

市民が「教え」市民が「学ぶ」

たじみオープンキャンパス **61講座**

プライベートカレッジ **30講座**

たじみオープンキャンパス・ プライベートカレッジに参加しませんか？

「たじみオープンキャンパス・プライベートカレッジ」は、市民が教え、市民が学ぶというユニークなシステムです。自分の培った経験・技術を人と分かち合いたいという意欲を持った一般の方がアドバイザー（講師）となり開講、市民が学びます。（講師、受講者の住所は問いません）

『オープンキャンパス』は初心者向けの講座に限定、受講生が6名以上集まれば講座成立となります。

『プライベートカレッジ』は超入門～上級者向けまで幅広いレベルに対応します。また、受講生が2名以上で講座成立、上限4名までの少人数制です。

多くのメニューからご自身に合った講座が選べるのも魅力のひとつ。

受講生の皆さんやアドバイザーたちによって育てられてきた、「たじみオープンキャンパス・プライベートカレッジ」。あなたも体験してみませんか？



お申込み方法

ヤマカまなびパーク5階受付、または、各市立公民館で受講券をお求めください。電話での取り置きはできません。気になる講座はお早めにご購入ください。受講券購入後は、講座開講日に直接会場へお出かけください。

受講券販売期間

10月4日（木）～10月18日（木）

ヤマカまなびパーク 5階事務所 9:00～21:30 ※月曜休館(10/8は開館)
各市立公民館は 10/5(金)～10/18(木) 9:00～17:00

★ お申込みと受講の際のご注意 ★

1. オープンキャンパスは6名以上、プライベートカレッジは2名以上の受講者が集まれば講座成立となります。
2. 講座が不成立となった場合のみ、事務局から電話で連絡をいたします。
3. 販売初日においては、ひとつの講座の受講券をまとめてのご購入は、お断りしております。
4. 受講は申込み者本人に限ります。
5. お申込みは代理の方でも可能です。その際、受講料と受講される方の氏名、電話番号が必要となります。
6. 教材費は、講座初日に直接アドバイザーにお支払いください。（一部除く）
7. 教材のご注文がある場合は、受講券購入時にお申し付けください。
8. 各講座は受講券が完売となり次第、受付終了といたします。
9. キャンセルは販売期間内に限ります。その際には、事務局へお申し出ください。
10. 受講券販売期間終了後も、申し込み可能な講座もあります。詳しくは事務局へお問合せ、またはホームページ <http://www.tajimi-bunka.or.jp/gakushu/> をご覧ください。
11. 施設の都合により部屋が変更になる場合があります、ご了承ください。
12. 講座の見学を受け付けています。（お1人様1回、30分以内となります）希望の方は事務局までお問合せください。

たじみオープンキャンパス事務局 電話 0572 (23) 7022

クラフト

A1 スタンプを楽しむ 「手作りクリスマスカード」

金曜 10:00 ~ 12:00 精華公民館 会議室

手作りのクリスマスカードを作ってみませんか？スタンプを使うので絵が苦手な人でも素敵なカードが作れますよ！3枚作ってご家族やお友達に送りましょう!!

アドバイザー	横江美和
日程	11/30 (全1回)
対象・定員	女性・8名
受講料+教材費	500円+1,500円
持ち物	エプロン、眼鏡(必要な方)

A2 お部屋を華やかに彩る お正月アレンジメント

土曜 10:00 ~ 12:00 市之倉公民館 資料室

アーティフィシャルとプリザーブドフラワーを使って上品で和モダンなお正月飾りを作ります。置き型にも壁掛けにも2wayで使える便利な花器を使います。

アドバイザー	桐山良子
日程	12/8 (全1回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	500円+4,200円
持ち物	はさみ、持ち帰り袋

料理

C1 手作りパン教室

水曜 10:00 ~ 13:00 根本交流センター 実習室

家庭で簡単にできる手作りパンを作ります。パン作りが初めての方でも安心してできるようにいねいにサポートしていきます。

※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いただきます)

アドバイザー	梶田亮子
日程	11/7・11/21 12/5・12/19 1/9・1/23 (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、三角巾、手ふきタオル 筆記用具、持ち帰り袋

語学

L1 はじめての韓国語

金曜 19:00 ~ 20:30 ヤマカまなびパーク 4階401

韓国語をまず読めるようになってみましょう。ハングルはローマ字と同じように読めますよ!

※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	11/2・11/9・11/16・11/23・11/30 12/7・12/14・12/21・12/28 1/4・1/11・1/18 (全12回)
対象・定員	成人・6名
受講料+教材費	6,000円+0円
持ち物	筆記用具

ダンス

D1 気軽にフラガール エンジョイハワイアン♪

NEW

金曜 19:00 ~ 20:30 根本交流センター 会議室1

運動経験に関係なく、気軽に気楽に始められるフラ。ハワイアンのリズムにのせて、体を動かし楽しく笑顔になれる。大人女子、集まれー!!

※CD、歌詞希望者別途250円

アドバイザー	伊藤早苗
日程	11/9・11/16 12/7・12/21 1/11・1/18 (全6回)
対象・定員	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、タオル パウスカート(あれば)

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	11/5・11/19 12/3・12/17 1/7・1/21 (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

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

アドバイザー	寺本ゆかり
日程	11/6・11/13・11/20・11/27 12/4・12/11・12/18・12/25 1/22 (全9回)
対象・定員	中学生以上の女性・16名
受講料+教材費	4,500円+0円
持ち物	動きやすい服装 バレエシューズ

D4 ベリーダンスダイエット

木曜 19:00 ~ 20:30 ヤマカまなびパーク 1階101

ベリーダンスの動きで締まった身体やくびれをつくりましょう。初心者でも踊れる振りつけも楽しいですよ。

アドバイザー	Layha (リーハ)
日程	11/15・11/29 12/6・12/20 1/10・1/24 (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 14:00 ~ 15:30 市之倉公民館 研修室

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

アドバイザー	NAO
日程	11/9・11/16・11/30 12/7・12/21 1/11・1/18 (全7回)
対象・定員	成人女性・13名
受講料+教材費	3,500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)



D1 気軽にフラガール エンジョイハワイアン



D4 ベリーダンスダイエット

・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 P23 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)

趣味

E1 水彩画を描こう

火曜 14:00 ~ 16:00 笠原中央公民館 会議室2

アドバイザー	天野登功広
日程	11/6 12/11 1/8 (全3回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	1,500円 + 480円
持ち物	水彩絵の具一式、筆洗 画板(41cm×32cm以上の物)

一見すると失敗かと思うような色や水のじみを取り入れたり、思いもよらない色を入れたり楽しみながら描くのが水彩。いっしょに楽しく描きましょう。

E2 さあ、クリスマスローズを咲かせましょう!



水曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 6階美術室

アドバイザー	奥政利
日程	12/19 (全1回)
対象・定員	どなたでも・25名
受講料+教材費	500円 + 2,000円
持ち物	筆記用具

いよいよクリスマスローズのシーズンです。今回はクリスマスローズの株を大きく育て、きれいな花を咲かせるテクニックを楽しく学びます。クリスマスローズの寄せ植えを全員にプレゼントします!

E3 航空券購入の基本

土曜 13:00 ~ 14:30 ヤマカまなびパーク 5階504

アドバイザー	明野玉城
日程	11/17 12/1 (全2回)
対象・定員	どなたでも・15名
受講料+教材費	1,000円 + 1,000円
持ち物	筆記用具

航空券購入時の必須知識やお得な買い方、安値・破格値航空券の探し方、航空券購入のすべてをお伝えします。



E4 海外ひとり旅で本当に必要な英語表現!

土曜 10:30 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 5階504

アドバイザー	明野玉城
日程	11/17 12/1 (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

"Photo prohibited" "Do not lean against the door" 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ゆきます。

和道

J1 気軽に着物を楽しみましょう



金曜 10:00 ~ 12:00 笠原中央公民館 茶室1

アドバイザー	鈴木里美
日程	11/2・11/16・11/30 12/7・12/21 (全5回)
対象・定員	成人女性・6名
受講料+教材費	2,500円 + 0円
持ち物	着物、半幅帯、名古屋帯、袋帯、足袋 肌着(ワンピース・二部式)、衿芯 腰紐5本、タオル4枚、伊達メ2本 長襦袢、帯枕、帯揚、帯メ クリップ3個

習い事や子どもさんの行事に着物で出かけたい方。着物の畳み方や装い、少しでも着物の知識があればと思う方は、タンスに眠っている着物に袖を通してみませんか?

J2 “着物が着たい” ~着付けの基本

水曜 10:00 ~ 12:00 旭ヶ丘公民館 和室

アドバイザー	田巻恵巳子
日程	11/7・11/21・11/28 12/5・12/19 (全5回)
対象・定員	女性・6名
受講料+教材費	2,500円 + 500円
持ち物	着物、名古屋帯、長襦袢、帯メ 帯揚、足袋、衿芯、帯枕 腰紐5~6本、伊達メ2本 タオル3枚、帯板、肌襦袢

注目されている着物。着たいんだけど...と思っていらっしゃる方、お正月までに挑戦してみませんか!! 家にある物で大丈夫です。

J3 ふれてみよう 楽しい三味線

土曜 10:30 ~ 12:00 南姫公民館 和室

アドバイザー	藤本秀直伸
日程	11/10・11/17・11/24 12/8・12/15・12/22 1/5・1/12・1/19 (全9回)
対象・定員	どなたでも・6名
受講料+教材費	4,500円 + 300円
持ち物	三味線、駒、パチ、指すり 筆記用具

先ず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、三味線のかかえ方、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

J4 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	11/7・11/14・11/21・11/28 12/5・12/12・12/19・12/26 1/9・1/16・1/23 (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 墨を拭くもの

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。

J5 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 5階504

アドバイザー	福田凌華
日程	11/7・11/14・11/21 12/5・12/12・12/19 1/9・1/16 (全8回)
対象・定員	成人・12名
受講料+教材費	4,000円 + 600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、墨液の準備がなくともOKです

J6 着物をきましょう

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	11/17 12/1・12/15 1/5・1/19 (全5回)
対象・定員	女性・8名
受講料+教材費	2,500円 + 0円
持ち物	着物(ウール・衿せ)、長襦袢、 下着、帯板、帯メ、帯揚、帯(名 古屋・袋)、ひも6本、伊達メ2 本、タオル2枚、衿芯、足袋

秋・冬に向けて着付けを始めませんか。着物でお出掛けして新しい自分を見つけてください。

子ども

K1 ダンボール工作 手動販売機を作ろう

土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階美術室

アドバイザー	村田祐一郎
日程	12/22 (全1回)
対象・定員	幼児~小学生(親子参加可)・15組
受講料+教材費	500円+500円
持ち物	はさみ、木工用ボンド、新聞紙

手動の販売機を作ります。あめ玉など小さなおかしが出てくるサイズです。

K2 すてきないけばな (草月流)

金曜 13:30 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 6階美術室

アドバイザー	浦野忍花
日程	12/28 (全1回)
対象・定員	小学生~高校生・20名
受講料+教材費	500円+1,500円
持ち物	ぞうきん、持ち帰り袋 花ばさみ(あれば)

新春をテーマにいけばなを学びましょう。2019年を迎える花をご家族にプレゼントしましょう。
※申込時に教材費も集めます

K3 子ども書写教室

土曜 16:00 ~ 18:00 笠原中央公民館 会議室3

アドバイザー	日置清雲
日程	11/3・11/10・11/17・11/24 12/1・12/8・12/15・12/22 1/5・1/12・1/19 (全11回)
対象・定員	年長~中学生・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 墨を拭くもの

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。ペン字(鉛筆)の練習も併せて学んで頂けます。

K4 えいご de キッズヨガ☆

NEW

日曜 10:00 ~ 11:00 子ども情報センター 研修室

アドバイザー	中嶋あさこ
日程	11/18 12/16 1/13 (全3回)
対象・定員	小学生・10名
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	動きやすい服装(スカート不可) 飲み物

かんたんな英語で遊んだり、ゲームをしたりヨガのポーズをします!! 英語が体に溶け込むため英語に対する恐怖心をなくします。
※オールイングリッシュではありません

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

アドバイザー	丹羽美穂
日程	11/10 12/1・12/22 1/12 (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

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、ピアノを弾いたり音楽総合力を養います。みんなで音楽を楽しみましょう。

K6 『0』から始めるプログラミングの基礎講座

金曜 18:30 ~ 19:30 笠原中央公民館 視聴覚室

アドバイザー	安藤攻
日程	12/21 1/11・1/18 (全3回)
対象・定員	小学生・12名
受講料+教材費	1,500円+800円
持ち物	筆記用具

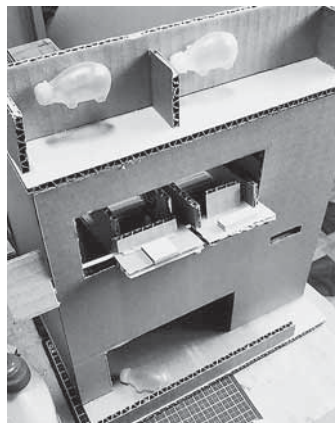
小学生向けのプログラミングの基礎(プログラミング検定エントリー程度)を学習する講座です。パソコンなどは不要です。どなたでもお気軽にご参加ください。

K7 手と目を使って探Q力をきたえよう!

土曜 9:00 ~ 11:00 ヤマカまなびパーク 6階工作室

アドバイザー	長谷川園子
日程	11/3・11/17 12/1 (全3回)
対象・定員	小学生・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

日常生活と学びの距離を近づける講座です。例えば生き物のDNAを自分の手で取り出し、手に触れて目で確認し、命を感じる。そんな授業です。



K1
ダンボール工作
手動販売機を作ろう

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!!

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。



・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 P23 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 座式十二段錦 (気功)

金曜 10:30 ~ 12:00 市之倉公民館 ホール

ヨガ的な要素が入った座って行う気功法です。誰にでも簡単にできる動きの中で肩の凝りがほぐれて血流がよくなっていきます。

アドバイザー	伊藤敦子
日程	11/16 12/21 1/18 (全3回)
対象・定員	どなたでも・20名
受講料+教材費	1,800円+0円
持ち物	動きやすい服装、大判タオル 飲み物、筆記用具

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

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。個別対応の時間も設けます。

※ダンベル無料貸出あり

アドバイザー	長野ますみ
日程	11/2・11/9・11/16・11/30 12/7・12/14・12/28 1/4・1/18 (全9回)
対象・定員	成人・20名
受講料+教材費	4,500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)

H3 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

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。

アドバイザー	HANA
日程	11/7・11/14・11/21・11/28 12/5・12/12・12/19 1/9・1/16・1/23 (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

H4 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回分)

アドバイザー	近藤加奈
日程	11/14・11/28 12/12・12/26 1/9・1/23 (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)

H5 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

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。

アドバイザー	藤田久良
日程	11/9・11/16・11/23 12/7・12/14・12/21 1/11・1/18 (全8回)
対象・定員	成人・13名
受講料+教材費	4,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、飲み物 敷物(バスタオル)

H6 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

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。

アドバイザー	藤田久良
日程	11/1・11/8・11/15・11/29 12/6・12/13・12/20 1/10・1/17・1/24 (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)

H7 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

足裏ほぐして血流UP！普段動かししていない筋肉や関節を動かし、音楽にあわせ気持ちよく体を動かしましょう。

アドバイザー	上杉恵美
日程	1/9・1/16・1/23 (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)

H8 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

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。肩こりや運動不足を解消して美しい姿勢を目標に、某コンテスト優勝のインストラクターと楽しくレッスンしましょう！

※素足でおこないます

アドバイザー	金山美沙
日程	11/2・11/30 12/14 1/18 (全4回)
対象・定員	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

H9 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

毎日が忙しくて運動不足や肩こりを感じてませんか？そんなママ達がリフレッシュできるようなレッスンです。お子様連れOK！某コンテスト優勝インストラクターと楽しくリフレッシュしましょう！

※素足でおこないます

アドバイザー	金山美沙
日程	11/1 12/6 1/17 (全3回)
対象・定員	子育て中の女性・16名
受講料+教材費	1,500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

H10 認知症予防！睡眠力の鍛え方



木曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 5階506

睡眠と認知症は深いかわりがあります。睡眠の基礎知識を学び「足裏快眠法」や「快眠体操」などで睡眠力を鍛えましょう。

※素足でおこないます

アドバイザー	立木純子
日程	11/15・11/29 12/13 (全3回)
対象・定員	どなたでも・10名
受講料+教材費	1,500円+100円
持ち物	筆記用具

リラクゼーション

R1 ストレッチヨガ

火曜 13:30 ~ 15:00 根本交流センター 会議室1

楽しい毎日は健康な体から。ムリは
しません。自分ができるところから
始めましょう。「いつやるか、今で
しょ!」ストレス解消、声出して。

アドバイザー	磯谷淳子
日程	11/13・11/20・11/27 12/4・12/11・12/18 1/15・1/22・1/29 (全9回)
対象・定員	女性・15名
受講料+教材費	4,500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 汗ふき用タオル

R2 身体ほぐしのらくらくヨガ

日曜 13:30 ~ 15:00 養正公民館 和室

体をねじったり、曲げたり、前・後
に動かしたり、呼吸と共に行います。
自分のペースでムリはしません。肩・
腰等様々な不調を解消しましょう。

アドバイザー	磯谷淳子
日程	11/25 12/16 1/20 (全3回)
対象・定員	成人・15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) 汗ふき用タオル

R3 女性のための陰ヨガ ~じんわりぽかぽかリラックス~

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う
時間、心地よく心身を深部からゆる
めてほぐし、自然治癒力を引き出し、
血流など色々なめぐりをよくしてい
きましょう。秋も内側から健やかに
美しく♪

アドバイザー	下山真穂
日程	11/6・11/13・11/20・11/27 12/4・12/11・12/18・12/25 1/8・1/15 (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

R4 夜の陰ヨガ ~秋もぐっすりリラックス~

木曜 19:00 ~ 21:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

陰ヨガは静かにゆっくりと、脱力し
ながら体の奥の方から体をゆるめて
いくヨガです。心も深くリラックス。
じんわりぽかぽか夜はぐっすり☆

アドバイザー	下山真穂
日程	11/1・11/15・11/29 12/6・12/20 1/17 (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

R5 朝のめざましの陰ヨガ ~秋も元気にじんわりぽかぽか~

土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階和室

心地よくリラックスしながら心身を
ゆっくり目覚めさせていきましょ
う。自然治癒力を引き出し、1週間
の疲れを癒しリフレッシュ♪笑顔が
あふれる健やかな毎日を!

アドバイザー	下山真穂
日程	11/10・11/17・11/24 12/1・12/8・12/15・12/22 1/5・1/12・1/19 (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

R6 運動不足を楽々解消!! 50代からの簡単ヨガ体操 (男性OK)

金曜 13:30 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 5階502

機能改善とリラクゼーションで、来
た時とは違う身体で帰れます! ずつ
と続けたい効果ありのヨガ。身
体にお得な情報満載です。

アドバイザー	稲垣千枝子
日程	11/2・11/9・11/16・11/30 12/7・12/14・12/21 1/11・1/18 (全9回)
対象・定員	50代~の男女・15名
受講料+教材費	4,500円+0円
持ち物	ヨガマット(バスタオル可) 動きやすい服装、飲み物

R7 “夜の体の自カケア” 若返り!! ヨガ体操 (女性のみ)

木曜 19:30 ~ 21:00 養正公民館 ホール

即効!!「ゆがみ直し」と「デトックス」
で体の不調を予防・改善します。さ
らに「マインドフルネス」で脳をリ
ラックス。心も体も美しくよみがえ
ります。

アドバイザー	稲垣千枝子
日程	11/1・11/15・11/22・11/29 (全4回)
対象・定員	成人女性・15名
受講料+教材費	2,400円+0円
持ち物	ヨガマット(バスタオル可) 動きやすい服装、飲み物

R8 朝活!! 目覚めのヨーガ

金曜 10:00 ~ 11:30 笠原中央公民館 和室

呼吸と共に体をていねいに動かし、
朝の新鮮な空気を体に取り込み、「朝
活ヨガ」で1日をスッキリ♡元気に
過ごしましょう。

アドバイザー	中嶋あさこ
日程	11/2・11/16 12/14・12/21 1/11・1/18 (全6回)
対象・定員	成人・20名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	ヨガマット、フェイスタオル 動きやすい服装(スカート不可) 飲み物



R6 運動不足を楽々解消
50代からの簡単ヨガ体操



R3・R4・R5 陰ヨガ

・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 P23 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)

親子

**W1 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

音楽の魔法で赤ちゃんの心と体をバランスよく育てます！毎回ピアノ鑑賞の時間もあります。どんな曲かはその日のお楽しみ！生の演奏にご期待ください。

アドバイザー	高須しおり & 堀江千穂
日程	11/1・11/15 12/6・12/20 1/10 (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

**W2 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！幼児期から英語に触れ「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	11/1・11/15 12/6 (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

**W3 親子でニコニコ(^.^)
ベビーマッサージ**



水曜 10:30～12:00 パロー文化ホール 和室

赤ちゃんにもママにもよいことづくしのベビーマッサージ♪触れ合い遊びやお母さん同士の交流TIMEもあります。赤ちゃんが笑顔溢れる楽しい時間を過ごしませんか？赤ちゃんは脱ぎ着しやすい服装でご参加ください。

アドバイザー	小出ともみ
日程	11/28 12/19 1/9 (全3回)
対象・定員	2カ月～1歳までの親子・20組
受講料+教材費	1,500円+0円
持ち物	パスタオル、ミルク お茶(親子の飲み物)、オムツ おしりふきなどおでかけセット

W4 親子でアロマハンドケア



土曜 10:00～11:30 根本交流センター 実習室

親子で自然な植物の香りを楽しみながらお互いにハンドトリートメントをやり合いつつ。トリートメントオイルは自分で好きな香りをブレンドして作ります。持ち帰って家庭でも楽しんでください。

アドバイザー	YUKO
日程	11/10 (全1回)
対象・定員	小学生以上の親子・6組
受講料+教材費	500円+500円
持ち物	フェイスタオル2枚

W5 親子で食育



金曜 10:00～12:00 小泉公民館 料理実習室

食育という少し難しく感じますが、自分の体にとってどんな食べ物がよいか、安全な食べ物は何か食卓から学ぶことはたくさんあります。お家で子どもと一緒に料理するのは難しいですよね。料理を通じて好奇心や探究心を育てましょう。3回目は実際に料理をします。

アドバイザー	星野しおり
日程	11/9・11/16・11/30 (全3回)
対象・定員	未就園児親子・6組
受講料+教材費	1,500円+2,000円
持ち物	筆記用具、飲み物、3回目はエプロン、三角巾、タオル(手ふき)

W6 “五感をみがく” 子どものためのヨガ

金曜 17:00～18:00 根本交流センター 小ホール

うちの子「落ち着きがなくて」「人の話が聞けなくて」…子育てに悩みはつきもの。まずは子どもの姿勢、呼吸から見直してみませんか？ゲーム感覚で楽しみながら親子で体を動かします。
 ※お子様だけの参加もOKです

アドバイザー	稲垣千枝子
日程	11/9・11/16・11/30 12/7・12/14・12/21 1/11・1/18 (全8回)
対象・定員	小学校低学年親子・15組
受講料+教材費	4,000円+0円
持ち物	動きやすい服装

W7 ワクワク プレバイオリン



火曜 10:00～11:00 根本交流センター 実習室

もしかしたらバイオリンに興味をもつかも?!とお考えの幼児親子向けコースです。バイオリンの音でリズム遊びをしたり、ママといっしょに箱バイオリンを作ってみましょう。バイオリン弾きたい！の一言がきけたら、さあ弾いてみましょう。

アドバイザー	加藤菜津子
日程	11/13・11/20・11/27 12/4 (全4回)
対象・定員	2～3歳児親子・6組
受講料+教材費	2,000円+216円
持ち物	30cmものさし

W8 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

音楽って楽しい。聴くだけでも心や体が動きます。リトミックは音楽を身体いっぱい使って表現することを通して注意力、集中力、そして判断力を育てます。まずは体験してみませんか？

アドバイザー	古田恭子
日程	11/17 12/1・12/15 1/5・1/19 (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

W9 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よ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たいと思います。

アドバイザー	小川洋子 & 小嶋加奈代
日程	11/1・11/15 12/6 1/17 (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 パスタオル(お子さんの敷物)

W10 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り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	11/1・11/15 12/6 1/17 (全4回)
対象・定員	しっかりあんの～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

音楽

M1 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	11/14 12/5・12/12・12/19 1/9・1/23 (全6回)
対象・定員	成人・10名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	弾きたい曲の楽譜

M2 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	11/7・11/21 12/5・12/19 1/16 (全5回)
対象・定員	どなたでも・20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)

パソコン

P1 "町内会長・区役員の情報発信のためのWord&Excelの相互利用 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

Excel文書のWord変換利用について。Excelによる予算、年度会計報告の作成、大量印刷用プリンターの選定方法や情報発信のためのWordの利用、広報力を高める広報誌作り、過去データの効率的な利用についてなどをお伝えします。

アドバイザー	小林正治
日程	11/7・11/21・11/28 12/5・12/19 1/16・1/23 (全7回)
対象・定員	町内会役員になられる方、既役員・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

P2 シニア向けWin10/8 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

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、写真の編集等を行います。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

アドバイザー	小林正治
日程	11/14・11/21・11/28 12/5・12/19 1/9・1/16・1/23 (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	Windows10/8OS Office2016/13/10搭載のパソコン

P3 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

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。

アドバイザー	小林正治
日程	11/1・11/8・11/15・11/22・11/29 12/6・12/13・12/20 1/10・1/17 (全10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	5,000円+1,540円
持ち物	Windows10/8/7OS Office2016/13/10搭載のノートパソコン

P4 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

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。

アドバイザー	兼松夕起雄
日程	11/7・11/14・11/21 (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	Windows10/8/7OSのノートパソコン、筆記用具

P5 いまさらながらのYahoo!あれこれ!

月曜 13:00 ~ 15:00 バロー文化ホール 練習室4

Yahoo!の提供しているサービスのいろいろをみて活用を広げます。(Wi-Fi環境あります)

アドバイザー	近藤正隆
日程	11/12・11/19・11/26 12/3・12/10 (全5回)
対象・定員	成人(パソコンの基本操作のできる方)・8名
受講料+教材費	2,500円+1,000円
持ち物	ノートパソコン又はタブレット(Wi-Fi専用可)、筆記用具



W3 親子でニコニコ ベビーマッサージ



W6 五感をみがく 子どものためのヨガ

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、受講生の方々に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。



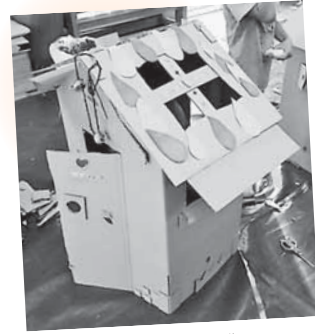
プライベートカレッジへようこそ!

市民が教え、市民が学ぶ「オープンキャンパス」。そのワンランク上のシステムが「プライベートカレッジ」です。オープンキャンパスよりも少人数で開催することで、より講座の内容が理解しやすくなっています。また、内容も超入門から上級編までとレベルも様々! さらに、オープンキャンパスとは異なり販売期間中に 2 人以上のお申込みで講座が成立するので、より参加しやすい講座です。しっかり身に付けたい、ちゃんと学びたい、そんなニーズにお応えします。

受講券販売期間

- ヤマカまなびパーク
10月4日(木)~18日(木)
9:00~21:30
※月曜休館(10月8日は開館)
- 市立公民館
10月5日(金)~18日(木)
9:00~17:00

電話での取り置きはできません。
気になる講座はお早めにご購入ください。
申込みに関する注意事項はP16をご覧ください。
事務局：多治見市学習館 ☎(0572)23-7022 (月曜休館)



☑ダンボール工作
おりたたみハウスを作ろう

1 子ども **ジュニアいけばな(草月流)**
土曜 10:30 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階美術室

アドバイザー	浦野忍花
日程	11/3 12/1 1/12 (全3回)
対象・定員	小学生~高校生・4名
受講料+教材費	3,000円+3,000円
持ち物	花器、剣山、ぞうきん 花ばさみ(あれば)

日本の伝統文化「いけばな」を学びましょう。
※申込時に教材費を集めます

2 子ども **ダンボール工作
おりたたみハウスを作ろう**
土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階工作室

アドバイザー	村田祐一郎
日程	1/5 (全1回)
対象・定員	幼児~小学生(親子参加可) 4組
受講料+教材費	1,000円+500円
持ち物	はさみ、木工用ボンド

ダンボールでおりたたみハウスを作ります。屋根を取りはずしてたたむことができます。たたむと、約90cm×100cmの大きさ、5cmほどの厚さになります。

3 子ども **子ども書道体験教室** NEW
土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 5階505

アドバイザー	水野和香
日程	11/10・11/17 12/1・12/8 (全4回)
対象・定員	小学1年~6年生・4名
受講料+教材費	4,000円+300円
持ち物	書道道具一式、新聞紙、タオル 筆記用具

硬筆と毛筆の基本的な線と正しい筆順、美しい文字を学びましょう。

4 趣味 **和紙ちぎり絵**
火曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 4階401

アドバイザー	佐々木トク子
日程	11/13・11/27 12/11・12/25 1/8 (全5回)
対象・定員	シニア・4名
受講料+教材費	5,000円+2,592円
持ち物	鉛筆、はさみ、タオルハンカチ(手 ふき用)、千枚通し、ピンセット

日本古来の和紙を使い完成品は水彩画のようです。前頭葉を刺激し活性化に一役。語りも笑いもありの楽しい2時間を。今回はプレゼントにも喜ばれる来年の干支を。

5 趣味 **ザ・マジック**
土曜 19:00 ~ 21:00 養正公民館 和室

アドバイザー	長谷部勇夫
日程	11/24 12/1・12/8・12/22 1/12・1/19 (全6回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	6,000円+3,000円
持ち物	はさみ、両面テープ スティックのり、筆記用具

コツを覚えて、あなたもマジシャン!! 手先が器用でないとマジックはできないと思ってはいませんか?大丈夫です。コツを覚えれば誰でもできるんです。

6 リラクゼーション **秋の陰ヨガ
~内側からじんわりぽかぽか~**
土曜 15:00 ~ 16:45 ヤマカまなびパーク 6階和室

アドバイザー	下山真穂
日程	11/10・11/17・11/24 12/1・12/8・12/22 1/12・1/19 (全8回)
対象・定員	どなたでも・4名
受講料+教材費	8,000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

秋をより健やかに暮らしていくための座学&陰ヨガ。ご自分と静かにゆっくりと向き合いながら陰ヨガで自然治癒力を引き出し、いろんなバランスを整えていきましょう。

7 ダンス 人生を変えるダンス! 情熱のフラメンコ (入門編)

火曜 16:00 ~ 17:30 笠原中央公民館 会議室1

憧れのフラメンコ。でもハードで難しそう。私にできるかしら? そんな心配は無用の初心者向けの講座です。普段着、普段使いの靴で気軽にご参加ください。きっと新しい自分に出会えますよ。

アドバイザー	稲葉晶子
日程	11/6・11/13・11/27 12/11・12/18 (全5回)
対象・定員	どなたでも・4名
受講料+教材費	5,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、運動靴又はヒール5cm以下の靴

8 ダンス やってみよう楽しいハワイアンフラ

水曜 10:00 ~ 11:30 市之倉公民館 研修室

おどる楽しさからはじめましょう。体幹をきたえ姿勢を整えます。楽しみながら美しくなるフラ、やってみましょう。

※パウスカート無料貸出あり

アドバイザー	NAO
日程	11/14・11/28 12/26 1/16 (全4回)
対象・定員	成人女性・4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)

9 健康 心と身体にやさしい 呼吸法とハーブ

土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 5階506

呼吸法は心身を健やかに保つために大変に有効であると注目されています。体に無理なく費用もかけずに誰にでもできます。日々の生活の中で簡単にでき有効な呼吸法を学びます。ハーブについての基本的な知識と利用法もお伝えします。

アドバイザー	けいこ あすか
日程	11/24 12/1 (全2回)
対象・定員	どなたでも・4名
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	動きやすい服装、筆記用具

10 健康 気功でリラックス! 呼吸とからだをととのえる

水曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 4階403

身体のバランスを整えて代謝を高め健康&元気に! 気になる不調は気功で解消しましょう。

アドバイザー	藤田久良
日程	11/14・11/21・11/28 (全3回)
対象・定員	成人・4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

11 語学 ABC 韓国語 (中級者向け)

木曜 19:00 ~ 20:30 ヤマカまなびパーク 4階401

ある程度韓国語の読み書きができる方への講座です。語学はあきらめずに長く続けることが大切です。腰を据えてやってみましょう。

※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	11/8・11/15・11/22 12/6・12/13・12/20 1/10・1/17 (全8回)
対象・定員	成人・2名
受講料+教材費	8,000円+0円
持ち物	筆記用具

12 語学 ABC 洋画・ドラマを 字幕なしで観たい!



金曜 10:00 ~ 11:30 ヤマカまなびパーク 6階視聴覚室

初級レベル対象のクラス。誰もが知っている日本の昔話を題材に、英語のリスニング力と語彙力を向上させます。いつか字幕や日本語吹き替えなしで観たいと思っていらっしゃる方のためのきっかけになるクラスです。

アドバイザー	山北和恵
日程	11/2・11/9・11/16 12/7・12/14・12/21 (全6回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	6,000円+100円
持ち物	筆記用具

13 パソコン パソコン・スマホ・タブレット 何でも相談

火曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階視聴覚室

スマホ・タブレット・パソコンはどれから始めたらいいの? 古いパソコンは何が危険なの? Windows7はインターネット接続の使用期限切れが迫っており、どう対処すればいいの? 中古パソコンは損か得か? など疑問や悩みにお答えします。

アドバイザー	小林正治
日程	1/8・1/15・1/22 (全3回)
対象・定員	55歳以上の方・4名
受講料+教材費	3,000円+700円
持ち物	パソコン・スマホ・タブレット

14 パソコン シニア向け Androidスマートフォンの使い方



木曜 13:30 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 6階視聴覚室

初めてスマートフォンを持つ初心者講座です。電源の入・切からスタート。通話はもちろんメールや写真、歩数計に天気予報、ラジオ、カレンダー、メモ帳など便利なアプリケーションのインストールや使い方などを覚え、楽しみましょう。

※Wi-Fi環境あります

アドバイザー	後藤侃
日程	11/8・11/15・11/29 12/13 (全4回)
対象・定員	65歳以上の方・4名
受講料+教材費	4,000円+500円
持ち物	Android搭載のスマートフォン 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申し上げます。また、アドバイザーの都合による突然の休講の場合もごさいます。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 P25 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)

15  **楽しく上達「ピアノレッスン」**

水曜 13:00 ~ 14:30 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

ピアノが毎日の潤いとなりますように、それを実現できるよう、美しく楽しく弾けるように丁寧にアドバイスをいたします。

※テキスト希望者別途1,500円

アドバイザー	国枝直子
日程	11/14 12/12 1/9 (全3回)
対象・定員	どなたでも・3名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	弾きたい曲の楽譜(あれば)

16  **はじめてみましょうピアノ♪**

金曜 10:30 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

ピアノが弾けることの楽しさを味わってみませんか。音符の読めない初心者の方でも安心して受講して頂けます。それぞれのレベルに合わせた個人レッスンを行います。

※テキスト希望者別途800円

アドバイザー	丹羽美穂
日程	11/9・11/30 12/14 1/11 (全4回)
対象・定員	成人・3名
受講料+教材費	4,000円+0円
持ち物	使用したいテキストか楽譜(あれば)

17  **事業主のためのお悩み相談** 

火曜 13:00 ~ 15:00 南姫公民館 研修室B

事業主の方のお悩みと言えば、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	11/20 12/18 (全2回)
対象・定員	事業主の方・4名
受講料+教材費	2,000円+0円
持ち物	筆記用具

18  **お肌のケアの基本の「き」(冬編)** 

月曜 19:00 ~ 21:00 脇之島公民館 和室

皮膚の構造を学び、肌質や肌の状態、季節に合ったケアの方法をアドバイスします。毎日の洗顔、保湿、日やけ止め対策を見直して、健康的なお肌を目指しましょう。

アドバイザー	岩田真智
日程	11/5・11/12・11/19 (全3回)
対象・定員	女性・4名
受講料+教材費	3,000円+500円
持ち物	タオル(2回目、3回目のみ)

19  **さわやかな自己表現 ~アサーション~** 

日曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 4階401

言いたいことが伝えられなかったり、逆に強く言いすぎたりして後悔したことはありませんか? 自分も相手も大切に話す話し方~アサーション~を学びましょう。

アドバイザー	岡本博美
日程	11/4 12/2 (全2回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	2,000円+500円
持ち物	筆記用具、飲み物

20  **歴史×コミュニケーション「レキコミ」** 

水曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 4階401

歴史の出来事をコミュニケーションスキルで読み解く「レキコミ」。織田信長、伊達政宗、徳川家康をピックアップして読み解きます。

アドバイザー	杉浦将直
日程	11/14 12/12 1/23 (全3回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	3,000円+300円
持ち物	筆記用具

21  **相続で困らないための知識 ~民事信託とは~**

日曜 10:15 ~ 11:45 ヤマカまなびパーク 4階401

相続はどなたでもいざれ直面する問題です。相続の基礎から一緒に学び、近年注目されている「民事信託」についてご紹介します。

アドバイザー	岩田章裕
日程	11/18 (全1回)
対象・定員	どなたでも・4名
受講料+教材費	1,000円+1,000円
持ち物	筆記用具

22  **いろんな印象の私になろう** 

土曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 4階401

あなたのよさをメイクで表現して、いつもと違うメイクを楽しみませんか? ナチュラルシンプルな日常のメイクとしてお使いいただけます。婚活にも♡

アドバイザー	MAKI
日程	11/24 12/8・12/22 1/12 (全4回)
対象・定員	自分磨きをしたい20代女性 4名
受講料+教材費	4,000円+108円
持ち物	無地のフェイスタオル、スタンド鏡、普段お使いのメイク道具



19 さわやかな自己表現 ~アサーション~



20 歴史×コミュニケーション「レキコミ」



22 いろんな印象の私になろう

23 クラフト 着物でリメイク

木曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 5階503

着物の布を使って洋服や小物を作ります。
※反物希望者別途500円~2,000円程度
※着物は解いてウール洗いをし、生乾きの内にアイロンがけをして持ち込んでください。反物の場合も洗ってお持ちください。

アドバイザー	林みどり
日程	11/8 12/13 1/10 (全3回)
対象・定員	成人・3名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	裁縫道具、ミシン(あれば)着物又は反物

24 クラフト 和布で小物作り

木曜 13:00 ~ 15:00 ヤマカまなびパーク 5階503

和風の布を使ってお正月飾りや猫のぬいぐるみなどを作ります。
※布の希望者別途500円~

アドバイザー	林みどり
日程	11/8 12/13 1/10 (全3回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	3,000円+0円
持ち物	裁縫道具、手持ちの布

25 クラフト トロッケンクランツで作る「木靴の吊るし飾り」

金曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 6階工作室

木の実にワイヤリングを施し、小さな木靴にアレンジします。吊るして飾れるので場所を選びません。手先を使いますので、必要な方は眼鏡をご持参ください。

アドバイザー	横江美和
日程	11/23 (全1回)
対象・定員	成人女性・4名
受講料+教材費	1,000円+2,000円
持ち物	ラジオペンチ、眼鏡(必要な方)

26 クラフト 生花から作る手作りプリザーブドフラワー

水曜 10:00 ~ 12:00 脇之島公民館 研修室2

真紅のバラとコニファーなど樹木や葉っぱを生花からプリザーブドに加工します。木の実やゴールドの飾りと合わせてクリスマスアレンジに仕上げます。

アドバイザー	桐山良子
日程	11/21 12/5 (全2回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	2,000円+4,500円
持ち物	はさみ、ピンセット 持ち帰り袋

27 和道 尺八で唱歌・古典を演奏しよう NEW

土曜 18:00 ~ 20:00 ヤマカまなびパーク 7階音楽室

日本の伝統的楽器で唱歌を演奏しましょう。東南アジアだけに生育する竹からできた尺八。その音楽を世界にアピール！外国人の方もOKです。
※尺八の無料貸し出しあり

アドバイザー	大重普竹
日程	11/10・11/17・11/24 12/1・12/8・12/15・12/22 1/19 (全8回)
対象・定員	どなたでも・4名
受講料+教材費	8,000円+0円
持ち物	尺八(あれば)

28 和道 三味線を弾くテクニック

木曜 13:30 ~ 15:00 南姫公民館 研修室

三味線を上手に弾く方法を学びます。上手に弾くため譜面にはない手を加えることにより、きれいな音の出し方や、ハズキ、スクイ、ウチ、スリのきれいな音の出し方、指のはこび方を伝授します。

アドバイザー	藤本秀直伸
日程	11/8・11/22・11/29 12/13・12/20 1/10 (全6回)
対象・定員	三味線をお持ちで弾ける方 4名
受講料+教材費	6,000円+250円
持ち物	三味線及び小道具一式 筆記用具

29 和道 茶の湯 (表千家)

金曜 10:00 ~ 12:00 ヤマカまなびパーク 和室

茶の湯を楽しみませんか？心静かにおいしいお茶をいただいで下さい。

アドバイザー	山本宗甫
日程	11/2・11/16 12/7・12/14 1/11・1/18 (全6回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	6,000円+1,800円
持ち物	白いソックス

30 和道 筆文字を書くはじめの一步

火曜 19:00 ~ 20:30 ヤマカまなびパーク 4階 401

毛筆の基本から始め、半紙4文字と並行して希望の方は小筆で実用書(氏名、地名、挨拶文等)の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

アドバイザー	福田凌華
日程	11/6・11/20 12/4・12/18 1/8・1/22 (全6回)
対象・定員	成人・4名
受講料+教材費	6,000円+500円
持ち物	書道道具(あれば)、新聞紙 タオル ※初回到道具の説明をします

オープンキャンパス受講者から、こんなお声をいただいています!

- ・最初は上手にできるか不安でしたが、楽しくわかりやすく教えていただきよかったです。(クラフト講座・40代女性)
- ・初心者でしたが、講師の方にとっても親切に教えていただけました。(ダンス講座・30代女性)
- ・変化が短期間でわかりました。これからも続けていきたいです。(健康講座・50代女性)
- ・自分だけではストレッチのやり方がわからずできなかったのが理解できて良かった。(健康講座・50代女性)
- ・いろんな決まりがある事がわかり勉強になった。(和道講座・50代女性)
- ・子どもが一人ですることができるような内容になっており、出来上がりがとても嬉しそうでした。2時間で作品が完成する、というのもよかったです。(子ども講座・保護者様)



たじみオープンキャンパス から 様々な同好会が誕生しています!

興味のある方は、
ぜひ一度お問合せを!



音楽 (一五一会)

いちやりば会 一五一会を弾いてみよう

誰でも手軽に弾き語り出来る楽器「一五一会」を使って楽しく演奏するサークルです。楽器はレンタルできます。

日時 第2・4日曜日 10:00~12:00

会場 養正公民館

対象 中学生以上 参加費 6,000円/3カ月(6回)

講師 Yasubei 問合せ 0572-23-8159(堀部)

音楽 (オカリナ)

ブロッコリー・オカリナ

土笛の素朴でやわらかい音色に心ひかれて集まってきたグループです。皆で楽しく練習しています。ご自由に見学に来てください。お待ちしております。

日時 第1・3火曜日 13:00~15:00

会場 ヤマカまなびパーク

対象 成人 参加費 3,000円/3カ月

講師 丸井博子 問合せ 0572-23-0959(丸井)

音楽 (合唱)

ちろりん村の歌カフェ

愛唱歌、名歌からリクエストまで歌います。脳トレや手遊び、ピアノやクラリネット演奏もあります。茶菓子つきです。

日時 第1月曜日 10:00~12:00

会場 パロー文化ホール

対象 どなたでも 参加費 1,000円/月

講師 国枝直子 問合せ 090-7303-7039(国枝)
小栗彩

音楽 (ギター)

多治見ギター同好会

個人指導にて指導いたします。クラシックギターの柔らかい音色を体験してみませんか。楽譜の読めない方も歓迎いたします。

日時 第1・3土曜日 9:00~13:00

会場 市之倉公民館

対象 小学生以上 参加費 500円/月

講師 尾崎照治 問合せ 090-6098-5067(尾崎)

音楽 (ギター)

フォークギターサークル「EFG」

フォークギターを中心に、歌ったりお話をするサークルです。

日時 第2・4土曜日 10:00~12:00

会場 市之倉公民館

対象 どなたでも 参加費 2,000円/年

講師 吉本正明 問合せ 090-2617-3016(吉本)

音楽 (ハーモニカ)

まなびハーモニクス

複音ハーモニカで基礎を修得後、合奏・独奏で楽しんでいきます。

日時 第2・4木曜日 14:00~16:00

会場 ヤマカまなびパーク

対象 成人 参加費 6,000円/3カ月

講師 西尾庸子 問合せ 0572-22-4187(西尾)

クラフト (洋裁)

本格洋裁をはじめよう 相馬塾

プロが教える自分サイズの洋服を作ります。採寸してパターン作り、ミシンの縫製を教えます。パンツ、ベスト、スカート、ワンピースまで作ります。素敵な人生を送りましょう。

日時 隔週水・土曜日 10:00~14:00

会場 精華公民館

対象 どなたでも 参加費 3,000円/月(2回)

講師 相馬偉伸 問合せ 090-3524-0937(相馬)

健康 (気功)

気功同好会「気と呼吸法」

体をゆるめて心の緊張を取り去り、腹式呼吸を行うことで健康に…心と体を「元氣」にする気功法です。最近身体を動かしてない、ストレスを感じている、気功に興味がある、そんなあなたの参加をお待ちしています。

日時 毎週月曜日 10:00~12:00

会場 精華公民館

対象 成人 参加費 2,500円/月

講師 藤田久良 問合せ 090-2575-3711(藤田)

健康 (太極拳)

ニコニコ太極拳教室

深い呼吸で、心と体をほぐし、楽しくリフレッシュしましょう。

日時 月3回土曜日 10:00~11:30

会場 勤労者センター

対象 中学生以上 参加費 2,500円/月

講師 荒木真奈美 問合せ 0572-24-2652(荒木)

健康 (体操)

健康体操同好会

軽いダンベルやスモールボール、チューブなどを使って全身を動かし、体調改善。

日時 毎週土曜日 14:00~16:00

会場 精華公民館

対象 成人 参加費 2,500円/月

講師 長野ますみ 問合せ 090-7918-9002(長野)

健康 (ヨガ)

シェイプアップヨガ

ムリせず自分がノビノビとたのしく行いましょう。こわばった心身を声を出しながら呼吸して解消! 1週間爽やかにすごしましょう。

日時 毎週月曜日 19:30~21:00

会場 パロー文化ホール

対象 女性 参加費 7,000円/3カ月(10回)

講師 磯谷淳子 問合せ 0572-24-0601(磯谷)

健康 (ヨガ)

呼吸中心ヨガ(木曜日)

声を出しながら呼吸を自然に行い、楽しい呼吸、おいしい呼吸しましょ。のび〜、のび〜でスッキリ爽やか姿勢を正して!!

日時 毎週木曜日 10:00~12:00

会場 ヤマカまなびパーク

対象 成人 参加費 8,000円/3カ月(12回)

講師 磯谷淳子 問合せ 0572-24-0601(磯谷)

健康 (ヨガ)

リラックス・ヨガ(昼)

50代以降の女性の体の可動域をUP! 姿勢が改善、動作が軽やかになり若々しさを保てます。リピーターの多いクラス。

日時 毎週水曜日 13:00~14:30

会場 養正公民館

対象 成人女性 参加費 2,500円/月(3回)

講師 稲垣千枝子 問合せ 090-6769-4795(稲垣)

健康 (ヨガ)

養正DEナイト☆ヨガ(夜)

年齢と共に感じる体の不調を自力で改善していきます。続けていけばもちろん1回でも変化がわかるヨガです。まずは体感してみてください。

日時 毎週木曜日 20:00~21:15

会場 養正公民館

対象 成人女性 参加費 2,500円/月(3回)

講師 稲垣千枝子 問合せ 090-6769-4795(稲垣)

健康 (ヨガ)

陰ヨガ同好会

心でリラックス♪静かにゆっくりと体の奥からゆるめていきましょう♡初心者さん大歓迎。

日時 毎週水曜日 19:00~21:00

会場 ヤマカまなびパーク

対象 どなたでも 参加費 5,000円/2カ月(8回)

講師 下山真穂 問合せ 090-7303-7039(下山)

健康 (ヨガ)

イキイキ!! ビューティーヨガ

日常生活からくる歪みを整えながらゆったりとヨガをします。初めての方でも安心して受講できます。

日時 毎週木曜 10:00~11:30

会場 ヤマカまなびパーク

対象 どなたでも 参加費 7,000円/3カ月(12回)

講師 川口慶子 問合せ 090-8459-4577(川口)

語学 (英語)

速読イングリッシュ

ニュース、CM、アナウンスなどスピードの速い英語を聞き取れるように、クイズなどを交えながら楽しく練習します。

日時 月3回木曜日 15:00~16:30

会場 市之倉公民館

対象 成人 参加費 6,000円/3カ月(9回)

講師 山崎弘子 問合せ hirrokko@yahoo.co.jp(山崎)

語学 (英語)

みんなで「ラジオ英会話」

NHK ラジオ講座のテキストを使って英語の日常会話表現を学んでいきます。リスニングも強化。ぜひ一緒に!

日時 月3回金曜日 10:00~11:30

会場 市之倉公民館

対象 成人 参加費 6,000円/3カ月(9回)

講師 山崎弘子 問合せ hirrokko@yahoo.co.jp(山崎)

語学 (ドイツ語)

ザ・ドイツ語

ドイツ語の文法や会話を学び、ときにはドイツ歌曲を歌ったりしてドイツの文化に親しみます。

日時	第2・4水曜日	10:00~12:00
会場	養正公民館	
対象	どなたでも	参加費 500円/回
講師	西尾正浩 国枝直子	問合せ 0572-22-8420(丹羽)

語学 (フランス語)

アレ・ラ・フランス

フランス語の初級文法、簡単な会話を楽しみながら覚えましょう！

日時	毎週水曜日	14:00~15:30
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	どなたでも	参加費 5,000円/1ヵ月(4回)
講師	大村絹子	問合せ 090-4084-0066(大村)

子ども (書道)

子ども書きかた教室

日本に育つ上で大切なひら仮名から丁寧に書けるよう、また、自分の名前の漢字を美しく、日本の県名なども覚えていきます。

日時	第1・2・3木曜日	16:00~17:30
会場	根本交流センター	
対象	幼児~ 小学3年生	参加費 2,000円/月
講師	水野澄	問合せ 0572-27-6993(水野)

子ども (バレエ)

子どもバレエ

クラシックバレエを基本に、楽しみながら身体を動かし、リズム感や体力をつけていきます。

日時	毎週木曜日	17:00~18:00
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	満4歳~ 小学生	参加費 8,000円/3ヵ月(10回)
講師	寺本ゆかり	問合せ 090-4211-4495(寺本)

子ども (バレエ)

S&Sバレエ (子ども)

体に無理なく楽しみながらバレエの基本を練習しています。柔軟性を磨き、けがの無いしなやかな体を作りましょう。

日時	毎週火曜日	幼児 17:00~17:50 児童 18:00~18:50
会場	根本交流センター	
対象	幼児 3歳~年長 児童 小学1年生~	参加費 4,000円/月
講師	辻沙織	問合せ 080-6928-6567(辻)

趣味 (絵画)

木炭デッサン

木炭を使ったデッサンの講座です。初めての方も画材の使い方から始めますから安心して受講できます。

日時	毎週火曜日	13:00~15:00
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	どなたでも	参加費 11,000円/3ヵ月(11回)
講師	寺本ゆかり	問合せ 090-4211-4495(寺本)

趣味 (絵画)

絵手紙「金曜サークル」

ハタでいい、ハタがいいをモットーに、心を込めて、季節の便りを描いてみませんか。見学、体験歓迎です。

日時	第1・3金曜日	13:00~15:00
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	どなたでも	参加費 3,500円/3ヵ月(6回)
講師	黄倉美洋	問合せ 090-9195-6541(黄倉)

趣味 (書道)

澄心会 愉しむ書

基本を学びながら生活の中で楽しめる書作品を創っていきます。個人の長所を大事にして…。

日時	第1・3木曜日	10:00~12:00
会場	根本交流センター	
対象	成人	参加費 2,500円/月
講師	水野澄	問合せ 0572-27-6993(水野)

趣味 (書道)

皓心会 (花みずき)

日常生活に必要な小筆で名前、住所等を習う会です。同時に希望者は百人一首を一冊の本に書きあげる事もできます。和気あいあいとした仲間の集いです。

日時	第1~3火曜日	13:00~15:00
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	成人	参加費 3,000円/月(3回)
講師	菅内皓雪	問合せ 0572-25-6133(菅内)

趣味 (書道)

書道再入門 (同好会)

筆の持ち方など初歩から丁寧に指導致します。月に2回・3回も可。

日時	毎週木曜日	19:00~21:00
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	高校生以上	参加費 3,000円/月(4回) 月2回・3回の場合は1,000円/回
講師	日置満雲	問合せ 0572-44-1776(日置)

趣味 (書道)

“筆ペンから始める日常の書” 美文字教室

ご自分の氏名、住所等は一生のつきものです。慶弔の袋書き、年賀状等さらさらと美文字で書けるようになりませんか？

日時	第1・3金曜日	13:00~15:00
会場	小泉公民館	
対象	成人	参加費 3,000円/3ヵ月(6回)
講師	日比野妃扇	問合せ 090-9028-7057(日比野)

ダンス

大人バレエ

大人になってからバレエを始めた人がほとんどです。初めての方でも、気軽にスタートできます。

日時	毎週木曜日	13:00~14:30
会場	養正公民館	
対象	中学生以上の女性	参加費 12,000円/3ヵ月(10回)
講師	寺本ゆかり	問合せ 090-4211-4495(寺本)

ダンス

大人バレエ

美容と健康のためにバレエが役立ちます。若い方~60代くらいの方が受講されています。

日時	毎週木曜日	19:30~21:00
会場	ヤマカまなびパーク	
対象	中学生以上の女性	参加費 12,000円/3ヵ月(10回)
講師	寺本ゆかり	問合せ 090-4211-4495(寺本)

ダンス

フラダンス ポーフエフェ

ハワイの曲に合わせて、運動不足解消・リフレッシュの為に楽しくレッスンをしています。

日時	第1・3火曜日	11:00~12:00
会場	市之倉公民館	
対象	女性 お子様連れOK	参加費 1,500円/2回(別途部屋代等必要)
講師	伊藤早苗 若子実三希	問合せ 090-7604-8602(若子)

ダンス

Pa Hula Kanikapila

楽しみながら美しくなるフラはじめましょう。体幹をきたえ、姿勢もよくなります。

日時	第1・2・3水曜日	19:30~21:00 金曜日 10:30~12:00、19:30~21:30 土曜日 17:00~18:00
会場	市之倉公民館	
対象	(水・金)高校生以上の女性 (土)4歳~、親子可(女性)	参加費 4,000円/月(3回)
講師	NAO	問合せ 090-1410-2094(土屋)

