

クラフト

A1 枯れない花(プリザーブドフラワー)で 仏花を作りましょう

金曜 10:00 ~ 12:00 旭ヶ丘公民館 研修室

アドバイザー	荒木真奈美
日程	8/3 (全1回)
対象・定員	どなたでも・15名
受講料+教材費	500円+2,800円
持ち物	持ち帰り袋

夏は花がすぐにだめになってしまうので、水がなくても長持ちする花(プリザーブドフラワー)で仏花を作成しましょう。

A2 アイシングでハッピーハロウィン

水曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 6階工作室

ハロウィンカラー・モチーフで可愛く楽しくアイシングクッキーを作りますか？



アドバイザー	林絵美子
日程	10/17 (全1回)
対象・定員	成人・8名
受講料+教材費	500円+1,000円
持ち物	おしぼり、エプロン 持ち帰り容器(10cm×15cmくらい)

A3 スタンプクラフトで作る ハロウィントリートバッグ

金曜 10:00 ~ 12:00 小泉公民館 多目的実習室

アドバイザー	横江美和
日程	10/5 (全1回)
対象・定員	成人女性・8名
受講料+教材費	500円+1,000円
持ち物	持ち帰り袋、眼鏡(必要な方)

ハロウィンの本場、アメリカンデザインのペーパーを使って、トリート(お菓子)を入れるギフトバッグを作ります。スタンプ、パンチ、リボン等を使い飾っても見映えのするバッグなので、ハロウィンムードが高まります。

A4 ハワイアンリボンレイ ハイビスカスのリース

火曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 4階401

ハワイ在住でリボンレイデザイナーの作品をミニリースにアレンジしました。カラフルなリボンをちくちく縫ってハイビスカスを作りましょう。



アドバイザー	芳村真保
日程	9/4・18 10/2・16 (全4回)
対象・定員	成人・8名
受講料+教材費	2,000円+1,000円
持ち物	裁縫道具、筆記用具 かぎ針6号(あれば)

ダンス

D1 みんなではじめよう ハワイアンフラ

水曜 13:30 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 1階101

アドバイザー	伊左次美保
日程	8/8・22 9/12・26 10/10 (全5回)
対象・定員	女性・10名
受講料+教材費	2,500円+0円
持ち物	動きやすい服装(Tシャツ、パウスカート等)、飲み物、筆記用具

ハワイの音楽に合わせて身体を動かしてみよう。身体だけでなく頭のトレーニングにもなりますよ。

※パウスカート無料貸出あり

D2 お試しバレエレッスン

月曜 19:30 ~ 21:00 精華公民館 研修室

大人のための入門クラスです。毎週ではないので、頑張りすぎずに気楽に始められます。体の硬い方、ぜひ参加してください。歓迎しますよ。

※バレエシューズ希望者 別途2,400円
なくても靴下で受講可能です

アドバイザー	寺本ゆかり
日程	8/6・20 9/3・10 10/8・22 (全6回)
対象・定員	中学生以上の女性・16名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすい服装

D3 大人からのバレエ

火曜 19:30 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 6階美術室

アドバイザー	寺本ゆかり
日程	8/7・14・21・28 9/4・11・18・25 10/2・9・16・23 (全12回)
対象・定員	中学生以上の女性・16名
受講料+教材費	6,000円+0円
持ち物	動きやすい服装 バレエシューズ

ストレッチで体をほぐし、楽しみながら、無理のない範囲でレッスンすれば健康や美容に効果を発揮します。

※バレエシューズ希望者 別途2,400円

D4 ベリーダンスダイエット

木曜 19:00 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 1階101

ベリーダンスで自然燃焼系ボディになっちゃおう!初心者でもできるストレッチ、振付で楽しくダイエット。



アドバイザー	Layha (リーハ)
日程	8/9・23 9/6・20 10/4・18 (全6回)
対象・定員	10歳以上の女性・10名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすい服装(レギンス、Tシャツなど)、タオル、飲み物

D5 はじめてのフラ

金曜 13:30 ~ 15:00 市之倉公民館 研修室

アドバイザー	NAO
日程	8/3・17・31 9/7・14・28 10/12・19 (全8回)
対象・定員	成人女性・13名
受講料+教材費	4,000円+100円
持ち物	動きやすい服装、飲み物、タオル パウスカート(あれば)

体幹を楽しく鍛え、体を整えていくフラ。はじめての方も楽しめる内容です。ゆったりとした曲で楽しみながら美しくなりますよ。

※パウスカート無料貸出あり

D6 笑顔が輝く ハワイアンフラ

水曜 13:30 ~ 15:00 脇之島公民館 ホール

心が躍るフラと一緒に楽しみましょう。

アドバイザー	毛利恭枝
日程	8/8・22 9/5・19 10/3 (全5回)
対象・定員	成人女性・10名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 パウスカート(あれば)

・講座開講 1時間前に多治見市に気象警報が発令されている場合は休講となります。詳しくはP19をご覧ください。
 ・会場へはできるだけ公共交通機関をご利用ください。(ヤマカまなびパーク駐車場は有料です)

パソコン

P1 フラッシュ加工の体験講座

水曜 10:00 ~ 12:00 勤労者センター 会議室B

アドバイザー	兼松夕起雄
日程	8/1・8・15 (全3回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	1,500円+300円
持ち物	Windows10・8・7のノートパソコン、筆記用具

ブログ、ホームページのフラッシュ加工に興味のある方、3日間の講座です。「Web Effect」の体験版を使い、写真を加工します。

P2 町内会長・区役員のパソコンを使った情報発信 ~気候災害に備える安全安心なまちづくり~

水曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 6階視聴覚室

アドバイザー	小林正治
日程	8/29 9/5・12・19・26 10/10・17 (全7回)
対象・定員	Win10パソコンを始める方 (Win8・7ユーザーも可)・10名
受講料+教材費	3,500円+2,080円
持ち物	Windows10・8.1・7OS Office2016・13・10搭載のパソコン

情報発信のためのWordの利用、広報力を高める広報誌作り、前年度など過去データの効率的な活用について学びます。Excel文書のワード変換や予算書、会計報告の作成、大量印刷用プリンターの選定方法をお伝えします。

P3 シニア向けWin10 ワード2016・13中級(水) 時々インターネット・デジカメ写真応用・旅のフォトアルバム

水曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階視聴覚室

アドバイザー	小林正治
日程	8/22・29 9/5・12・19・26 10/10・17 (全8回)
対象・定員	パソコン・ワードの基本操作ができる方・10名
受講料+教材費	4,000円+1,540円
持ち物	Windows10OS Office2016・13・10搭載のパソコン

Wordの基本操作、文書作成を習得。高度な文書作成機能を使い、罫線、画像、写真の編集を行います。写真入り年賀状作りの準備、宛名印刷、住所録作成なども学びます。
 ※ワードでの基本的な文書作成ができる方向けです

P4 シニア向けワード2016・13・10中級(木) デジカメ写真を取り込んだ旅のフォトアルバム作成

木曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 5階505

アドバイザー	小林正治
日程	8/23・30 9/6・13・20・27 10/18 (全7回)
対象・定員	パソコン・ワードの基本操作ができる方・10名
受講料+教材費	3,500円+1,540円
持ち物	Windows10・8・7OS Office2016・13・10搭載のノートパソコン

Win10・8・7入門、ワード初級講座を終了され、文書作成ができる方向け。ワードを使い年賀状作成準備、図形操作、デジカメ写真のパソコンへの取込み、フォトアルバム作成などを学びます。

P5 スマホ写真の編集・整理・保存

月曜 13:00 ~ 15:00 バロー文化ホール 練習室4

アドバイザー	近藤正隆
日程	8/20・27 9/3・10・24 10/1 (全6回)
対象・定員	成人・8名
受講料+教材費	3,000円+1,000円
持ち物	スマートフォンもしくはタブレット (Wi-Fi専用可)、筆記用具 ノートパソコン(あれば)

Googleフォトを使って写真の加工編集からアルバムやムービーの作成をします。パソコンに保存してある写真も扱えます。(Wi-Fi環境あります)

和道

J1 ふれてみよう 楽しい三味線

水曜 10:30 ~ 12:00 南姫公民館 和室

アドバイザー	藤本秀直伸
日程	8/1・8・15・22・29 9/5・19・26 10/3・10・17 (全11回)
対象・定員	どなたでも・6名
受講料+教材費	5,500円+300円
持ち物	三味線、駒、パチ、指すり 筆記用具

まずは三味線にふれることから始めます。楽譜は数字譜で三味線にも印があるのですぐ弾くことができます。楽譜の読み方、三味線のかまえ方、指のはこび方を学び、曲が弾けるまで学習します。
 ※三味線無料貸出あり

J2 茶の湯 (表千家)

金曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

アドバイザー	山本宗甫
日程	8/3・17・31 9/7・21 10/5・12・19 (全8回)
対象・定員	成人・6名
受講料+教材費	4,000円+2,400円
持ち物	白靴下

ひとときの人と人とのふれあいを大切に、茶の湯を経験してみませんか?あまり難しく考えず参加してください。

J3 着物をきましよう

土曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

アドバイザー	大竹幸子
日程	8/18 9/1・15・29 10/6・20 (全6回)
対象・定員	女性・8名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	着物(ゆかた・袴)、帯(半巾・名古屋・袋)、長襦袢、下着、帯板 ひも6本、帯メ、伊達メ2本 タオル2枚、帯揚、衿芯、足袋

着付けを習うには「ゆかた」からと申します。ご自分だけの帯結びで楽しみませんか。もちろん袴がいい方・前結びがいい方は、ご自分の着たい物で挑戦してください。

J4 初心者も経験者もチャレンジ筆文字

水曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 4階401

アドバイザー	福田凌華
日程	8/29 9/5・12・26 10/3・10 (全6回)
対象・定員	成人・12名
受講料+教材費	3,000円+500円
持ち物	書道道具(あれば) ※初回に道具の説明をします 新聞紙、タオル

まずは筆で書く文字の感覚に慣れてみましょう。毛筆の基本から半紙4文字と進み、希望の方は小筆で日常書くことの多い文字練習を行います。
 ※初回は筆・紙・墨液の準備がなくてもOKです

J5 細字・写経の書道

水曜 19:00 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 5階505

アドバイザー	日置清雲
日程	8/1・8・22・29 9/5・12・19・26 10/3・10・17 (全11回)
対象・定員	高校生以上・16名
受講料+教材費	5,500円+100円
持ち物	書道道具、半紙、ボールペン 定規

私達が普段書く大きさに近い文字の練習をすることで、生活の中でも役立つ講座です。写経を始めてみたい方、お待ちしております。

音楽

M1 うたの広場~歌ってスッキリ愛唱歌~

水曜 13:20 ~ 14:50 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

今、見直されている抒情歌。歌に込められた思いや情景を辿りながら歌ってみませんか？歌うことは有酸素運動。楽しく歌って心と体をリフレッシュ。音楽療法士が進行役です。
※新規の方 歌集別途1,080円

アドバイザー	水野久仁子
日程	8/1 9/5・19 10/3・17 (全5回)
対象・定員	どなたでも・16名
受講料+教材費	2,500円+100円
持ち物	飲み物、歌集(継続受講の方)

M2 初めてのピアノ

水曜 13:00 ~ 15:00 バロー文化ホール 練習室2

あの曲弾きたい!!そんな思いで初心者も経験者も好きな曲を練習していきます。あなたも一歩踏み出してみませんか？一緒にピアノを楽しみましょう。

※テキスト希望者 別途1,080円

アドバイザー	長江たづ子
日程	8/8・22 9/5・12・19 10/3・10・17 (全8回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	4,000円+0円
持ち物	弾きたい曲の楽譜

趣味

E1 水彩画を描いてみよう

土曜 9:00 ~ 11:00 笠原中央公民館 会議室2

水彩画を通して感性を磨くことで美術に対する好奇心が深まったり新たな仲間とのコミュニケーションで生活が輝きはじめます。いっしょに描きましょう。

アドバイザー	天野登功広
日程	8/25 9/8・22 10/13 (全4回)
対象・定員	高校生以上・15名
受講料+教材費	2,000円+480円
持ち物	水彩絵の具一式、筆洗 画板(41cm x 32cm以上の物)

E2 さあ、クリスマスローズを咲かせましょう!パートI



木曜 13:00 ~ 15:00 バロー文化ホール 練習室1

みなさん「冬の貴婦人・クリスマスローズ」の花をご存知ですか？今、クリスマスローズは夏の眠りから覚め、冬の準備中です。さあ、この花の素晴らしさを皆さんで発見しましょう！※今回は座学ですが、肥料をプレゼントします。

アドバイザー	奥政利
日程	10/18 (全1回)
対象・定員	どなたでも・25名
受講料+教材費	500円+1,000円
持ち物	筆記用具

E3 海外ひとり旅・技術大全!

火曜 13:00 ~ 14:30 ヤマカまなびパーク 5階504

自分で旅を作って、自由かつ、お値打ちに海外旅行を楽しもう！旅に必要な荷物管理や観賞・観劇の技術、トラブル回避や旅行保険について学びます。憧れの旅を現実の旅に!



アドバイザー	明野玉城
日程	8/7・14・28 9/4・11・18 (全6回)
対象・定員	どなたでも・15名
受講料+教材費	3,000円+1,500円
持ち物	筆記用具

E4 海外ひとり旅で本当に必要な英語表現!



火曜 10:30 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 5階504

“Photo prohibited” “Do not lean against the door”など、わからないと捕まったり大ケガをするかも?! 切符購入や荷物預けなど、本当に必要な英単語、英語表現を丁寧に学んでいきます。

アドバイザー	明野玉城
日程	8/7・14 (全2回)
対象・定員	どなたでも・15名
受講料+教材費	1,000円+500円
持ち物	筆記用具

教養

B1 事業主のためのお悩み相談



水曜 13:30 ~ 15:30 小泉公民館 多目的実習室

事業主の方の悩みと言えば、やはり「どうすれば売上アップできるか」ではないでしょうか。某大手企業の販路拡大を請け負った経験から、売上アップを目指すための方法、考え方のヒントをアドバイスします。

アドバイザー	玉樹二郎
日程	8/29 9/26 (全2回)
対象・定員	事業主の方・10名
受講料+教材費	1,000円+0円
持ち物	筆記用具

B2 かんたん・すっきり 利き脳別収納術®

火曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 5階505

本を読んでもネットの情報を見てもたくさんのやり方があるけどどうやって片づけたらいいのかわからないあなた。「利き脳」というキーワードからあなたならではの収納をみつしましょう。

アドバイザー	須藤真一郎
日程	9/11 (全1回)
対象・定員	成人・12名
受講料+教材費	500円+200円
持ち物	筆記用具

受講されるみなさまへ

気象警報が発令されたときは…

講座開講1時間前に、多治見市に気象警報(大雨・洪水・暴風・暴風雪・大雪)が発令されている場合には、休講となります。その場合、受講生の方々へ事務局からご連絡はいたしませんので、ご了承ください。ただし、警報が発令されていない場合でも、天候状況により危険が伴うなど、事務局で休講判断をした場合はご連絡を差し上げます。また、アドバイザーの都合による突然の休講の場合もございます。何卒ご理解くださいますよう、お願いいたします。



・講座開講 1 時間前に多治見市に気象警報が発令されている場合は休講となります。詳しくは P19 をご覧ください。
 ・会場へはできるだけ公共交通機関をご利用ください。(ヤマカまなびパーク駐車場は有料です)

健康

H1 太極拳で健康を目指しましょう

土曜 10:00 ~ 11:30 勤労者センター 大研修室

アドバイザー	荒木真奈美
日程	9/1・8 (全2回)
対象・定員	中学生以上・20名
受講料+教材費	1,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物

深い呼吸でゆっくり動くことで体や心を総合的に健康へと導きます。

H2 体調改善!ヘルスアップ体操

金曜 14:00 ~ 16:00 勤労者センター 大研修室

アドバイザー	長野ますみ
日程	8/3・10・24・31 9/7・14・21 10/5・12・19 (全10回)
対象・定員	成人・15名
受講料+教材費	5,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 ヨガマット又はバスタオル 500g~1kgのダンベル(あれば)

セルフマッサージや全身を動かす体操で血行をよくし、生活習慣病予防、肩・膝・腰等の不調や更年期による不調の改善を目指します。個別対応の時間もあります。

※ダンベル無料貸出あり

H3 骨盤底筋アップ・ベリー体操



火曜 19:00 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 5階501

アドバイザー	浜上スーチン
日程	8/14・28 9/11・25 (全4回)
対象・定員	女性・15名
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物、タオル 小さめの座布団(クッション) ヨガマット(あれば)

ストレッチと簡単な筋トレでゆるみちな骨盤底筋を鍛え、ベリーの音楽にあわせて簡単な振りつけを覚えながら、楽しくシェイプアップしましょう。

H4 はじめてのダイエット気功

火曜 10:30 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

アドバイザー	伊藤敦子
日程	8/28 9/11 10/9 (全3回)
対象・定員	どなたでも・20名
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、筆記用具 飲み物

気血水の巡りをよくして基礎代謝を高め太りにくい体質、やせやすい体質を作る講座です。

H5 簡単シェイプアップバレトン (バレエ+ヨガ+フィットネス)

金曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 5階502

アドバイザー	金山美沙
日程	8/24・31 9/7・21 10/5・19 (全6回)
対象・定員	女性・16名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、タオル、飲み物 ヨガマット又はバスタオル

難しい動きはありませんので体が硬い方や運動が苦手な方でも安心してご参加頂けます。肩こり、運動不足を解消して美しい姿勢を目指して、某コンテスト優勝の講師と楽しくレッスンしませんか。夏休み中はお子さま連れでの参加OKです。

※素足でお願いします

H6 子育てママのリフレッシュバレトン (バレエ+ヨガ+フィットネス)

木曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 5階502

アドバイザー	金山美沙
日程	8/2・30 9/20 10/18 (全4回)
対象・定員	子育て中の女性・16名
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、タオル、飲み物 ヨガマット又はバスタオル

お子さん優先の生活で運動不足や肩こり等スッキリしない日々をお過ごしママ達がリフレッシュして頂けるレッスンです。お子さん連れでもOK!!某コンテスト優勝の講師と楽しくレッスンしませんか。

※素足でお願いします

H7 40代からのエアロビクス ~体調改善・肥満予防~

水曜 19:15 ~ 21:00 旭ヶ丘公民館 ホール

アドバイザー	HANA
日程	8/1・8・22・29 9/5・12・19・26 10/3・10 (全10回)
対象・定員	成人(40~60代位)・20名
受講料+教材費	6,000円+0円
持ち物	飲み物、運動のしやすい服装 タオル、室内シューズ ヨガマットまたはバスタオル

なんとなく体調不良、疲れがとれない、体が重い。そんな方はもしかして運動不足?エアロでも激しい動きはありません。音楽に合わせて楽しく体を動かし、体を目覚めさせて元気を取り戻しましょう。

H8 誰でも出来る気功 “気と呼吸法”

金曜 13:00 ~ 15:00 脇之島公民館 和室

アドバイザー	藤田久良
日程	8/3・17・24・31 9/7・14・21・28 10/5・12 (全10回)
対象・定員	成人・13名
受講料+教材費	5,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 敷物(バスタオル)

息をゆっくり吐き切ってデトックス。自律神経が整い気持ちが落ち着きます。気の流れがよくなれば、肩こり、腰痛など不調が解消。始めたその日から変化を実感できます。

H9 簡単気功法 “心と体のストレッチ”

木曜 10:00 ~ 12:00 バロー文化ホール 和室

アドバイザー	藤田久良
日程	8/2・9・23・30 9/6・13・20・27 10/4・11・18 (全11回)
対象・定員	成人・13名
受講料+教材費	5,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 敷物(バスタオル)

ヒーリング音楽を聴きながら、大きく息を吐いていきます。日常から頭を切り替えてリラックスしましょう。冷えや痛みは、体が発するメッセージ。体の声に耳を傾けましょう。

H10 すわってはずらつ健康体操

水曜 10:30 ~ 12:00 バロー文化ホール 展示室A

アドバイザー	上杉恵美
日程	8/29 9/12・26 (全3回)
対象・定員	成人・22名
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	室内シューズ、飲み物 ヨガマット(バスタオル)

ご自分の体調にあわせ、楽しく体を動かし疲れにくい体づくりをしませんか?

H11 バランスボールで楽しく健康に 体カメンテナンス!!

水曜 10:30 ~ 12:00 笠原中央公民館 視聴覚室

バランスボールはどなたでも無理なく関節に負担の少ない有酸素運動です。肩こり、腰痛、体のゆがみ、尿漏れ改善、自律神経を整えるなどたくさんの効果があります。楽しく身体をリフレッシュしましょう!!

※ボール貸出希望者 別途300円/6回

アドバイザー	近藤加奈
日程	8/8・22 9/12・26 10/10・17 (全6回)
対象・定員	成人・15名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物、タオル ヨガマットまたはバスタオル バランスボール(あれば)

親子

W1 親子で楽しむアロマ

NEW

木曜 14:00 ~ 15:30 根本交流センター 実習室

親子で楽しくアロマスプレーと入浴剤を作ります。葉っぱやお花などオーガニックの自然な香りで心と身体をリラックス!癒される香り、元気になる香りなど自分だけの香りを作り楽しみましょう。

アドバイザー	YUKO
日程	8/2 (全1回)
対象・定員	年中以上の親子・6組
受講料+教材費	500円+700円
持ち物	筆記用具

W2 0歳からのリトミック (ベビークラス)

木曜 10:00 ~ 11:00 子ども情報センター 研修室

育脳をベースにしたベビーリトミックです。ママのおひざで心地良い音楽に合わせて活動します。赤ちゃんが持っている色々な能力を引き出し、心と体を育てていきましょう。

アドバイザー	小川洋子 & 小嶋加奈代
日程	9/6・20 10/4・18 (全4回)
対象・定員	4カ月(首すわり)~よちよちあんの親子・20組
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	飲み物、動きやすい服装 バスタオル(お子さんの敷物)

W3 0歳からのリトミック (プチクラス)

木曜 11:00 ~ 12:00 子ども情報センター 研修室

歩き始めて世界が広がるこの時期。育脳をベースにしたリトミックでお子さんの限らない可能性を引き出しませんか?音楽の力とお母さんの愛情で心と体を育てましょう。

アドバイザー	小川洋子 & 小嶋加奈代
日程	9/6・20 10/4・18 (全4回)
対象・定員	しっかりあんよ~24カ月の親子 20組
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	飲み物、動きやすい服装

W4 音楽で育つ! 3歳からのリトミック

土曜 10:00 ~ 11:00 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

「音楽って何だろう?」感じたり表現したりって、実は音楽をよく知っていないとできないのです。シャワーのように音楽をたくさん浴びて、ゲームをしながら表現力と考える力を育てます。本気の音楽、してみませんか?

アドバイザー	古田恭子
日程	8/4 9/1・15 10/6・20 (全5回)
対象・定員	2歳半以降の親子・10組
受講料+教材費	2,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物

W5 Let's Try英語 de リトミック ~音とともにだちリトミック~

木曜 11:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

リトミックの中に英語を取り入れ、楽しい活動を通じて英語に親しみます!幼児期から自然と「英語って楽しい!好き!」になります。

アドバイザー	高須しおり & 堀江千穂
日程	9/6・20 10/4 (全3回)
対象・定員	未就園児親子・16組
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物

W6 0歳から♪ベビーリトミック ~音とともにだちリトミック~

木曜 9:00 ~ 10:00 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

音楽の魔法でママと赤ちゃんの心と体のバランスを保ちリラックスすると共に、パワーを引き出し成長にプラスを与えます。

アドバイザー	高須しおり & 堀江千穂
日程	8/30 9/6・20 10/4・18 (全5回)
対象・定員	首すわり~あんよ前位の親子 16組
受講料+教材費	2,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物

W7 バランスボール DE 産後トータルケア

火曜 10:00 ~ 11:45 市之倉公民館 研修室

バランスボールを使い、有酸素運動をして産後に不安定になっている心と身体を整えていきます。ママは家庭の太陽です。しっかり体力をつけましょう。

※ボール貸出希望者 別途300円/回

アドバイザー	たま
日程	9/25 10/9・16・23 (全4回)
対象・定員	2カ月~2歳の親子・10組
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物、タオル お子さんのおでかけセット

W8 えいごはおもちゃ

月曜 10:00 ~ 11:00 笠原中央公民館 和室

えいごを親子で楽しむ「おもちゃ」にして触れ合います。お散歩や子守歌など日常生活に即した歌や活動で、おうちでも楽しんでいただける内容です。

アドバイザー	各務正枝
日程	8/6・20・27 (全3回)
対象・定員	0才~未就園児親子・10組
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物

W9 「育脳メソッド」 0~3歳の脳にイコトはじめましょう!

木曜 10:30 ~ 11:30 市之倉公民館 和室

「三つ子の魂百まで」子どもの可能性は無限大です!脳神経外科の世界的権威林成之先生直伝の育脳メソッドを絵本やお絵かき、運動を通して親子で楽しく学びます。

アドバイザー	水野貴久枝
日程	8/2・16 9/6・20 10/4 (全5回)
対象・定員	0~3歳の親子・10組
受講料+教材費	2,500円+1,080円
持ち物	筆記用具、飲み物 動きやすい服装

・講座開講 1 時間前に多治見市に気象警報が発令されている場合は休講となります。詳しくは P19 をご覧ください。
 ・会場へはできるだけ公共交通機関をご利用ください。(ヤマカまなびパーク駐車場は有料です)

アンダーナインティーン

U1 【まんが講座】
かんたん上達色ぬりレッスン

土曜 13:00 ~ 14:30 子ども情報センター 研修室

アドバイザー	水野鈴花・長江佑珠
日程	8/4 (全1回)
対象・定員	小学3年生~中学生・10名
受講料+教材費	100円+0円
持ち物	色鉛筆またはカラーペン

配色や色の塗り方を教えます。多治見西高まんが部員が楽しく教えますので、気軽に来てください。

U-19(アンダーナインティーン)とは?

19歳以下の大学生や高校生が、小中学生を対象とした講座のアドバイザーにチャレンジします。年が近いからこそのアットホームな雰囲気、講座をすすめていきます。たじみオープンキャンパスは、がんばる若者たちを応援します!



子ども

K1 ダンボール工作
ピンポン玉コロコロタワー

土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階工作室

ダンボールを使って、ピンポン玉がころがるコロコロタワーを作ります。高さ60cm×幅30cmくらいの大きさです。



アドバイザー	村田祐一郎
日程	9/1 (全1回)
対象・定員	幼児~小学生(親子参加可)・15名
受講料+教材費	500円+500円
持ち物	はさみ、木工用ボンド

K2 ゲームするなら「囲碁ゲーム」

木曜 19:00 ~ 21:00 笠原中央公民館 茶室1

囲碁の良い所
 ①考える力が育つ
 ②友人ができる
 ③人間力が向上する
 一緒に楽しみませんか?
 ※練習用囲碁セット、ルール解説書 別途500円(希望者のみ)

アドバイザー	天命
日程	8/2・9・16・23 (全4回)
対象・定員	小中学生(親子参加可)・10名
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	筆記用具

K3 子ども書写教室

日曜 16:00 ~ 18:00 笠原中央公民館 会議室3

文字を覚える時期に、美しい形、正しい筆順を身につければ一生役立ちます。集中力を養う効果もあり、自信を持って書く力を獲得しましょう。

アドバイザー	日置満雲
日程	8/5・12・19・26 9/2・9・16・23・30 10/7・14 (全11回)
対象・定員	年長~中学生・14名
受講料+教材費	5,500円+100円
持ち物	書道道具、半紙、鉛筆、新聞紙 墨を拭くもの

K4 五感を使って
探Q力をきたえよう!

土曜 9:00 ~ 11:00 根本交流センター 実習室

日常生活の不思議(Q)を大切に、遊びを学びに、遊びを遊びに転換します。例えば食べ物から命の設計図(DNA)を取り出すなど、普段の生活の中で手と目を使って“ホントの学び”を実践します。

アドバイザー	長谷川園子
日程	8/25 9/15 10/20 (全3回)
対象・定員	小中学生・16名
受講料+教材費	1,500円+1,500円
持ち物	筆記用具、ハンカチ又はタオル 汚れてもよい服装、探Q心

K5 楽しくピアノとリトミック!

土曜 11:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

脳の成長がめまぐるしいこの時期に、音楽を聴いて歌ったり身体でリズムを表現したり、ピアノを弾いたりすると音楽総合力を養います。みんなで音楽を楽しみましょう。

アドバイザー	丹羽美穂
日程	8/25 9/22 10/6・20 (全4回)
対象・定員	年少~年長児・6名
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	特になし

K6 花飾りを作ろう (ミニいけばな)

土曜 13:30 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 6階美術室

いけばなを体験してミニ花飾りをつくりましょう。
 ※申込時に教材費も集めます

アドバイザー	浦野忍花
日程	8/18 10/20 (全2回)
対象・定員	小学生・15名
受講料+教材費	1,000円+1,500円
持ち物	ぞうきん、持ち帰り袋 花ばさみ(あれば)

K7 暗やみで光るバラを作ろう!

水曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階工作室

プリザーブドフラワーのバラが魔法をかけたように暗い所で光るバラに変わります。葉っぱや小花をいっしょにアレンジしてお部屋に飾りましょう。



アドバイザー	桐山良子
日程	8/1 (全1回)
対象・定員	小学生・18名
受講料+教材費	500円+1,500円
持ち物	はさみ、敷物(新聞紙) 持ち帰り袋

料理

C1 手づくりパン教室 (初心者向き)



月曜 10:00 ~ 13:00 根本交流センター 実習室

家で簡単にできる手づくりパンを作ります。初めての方でも安心してできるよう生地は講師が準備します。(期間中に1回は皆さんに生地作りから体験して頂きます)



アドバイザー	梶田亮子
日程	8/6・20 9/3・10 10/1・15 (全6回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	3,000円+3,000円
持ち物	エプロン、タオル(手拭き) 三角巾、筆記用具、持ち帰り袋

語学

L1 初めての韓国語

金曜 19:00 ~ 20:30 ヤマカまなびパーク 4階401

初めて韓国語を学ぶ方向けの文法を学びます。まずは基本から始めてみませんか？

※新規の方 テキスト別途3,500円

アドバイザー	水野準之助
日程	8/3・10・17・24 9/7・14・21・28 10/5・12・19 (全11回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	5,500円+0円
持ち物	筆記用具

L2 ポーシャと楽しく英会話 (中級)

金曜 19:30 ~ 21:00 笠原中央公民館 会議室2

ガーナ出身の私と楽しく英会話をしませんか？1人1人会話をする事に重点をおき、各回テーマに合わせた内容について、自分のことを表現できるようにレッスンします。

アドバイザー	ポーシャ
日程	8/10・24・31 9/7・14・21・28 (全7回)
対象・定員	成人・6名
受講料+教材費	3,500円+500円
持ち物	筆記用具

リラクゼーション

R1 女性のための陰ヨガ
~夏も健やかに美しく♡~

火曜 19:00 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

ご自分と静かにゆっくりと向き合い、心地良く脱力しながら心身のいろいろなバランスを整えていきましょう。自然治癒力を引き出し、夏も健やかに美しく♡

アドバイザー	下山真穂
日程	8/7・21・28 9/4・11・18・25 10/2・9・16 (全10回)
対象・定員	女性・16名
受講料+教材費	5,000円+0円
持ち物	動きやすく体温調整しやすい服装 敷物、ブランケット、タオル 飲み物

R2 陰ヨガで夏もぐっすり☆
ディープリラックス月

木曜 19:00 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

静かにゆっくりと脱力しながら、いろいろなめぐりをよくし、心身をゆるめていきましょう。自然治癒力を引き出し、暑さに負けない!夏もぐっすり♡笑顔があふれる毎日を☆

アドバイザー	下山真穂
日程	8/2・30 9/6・20 10/4・18 (全6回)
対象・定員	どなたでも・16名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすく体温調整しやすい服装 敷物、ブランケット、タオル 飲み物

R3 朝のめざましの陰ヨガ
~夏も元気に!リラックス月~

土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

心地よく脱力しながら心と体をゆっくりと目覚めさせていきましょう。1週間の疲れを癒してリフレッシュ!夏も笑顔がいっぱいの健やかな毎日を!

アドバイザー	下山真穂
日程	8/4・18・25 9/1・8・22・29 10/6・13・20 (全10回)
対象・定員	どなたでも・16名
受講料+教材費	5,000円+0円
持ち物	動きやすく体温調整しやすい服装 敷物、ブランケット、タオル 飲み物

R4 ストレッチヨーガ

火曜 13:30 ~ 15:00 根本交流センター 会議室1

基礎代謝量がUPし、全身が引き締まります。その他にもストレス解消や姿勢が良くなるなどの効果も期待できます。継続は「力」なり。

アドバイザー	磯谷淳子
日程	8/14・28 9/11・25 10/2・23 (全6回)
対象・定員	女性・15名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 ヨガマット又は大きめのバスタオル

R5 らくらくヨ〜ガ

日曜 13:30 ~ 15:00 養正公民館 和室

自分のペースで無理なく。心と身体、呼吸でストレス解消。肩こり、腰痛等に対策しましょう。

アドバイザー	磯谷淳子
日程	8/19 9/16 10/21 (全3回)
対象・定員	成人・14名
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、ヨガマット 飲み物、大きめのタオル(膝などに痛みのある方のみ)

R6 リフレッシュヨガ
(体軸・体幹力アップ)

月曜 10:00 ~ 11:30 市之倉公民館 研修室

呼吸に合わせてゆっくりポーズを取り体軸・体幹を意識しながらインナーマッスルを鍛えます。肩こりや腰痛の改善にも。初心者の方も安心してご参加頂けます。

アドバイザー	山森孝子
日程	8/6・20 9/3 10/1・15 (全5回)
対象・定員	成人女性・12名
受講料+教材費	2,500円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 ヨガマット、タオル

たじみオープンキャンパス・プライベートカレッジ
アドバイザー募集中心!!

教えたい気持ちをお届けください!!

「自分の培った知識・経験・技術を人と分かち合いたい!社会に役立てたい!」
というあなた。そんな意欲・情熱をお持ちの方をお待ちしています!
まずは説明会にご参加ください。オープンキャンパス事務局までご連絡を。

