

(○)成立 (×)定員数足りず不成立
(▽)募集せず (定員)

番号	開講月	氏名	講座名	内容	講座の目標	定員	場所	回数	講座内容	教材費	サブ講師	レベル	区分	過去の学び、アイ講座	応募人数	備考	講師経験	人材バンク登録	基本点	前回(30後)開講-2	市内在住+2	合計
1	6月	とやま あつこ 外山 敦子 MGスクール上級認定講師	西洋書道カリグラフィでカードを書こう	中世ヨーロッパの写本を手本に14世紀のゴシック体を使ってサンキューカードを作ります(装飾文字を含む)	受講生:西洋書道の美しさに触れる 講師:「美しい」と感じられる文字が書ける様指導する	10	講義室	① 道具に慣れよう、ルールを覚えよう	4,000	×	初級者	文学・趣味	○	27前(8/10)○	西尾市、安城市、碧南市、刈谷市など生涯学習講座を指導。現在もそこからサークル化した教室で指導しています。MGラテンカリグラフィースクール上級認定講師	○	○	4			2	4
								② ゴシック体を書いてみよう														
								③ 飾り文字に挑戦														
								④ 本番です！カードだけれど芸術作品														
2	6月	バランスボールインストラクター かよ Kayo	バランスボールでスタイルUP☆	薄着の季節にバランスボールエクササイズで、引き締まったカラダ作りをしましょう！	受講生:汗をかきながら楽しく有酸素運動する 講師:バランスボールエクササイズの楽しさと効果を伝え楽しみながら有酸素運動をしよう	10	和風会議室	① 基本の弾みでしっかりカラダを動かす	1,200	×	中級者	軽運動	○	29前(16/12)○ 30後(17/10)○	一般社団法人体力メンテナンス協会認定 バランスボールインストラクター	○	×	3	-2	2	3	
								② 二の腕を意識したエクササイズ														
								③ ウエスト周りを引き締めよう														
								④ お腹周りをスッキリさせよう														
3	6月	食育インストラクター ひぐち けいこ 樋口 圭子	腸活・菌活で健康・美肌・エイジングケア	第2の脳と言われる腸。話題の菌活と食習慣改革の腸活で、健康な心と身体、見た目マイナス年齢をゲット！	受講生:日々の食を見直す事で、自分や家族の予防医学が簡単にできると意識する 講師:薬や医療があたり前という常識から予防医学は日々の生活で実現可能な事を伝える	30	研修室	① 腸活・菌活とは？	200	×	初級者	その他(健康・美容)	○	27後(16/30)○ 28後(19/30)○ 29後(8/30)× 30前(10/15)○ 30後(5/30)×	マクロビオティック教室、ファスティングアドバイザー講習、ヤマハ音楽教育システム	○	○	1		2	3	
								② なぜ腸活・菌活？														
								③ 菌のはたらきと腸の関係														
								④ 健康になれば病気とは無縁でエイジングケアもOK！														
4	6月	みずたに さとし 水谷 諭	4回で入門完了！正しく分かるカメラ塾	カメラの設定方法と撮影方法に特化して短期間で入門→初級完結を目指します。カメラ選びからの相談も可！	受講生:「生きがいとしての趣味が持てた実感を！」その為に、カメラの基本の入門・初級程度をマスターすること。 講師:「短期間でカメラの入門・初級完結を！」その為に、理論と実践を併行して教えること。	20	講義室	① カメラを正しく学ぶということは…	0	×	初級者	文芸・趣味	○	24前(11/10)○ 25後(16/12)○ 26前(2/10)× 28後(23/15)○ 【募集せず】 26後、27前・後	学びキャンパスせと、中央ライフカレッジ	○	×	7		2	9	
								② まず、撮りたいもの(テーマ)を決める														
								③ カメラの基本設定と使い方														
								④ カメラ撮影の基本と作品講評														
5	6月	うめむら みちえ 梅村 通恵	クラフトテープで編むマルシェかご	アウトドアにも、家の中のお片づけにも、普段のお買物にも便利な、丈夫で大きめのかごを作ります。	受講生:かご編みの基本を学びながら、仲間と共にクラフトテープを編む楽しさを味わう 講師:個々の技量に配慮しつつ、平面的なテープから立体的なかごを編む楽しさを伝える	12	学習室2	① 角底を編む	1,330	×	初級者	クラフト	○	28後(8/10)○ 29前(23/12)○	クラフトバンドエコロジー協会インストラクター、豊田市カルスポにて「楽しいクラフトテープ」講師	○	○	3			3	
								② 側面を編む														
								③ 持ち手をつける														
								④ 縁の始末をして仕上げる														
6	7月	かとう じゅんこ 加藤 順子 (活元コンサルタント)	からだに添うから育て	私達を日々生かし、無意識のうちに活動している身体の自然の働きを育てて、自身を整え育ててゆきます。	受講生:自然に在る身体の心地良さを感じ取り、楽しみ、日常生活に活かしてゆく。 講師:和気あいあいの雰囲気、講座内容への関心が引き出されること。	15	和風会議室	① 遊びの中で育つからだ	0	×	初級者	軽運動	○	26後(16/16)○ 【募集せず】 27前	-	×	×	5		2	7	
								② 「ばかん」として育つからだ														
								③ 集中と呼吸、ともなって変化するからだ														
								④ たがいに育ちあうからだ														
7	7月	ベビーダンスインストラクター わかこ WAKAKO	パパ集まれ☆ベビーダンスで楽しく子育て	首がしっかり座ったベビーを抱っこして音楽に合わせて簡単なステップをします♪ママも参加OK	受講生:ベビーとたくさん触れ合い抱きしめて、今しかできない育児を楽しむ。パパコミュニティをもつ。 講師:パパとベビーの笑顔をつくる。楽しみながらパパ意識向上。	12	和風会議室	① パパの育児参加の必要性とベビーダンスについてのお話	0	×	初級者	軽運動	○	27後(11/10)○	西区共生ステーションにてベビー&ママヨガレッスン、ベビーダンス協会認定 ベビーダンスインストラクター資格習得	○	×	5		2	7	
								② ベビーダンス ステップ1														
								③ ベビーダンス ステップ2														
								④ ベビーダンス 曲に合わせてステップ														
8	7月	わかやま しげる 若山 茂 日本水墨画美術協会会員	水墨画入門講座	水・墨・筆のみで描く水墨画の筆法とその魅力を理解すると同時に、その楽しみ方を会得する。	受講生:作品1点制作(色紙サイズ)水墨画の魅力を実感し、趣味として楽しめるようになる。 講師:日常の趣味として水墨画を楽しむことができるように動機付けを行う。また親睦を図る	10	講義室	① 水墨画の歴史、特徴と魅力	650	×	初級者	文学・趣味	○	24前(12/10)○ 【募集せず】 24後	長久手小学校、長久手北中学校の水墨画講師1回/年	○	○	5		2	7	
								② 四君子(竹、梅、蘭、菊)を描く(Ⅰ)														
								③ 四君子(竹、梅、蘭、菊)を描く(Ⅱ)														
								④ 作品を作る(色紙サイズ)														

番号	開講月	氏名	講座名	内容	講座の目標	定員	場所	回数	講座内容	教材費	サブ講師	レベル	区分	過去の学び、アイ講座	応募人数	備考	講師経験	人材バンク登録	基本点	前回(30後)開講-2	市内在住+2	合計
9	7月	谷田 せい子	フラダンス講座	ハワイの風を感じてみませんか！ハワイアンで癒やされましょう。(お子様がみえる方は、一緒にご参加下さい)	受講生:健康作り、ストレス解消、友人作り 講師:子育て世代の心の癒しのお手伝い	15	研修室	4	① フラ、ハワイ基礎知識 ② 課題曲の振り付け指導 ③ 課題曲の振り付け指導 ④ 発表会	0	×	初級者	軽運動	○	25前(14/30)○ 25後(10/30)○ 【募集せず】 26後	—	×	×	3			3
10	辞退	松本 たいち	12才から始める仕事選び	子供の就職活動は高校3年生や大学3年生になってからでは遅いのです。12才からやるべきヒントが学べます。	受講生:子供がやりたい仕事を見つけることができる手助けのやり方 講師:参加者が子供の仕事に早期に興味を持ってもらうこと	10	学習室1	4	① 12才から始める仕事選び① ② 12才から始める仕事選び② ③ 12才から始める仕事選び③ ④ 12才から始める仕事選び④	0	×	初級者	金融・経済	×	×	—	×	×	10		2	12
11	8月	五島 照基	楽しいウクレレ教室	楽譜が苦手な方でも大丈夫です安心丁寧に指導、基礎から学べます。初回は楽器が無くても5名迄はお貸しします	受講生:歌いながら演奏できるように習得する。 講師:欲張らず4回で10曲マスターする。	15	研修室	4	① 初めてのウクレレ ② コード(和音) ③ リズムの取り方 ④ 初級の締めくくり	1,450	×	初級者	その他(音楽)	○	23前(14/15)○ 23後(7/15)× 【募集せず】 24後(2/15) 25前	ヤマハ音楽栄センター講師、ござらっせ長久手ウクレレ教室2年、長久手図書館2F 22年開講、長久手プラザウクレレ教室開講中	○	○	5			5
12	8月	鈴木 昌子	変革の世を生きるための『老子』	老子の永遠性に光を当て、ビジネス、家庭、地域で活かすことで変革の世の中を生きるヒントをつかむ	受講生:「老子」の思想に親しみ、生活、人生に活かす 講師:「老子」の魅力を初心者に伝える	20	研修室	4	① 『老子』の基本となる考え方を知る ② 『老子』の有名な一説に親しむ ③ 『老子』のリーダーシップ論 ④ 『老子』を生んだ背景	500	×	初級者	リベラルアーツ(他)	×	30前(5/30)×	働き方改革、女性活躍推進、ライフシフトに関する講師経験多数	○	×	3		2	5
13	8月	松原 裕子	おしゃれ日用雑貨を一緒に作りましょう！	月に1回ペースで、気軽に作れて日常を彩る自分好みの雑貨を作りませんか？素敵になるコツを学んで下さい！	受講生:自分だけのオンリーワンの作品を作り技術をUPしていくこと 講師:受講生の方とコミュニケーションを取りつつさらに自分も勉強して技術を磨くこと	15	学習室2	4	① おめかしBOXづくり ② ハーバリウムづくり ③ アロマの苔玉(造花) ④ 一筆箋と封筒づくり	4,000	×	初級者	文化・芸術	○	26後(7/15)○ 29後(8/15)○ 【募集せず】 27前・後	—	×	○	4			4
14	9月	岡田 みどり	新“超”初心者のためのピアノレッスン講座	認知症予防をもみすえた大人(特にシルバー世代)のための「全くの初心者のためのピアノレッスン講座」です。	受講生:ピアノ学習を通して日常生活の向上(QOL)を計り、あわせて認知症予防等をめざす。 講師:親しみやすい曲をピアノで弾けるようになることにより日常生活の向上、認知症予防をもめざしていただく。	15	研修室	4	① 指一本から弾けます『よろこびのうた』 ② いきなりですがオペラの名曲です。『誰も寝てはならぬ』 ③ スイングする心で弾きます『聖者が町にやってくる』 ④ パイプオルガンで弾きたい静謐なイギリス民謡『アメイジンググレース』	1,000	×	初級者	軽運動・音楽	○	29前(12/15)○ 30前(3/15)×	学びキャンパスせと講師、岐阜県中学校教諭、法務省矯正局名古屋 矯正管区管内少年院外部講師	○	○	5			5
15	9月	ELMリーダー marico	心理学～怒りの感情に隠れた本音を探ろう～	怒りは自然発生するのではなくある目的の為に自分で作り出しています。本音の表現方法を学びましょう。	受講生:自分の感情に振り回されず、責任を持ち本音の感情を表現できるようにするまで、住民相互に学び合う。 講師:安心・安全の場を設け受講生が相互に信頼し合い本音で対話できるようにする。	15	講義室	4	① 感情はどのように生まれるのか。(認知論、自己決定論) ② 自分の感情と相手の言動の目的を探る。(目的論、対人関係論) ③ 怒りにひそむ一次感情を主語「私」で伝える。(アイメッセージ) ④ 感情を用いて理想の自分を創り上げる(ライフスタイル)	100	×	初級者	文学・趣味	○	25前(17/15)○ 28後(23/15)○ 29後(41/50)○ 30後(26/30)○	他市市民講座、ヒューマンギルド認定ELMリーダー資格、アンダーマネジementキッズ・ティーンインストラクター、ポジティブディンソン学級エドゥケーター	○	×	3	-2		1
16	9月	手あみ師範 貝沼 信子	かんたん手あみ講座	棒針をつかって、三角形のかたちを利用して長方形のマフラーを作ります。編み方もかんたんなガーター編み	受講生:かんたんな方法で初心者でも楽しく編んで糸糸を好きになる。 講師:作品を全員の方が完成出来る楽しい時間をすごしていただく。	10	学習室1	4	① 基本の編み方 ② 増・減目の仕方 ③ 糸のつなぎ方 ④ 仕上げ方	2,530	×	初級者	クラフト	×	×	瀬戸市生涯学習(学びキャンパスせと)、(財)日本手芸普及協会(師範)	○	×	10			10

番号	開講月	氏名	講座名	内容	講座の目標	定員	場所	回数	講座内容	教材費	サブ講師	レベル	区分	過去の学び、アイ講座	応募人数	備考	講師経験	人材バンク登録	基本点	前回(30後)開講-2	市内在住+2	合計
17	9月	ひらた 利一郎	健康作りを意識したストレッチ&太極拳	太極拳は音楽に合わせてゆっくり体重移動するので足腰が鍛えられ転倒防止リラックス効果抜群高齢者の健康に最適	受講生:全身運動で健康維持 講師:体力の強化を図り仲間作りが目標	15	和風会議室	① 第1式～第3式(全24式の内)ストレッチ	200	×	初級者	軽運動	×	×	毎朝6時30分からラジオ体操太極拳を5年続けています	×	×	10		2	12	
								② 第4式～第6式 ストレッチ														
								③ 第7式～第9式														
								④ 第1式～第9式 ストレッチ														
18	9月	CREA認定講師 すぎた 杉田 はるな	カラーセラピーとフラワーアレンジメント	色を知る事で花のアレンジメントが楽しくなります。どなたでも参加可能です。	受講生:色と花に触れながら意味を知り楽しむこと 講師:皆さんがより色と花を好きになってくれること	15	講義室	① 色とは?花とは?ハーバリウム作り	4,000	×	初級者	文字・イラスト	×	×	フラワーアレンジメント、ハーバリウム認定講師、大人向け子供向けセミナー20回以上	○	×	10			10	
								② 色とフラワーネイルオイル														
								③ 好きな色とフラワーアレンジメント														
								④ 今の自分が求める色とフラワーリース														
19	10月	ミエ	ココロとカラダをゆるめるヨガ	日々、がんばっている心身をふうへとゆるめストレス、体の不調を整えていきましょう	受講生:自分で行うセルフヒーリングケア 講師:リラックスできるクラス作り	15	和風会議室	① ふうへと息を吐こう	800	×	初級者	軽運動	○	29前(10/15)○ 29後(17/15)○ 30前(10/15)○ 【募集せず】 30後	-	×	×	1			1	
								② 身体をほぐし、ゆるめましょう														
								③ 力を抜く														
								④ 総合練習														
20	10月	かみや 太郎 神谷 太郎	旅先で使える英語!	色々な場所で使える簡単な英語表現を学びます。発音が英語っぽく聞こえる話し方も練習します。	受講生:色々な場所で使える簡単な英語表現を学びます。発音が英語っぽく聞こえる話し方も練習します。 講師:上記の内容を、口頭練習を多用し実際に話せるように誘導する。	20	研修室	① アルファベットの英語つばい発音	40	×	初級者	語学	○	27後(7/25)○ 29後(3/20)× 30前(3/20)× 30後(12/15)○ 【募集せず】 28後、29前	日本福祉大学韓国語非常勤講師、各市民大学講師	○	○	5	-2		3	
								② 手荷物が出てこない														
								③ レンタカーを利用する														
								④ お土産を買う														
21	10月	鍼灸マッサージ師 さかい 酒井 あゆみ	骨盤底筋トレーニング「ひめトレ®」	小さなボールを使って骨盤を支える筋肉を鍛えます。骨盤のゆがみを正し、全身を美しく健康にしましょう。	受講生:自身の体に目を向け、変化を感じる感覚を養うこと、セルフケアすることの大切さに気づいてもらうこと 講師:わかりやすく変化を感じてもらえるような指導に取り組むこと	15	研修室	① ひめトレ®って何?基本的な使い方をマスターし、骨盤のゆがみを整えよう	1,600	×	初級者	軽運動	○	29前(42/10)○ 30前(13/13)○	子育てサロンイベント、院内レッスン、JCCA認定ひめトレ®インストラクター	○	×	5			5	
								② 肩こり解消と部分ヤセ[二の腕編]														
								③ 腰痛・むくみ改善ケアと部分ヤセ[美脚編]														
								④ まとめワークと部分ヤセ[ウエスト編]														
22	11月	フラインストラクター ちえこ CHIEKO	フラダンスで簡単・楽しくエクササイズ♪	初心者を対象にフラの基礎を学びます。ゆったり踊って、体のゆがみを整え、代謝をアップさせていきましょう。	受講生:フラダンスを通して新しい仲間を作る。楽しく踊りながら健康づくりをしていく 講師:参加して下さる皆さんとフラダンスを楽しむ。一緒に健康づくりを目指していく。	20	学習室1・2	① 正しく美しい姿勢、骨盤をほぐして、整えるエクササイズ	0	×	初級者	軽運動	×	30後(6/30)×	HITS(フラインストラクタートレーニングスクール)卒業	○	×	3			3	
								② ハンドモーションと「カオ」のステップで二の腕と脇腹のエクササイズ														
								③ 「アミ」と「ヘラ」のステップで下腹とヒップのエクササイズ														
								④ 曲を仕上げながら「カホロ」で脚のエクササイズ														
23	11月	ゴムバンドセラピスト みねこ	首。肩。腰。改善ゴムバンド運動	ご自身の体の歪みをチェック。ゴムバンドを使った運動で体の悩みの原因を解消。	受講生:自身の歪みを知り、正しい姿勢が体の悩みの原因解消になる! 講師:姿勢の重要性を伝え健康意識のレベルアップ	14	和風会議室	① 体の歪みと正しい姿勢～自分の歪みを知る～	100	○	初級者	軽運動	×	×	-	×	×	10		2	12	
								② 不調の原因は歪み～美の三大アーチをつくる(首、腰、つちふまず)														
								③ 肩こり、腰痛対策														
								④ 歪みを正せば若返る														