ	
	5	6月7日	花籠仕上げ(透かし彫り)	7月5日	『細雪(上)』読解⑤	9月27日	自由な釘配置で糸かけしよう	
	6	6月14日	▶下絵付け ▶施釉 ▶窯詰め	7月19日	『細雪(上)』読解⑥			
	7	6月21日	▶窯出し ▶自由制作①成形	8月2日	『細雪(上)』読解⑦			
	8	6月28日	自由制作②仕上げ	9月6日	『細雪(上)』まとめ			
	9	7月12日	▶下絵付け ▶施釉 ▶窯詰め					
	10	7月19日	▶窯出し ▶鑑賞会					
	11							
	12							
	13							
講師		陶芸家 本田 郁子		南山大学名誉教授 細谷 博			糸かけデザイン研究所 市石 真奈美	

※画像はイメージです

16		
講座名	古代エジプト入門	
曜日	土 曜日	
時間	13時00分 ~ 14時30分	
場所	501~503講座室	
期間	6月1日 ~ 7月6日	
回数	6 回	
対象	一般	
定員	40 人	
受講料	1,800 円	
教材費等	無料	
講座の概要	ピラミッドやツタンカーメンをめぐる謎や、世界遺産を含む建造物を数多く遺した王ラムセス2世の生涯について、近年の研究成果を交えながら紐解いていきます。	
学習プログラム	1	6月1日 三大ピラミッドに隠された秘密①
	2	6月8日 三大ピラミッドに隠された秘密②
	3	6月15日 ツタンカーメン王の生涯
	4	6月22日 ツタンカーメン王の王墓と財宝
	5	6月29日 戦士としてのラムセス2世 ~世界初の講和条約に残された戦争~
	6	7月6日 建築王としてのラムセス2世 ~世界遺産アブ・シンベル神殿と遺跡群~
	7	
	8	
	9	
	10	
	11	
	12	
	13	
講師	愛知文教大学講師 野中 亜紀	

今回も様々なジャンルの講座をご用意しました。

たくさんのご応募お待ちしておりますカリ!!

