

## 自主学习グループ開設講座

※当センターで活動しているグループが企画から運営までを行う講座です。

講座名	「気功で元気はつらつ (健康増進のために)」	己書 佑灯道場	童謡の名曲をコーラスで!
グループ名	気功で元気はつらつ	己書 佑灯道場	コーラス木いちご
曜日・時間	木・17:30～19:00	金・13:30～15:00	土・10:30～12:20
一口案内	やさしく、奥の深い運動(体操)を行います。体内の循環を良くして、病気予防・健康増進を図る健康法です。また、ツボ活用、季節に応じた暮らし方についても学びます。	絵や書が苦手さんにもお得意さんにも楽しんでいただけるようにお地蔵さまや季節のお題を毎回用意します。ハガキに描きそのまま大切な方に贈っていただくこともできます。	山田耕筰の「赤とんぼ」「あわて屋山」「砂山」など、童謡の名曲をコーラスで楽しみましょう。詩と音楽の結びつきを味わいながら、易しい二部合唱で歌いましょう。
開催日内容	5/11 肝臓のための気功運動 春季の食と健康(座学)	5/5 己書を楽しむ ～私にも描けちゃう～	5/13 発声練習、楽譜の読み方を学ぶ
	5/18 肝臓のための気功運動 初夏に向けた食と健康(座学)	6/2 己書を楽しむ	5/20 発声練習、パート練習とハモリ
	5/25 心臓のための気功運動 初夏に向けた食と健康(座学)	7/7 お地蔵さまを描く	5/27 発声練習、パート練習とハモリ
		8/4 楽しく自分らしく描く	6/10 発声練習、合唱練習と詩の表現
会場	第3集会室	第1・2和室	第1集会室
対象・定員	健康増進に関心ある方 8名	一般 20名	成人女性 10名
費用	1,500円	2,000円	2,000円
持ち物	運動しやすい服装	ペンてる筆ペン 中字 薄墨	筆記用具、あれば録音機、お茶
申込み	(080-6927-7292) 丹羽まで	代表者へ電話 (090-2188-3729) 東構まで	センターが代表者 (090-9192-3139) 田中まで

## 公開講座

会場：視聴覚室(当日先着60名)

予約不要・参加無料

音楽と向き合い聞いた「心の声」  
～ピアノコンサートと私～  
日時：5月17日(水) 10:00～12:00  
講師：COLORS 渡邊奈央子

偏見差別を解決する  
“コミュニケーション”  
日時：5月17日(水) 13:30～15:30  
講師：アット・ワンス株式会社代表取締役 杉本 美晴

名古屋の和菓子文化  
～愛されてきた歴史～  
日時：6月6日(火) 13:30～15:30  
講師：フリーライター 大竹 敏之

身体の仕組みから考えてみよう  
知っていたわ自分のからだ  
日時：6月9日(金) 13:30～15:30  
講師：名古屋文理大学短期大学部准教授 川畑 龍史

読み聞かせて何？  
日時：8月23日(水) 10:00～11:30  
講師：元名古屋図書館司書・東海子どもの本ネットワーク 近藤 洋子

## 西生涯学習センター



## 生涯学習は生きる力



平成29年度

# 前期講座のご案内

申込締切日 平成29年4月25日(火) 必着

曜	時間帯	講座名
火	午前	〈親学関連講座〉リトミックを学んで楽しく実践 ～子どもと一緒に♪仲間と一緒に♪～
火	午後	〈なごや学〉尾張名古屋の和菓子文化 ～和菓子作り体験を通して～
水	午前	〈女性セミナー〉自分の心の声が聞こえていますか ～声を聞き、前に歩き出すために～ <span style="float:right">託児付10名</span>
水	午後	私のコミュニケーションと人権 ～相手の気持ちに気づく「人権感覚」～
金	午後	【名古屋文理大学短期大学部連携講座】 健康を考えるヒント～身体の仕組み・食のバランス・心の安定～

申込締切日 平成29年7月12日(水) 必着

曜	時間帯	講座名
水	午前	【西図書館連携講座】 はじめませんか？乳幼児向けおはなしボランティア
金	夜間	食からはじめる生涯学習 ～みんなで“ワイワイ”初心者クッキング～

事業名	申込締切日
環境デーなごや2017 環境学習講座 自然を使ってクラフト作り	4月25日(火) 必着
短期集中事業 西パソコン広場 文章作成ソフト入門講座 文書を作ってみよう!	6月12日(月) 必着
夏休み親子体験教室 ～西区の伝統産業 手作り靴の製作見学と キーホルダー作りに挑戦しよう～	7月4日(火) 必着
【トライアルサマー】 スイーツ作ってスマイル♪ ～お兄さんお姉さんと楽しくお菓子作り～	7月4日(火) 必着
コグニサイズで認知症予防!	4月25日(火) 必着
わくわくキッズヨガ	6月11日(日) 必着
自主学习グループ開設講座 ※詳しくは最終面をご覧ください	受付方法
木 夜間 気功で元気はつらつ(健康増進のために)	電話申込
金 午後 己書 佑灯道場	電話申込
土 午前 童謡の名曲をコーラスで!	電話申込

### 生涯学習Webナビなごや

Webナビなごや  検索

生涯学習センター・イーブルなごやの講座・事業、空室状況、ボランティア、グループ、会場など、「なごやの生涯学習の情報」を調べることができます。

### e-ねっと+なごや

e-ねっと+なごや  検索

子どもとともに成長する楽しさを学ぶ「親学」、なごやの歴史・文化・自然を学ぶ「なごや学」、現代社会で解決が求められる課題を学ぶ「現代的課題」の講座をインターネットで「いつでも」「どこでも」受講することができます。

## 「往復はがき」または「インターネット」による申し込みです。

### ◎往復はがきによる申し込み方法

往復はがき	返信票	返信	往復票
〒 <input type="text"/> - <input type="text"/> - <input type="text"/> 西生涯学習センター行	〒 <input type="text"/> - <input type="text"/> - <input type="text"/> 西区浄心一丁目1-45	〒 <input type="text"/> - <input type="text"/> - <input type="text"/> お名前	〒 <input type="text"/> - <input type="text"/> - <input type="text"/> あなたの住所
①講座名 ②〒・住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号 ⑤学年 (小中学生対象の講座・事業のみ) ⑥お子さんの名前(ふりがな)と生年月日(託児) ⑦その他			

#### 注意事項

- ◆応募は、1講座につき1人1通限り有効とします。
- ◆市外にお住まいの方は勤務先または通学先の名称と住所を⑦にご記入ください。
- ◆6月以降の締切の講座をハガキで申し込まれる方は、**返信用は62円**でお願いします。62円で申込まなかった場合は、結果を返信できない恐れがありますので予めご了承ください。

### ◎インターネットによる申し込み方法

〈パソコン版〉  
<https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/>  
〈携帯電話版〉  
<https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/m/>

### 携帯電話からかんたんアクセス



- ◆受講資格…市内在住、在勤、在学の方で講座ごとに定める対象者。(対象の「一般」とは、中学生を除く15歳以上の方です。)
- ◆応募者が定員を超えた場合は、申込締切日の翌日に抽選を行います。定員に満たなかった場合は、申込締切日の翌日以降センター事務室で受付を行います。
- ◆申込み結果は、申込締切日の翌日以降に返信用はがきまたはメールでお知らせします。
- ◆当選された方はお知らせに記載されている期日までに当センターで受講の手続きをお願いします。
- ◆「〈女性セミナー〉自分の心の声が聞こえていますか～声を聞き、前に歩き出すために～」講座は託児付き(定員10名)で行います。託児の対象は満2歳以上(5/17現在)未就学児のお子さんとなります。
- ◆受講できるのは当選者ご本人に限ります。
- ◆受講者以外の方は同伴できません。(介助者を除きます)
- ◆受講の手続き後は、原則として講座の申込み契約を解除できません。(受講料はお返しできません)

※視覚障がいのある方のために、このプログラムの「点字訳版」「音声訳テープ版」を用意しております。ご希望の方は、西生涯学習センターまでご連絡ください。(点字訳版は「点訳ボランティア・ぶれいる」、音声訳テープ版は「シンコーグループ・スタッフ」のご協力によるものです。)

## 環境デーなごや2017 環境学習講座

### 自然を使ってクラフト作り

日時：6月25日(日) 10:00～12:00  
講師：森林インストラクター 鶴飼 洋子  
対象・定員：小学生 20名  
(小学3年生までは保護者同伴でご参加ください。)

費用：受講料 無料 教材費 500円  
会場：視聴覚室  
申込：[往復はがき]または[インターネット]  
※申込方法は主催講座の申込方法をご覧ください。

※応募は1人1通とする。  
締切：4月25日(火) 必着

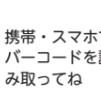
予約不要・参加無料

### 生ごみ処理講習会 ～生ごみを有機肥料にする「アスパ」の使い方～

日時：6月24日(土) 10:00～12:00  
講師：西アスパの会会員  
対象：一般  
会場：第2集会室  
先着50名の方に「アスパ」を無料配布し、使い方の講習をします。



ホームページ



Facebook



## 【自主事業】 コグニサイズで認知症予防!

市民の皆様健康寿命の延伸を図るため、認知症予防をテーマに国立長寿医療研究センターが開発したコグニサイズを学び体験しませんか!  
日時：5月11、18、25日、6月8日(木) 13:30～15:30

講師：市橋 克之  
会場：視聴覚室  
対象：一般  
定員：20名  
費用：受講料1,200円(4回)  
申込：[往復はがき]または[インターネット]でお申し込みください。

※申込方法は主催講座の申し込み方法をご覧ください。  
締切：4月25日(火) 必着

## 夏休み親子体験教室 ～西区の伝統産業 手作り靴の製作見学と キーホルダー作りに挑戦しよう～

日時：8月7日(月) 10:00～12:00  
講師：NPOレザー&アス事務局長 吉田 恭澄  
会場：靴デザイン・クラフトスクール(西区栄生1-3-10)  
対象・定員：小中学生とその保護者 15組(子ども1名と保護者1名)

費用：受講料 無料 教材費 500円  
申込：[往復はがき]または[インターネット]  
※申込方法は主催講座の申込方法をご覧ください。  
※安全確保のため、対象となるお子さん以外の同伴はご遠慮ください。

締切：7月4日(火) 必着

## 【自主事業】わくわくキッズヨガ

子どもは楽しむ事からたくさんを学びます。動く、見る、聞く、感じる五感を使って体の内側を覗いてみよう!

日時：①6月25日(日) 10:30～12:00  
②7月23日(日) 10:30～12:00

会場：視聴覚室  
対象：4歳～小学生(付き添いの保護者の方も無料で参加できます。)  
定員：①②各20名  
費用：①②各受講料500円  
申込：[往復はがき]または[インターネット]で①か②のいずれかを明記して下さい。両方受講希望の場合は、別々にお申込ください。申込みは、主催講座の申込方法をご覧ください。

締切：6月11日(日) 必着

## ホームページ開設 <http://syogai-gakusyuu-center.com/west/>

開催講座・部屋の空き情報・自主事業等最新の情報をアップしています。どんどんアクセスしてください。

# 名古屋市西生涯学習センター

## 指定管理者：シンコーグループ

〒451-0061  
名古屋市西区浄心一丁目1番45号  
電話：532-1551 FAX：532-1552  
休館日 第2水曜日、第4月曜日、  
12月29日～1月3日

〈交通機関〉  
●地下鉄 鶴舞線「浄心」下車  
⑥番出口より北へ徒歩1分  
●市バス 「浄心町」下車浄心交差点  
北へ40m

※この印刷物は古紙パルプを含む再生紙を使用しています。

# 名古屋市西生涯学習センター 平成29年度 前期定期講座プログラム

※都合により日程・講座の講師・内容等が変更となる場合があります。  
 ※【現地学習】は現地集合・現地解散です。交通費等は、別途自己負担です。歩きやすい服装でご参加ください。  
 ※傷害保険等の設定をしております。必要な方は各自でご参加ください。

曜日	火曜日	火曜日	水曜日	水曜日	金曜日	
講座名	〈親学関連講座〉 リトミックを学んで 楽しく実践 ～子どもと一緒に♪ 仲間と一緒に♪～	〈なごや学〉 尾張名古屋の和菓子文化 ～和菓子作り体験を通して～	〔託児付10名〕 〈女性セミナー〉 自分の心が 聞こえていますか ～声を聞き、前に歩き出すために～	私のコミュニケーションと人権 ～相手の気持ちに気づく「人権感覚」～	〔名古屋文理大学短期大学部連携講座〕 健康を考えるヒント ～身体の仕組み・食のバランス・ 心の安定～	
期間	5/23～6/27	6/6～7/4	5/17～7/5	5/17～6/28	6/9～7/14	
対象員	2歳児とその保護者 15組	一般・24名	女性・30名	一般・30名	60歳以上・50名	
回数時間	午前・5回 10:00～11:30	午後・5回 13:30～15:30	午前・7回 10:00～12:00	午後・6回 13:30～15:30	午後・5回 13:30～15:30	
受講料等	受講料 1,500円	受講料 1,200円 材料費 1,500円	無料	無料	受講料 1,200円	
託児	—	—	あり(10名) 1人350円	—	—	
講座ガイド	リトミックによる様々な体験活動を行い、 子どもの「心・からだ・頭」を育てます。 活動を通して、2歳児の成長のためにでき ることを考えたり、実践する力を身に付け たりします。また、親子でふれあう喜びや 受講者同士で交流する楽しさを味わいます。	西区には菓子問屋が集まり、名古屋の菓 子業の発展につながったと言われています。 本講座は、和菓子や南蛮菓子の歴史、 魅力、尾張名古屋の菓子文化について学び ます。和菓子作りの実習を通して、名古屋 の和菓子の歴史や文化を感じましょう。	男女共同参画社会を実現するためには、女性一 人ひとりが、自分らしさを発揮し、社会に関わ っていくことが大切です。本講座では、自分の心 の声を傾けながら、自分らしさについて考えたり 、自分の思いの伝え方を学んだりします。自分 らしさを発揮するヒントを見つけてみませんか。	「コミュニケーション」には人権問題を解 決するヒントが隠されている！本講座では、 「自他をともに尊重するコミュニケーション」 をキーワードに、同和問題をはじめとする様々 な人権問題について考え、人権を尊重した行 動ができるようになることを目指します。	高齢になってくると、今後の健康への不安が 大きくなったり、体の不調が増えたりするこ とがあります。そこで、健康について、様々な角 度から学ぶことで、心身のバランスを整えたり、 自身の不安や不調を取り除いたりする方法を身 に付け、日常生活に生かせるようにします。	
学 習 プ ロ グ ラ ム ・ 講 師 ( 敬 称 略 )	① 5/23 <b>はじめまして！ みなさん</b> ～親子で楽しめる リトミック～ リトミック講師 上山 歌織	① 6/6 【公開講座】 <b>名古屋の和菓子文化</b> ～愛されてきた歴史～ フリーライター 大竹 敏之	① 5/17 【公開講座】 <b>音楽と向き合い聞いた 「心の声」</b> ～ピアノコンサートと私～ COLORS 渡邊 奈央子	① 5/17 【公開講座】 <b>偏見差別を解決する “コミュニケーション”</b> アット・ワンス株式会社代表取締役 杉本 美晴	① 6/9 【公開講座】 <b>身体の仕組みから 考えてみよう</b> 知っていたわ自分のからだ 名古屋文理大学短期大学部准教授 川畑 龍史	
	② 5/30 <b>親子で楽しく表現しよう</b> ～上手にまねっこ できるかな～ 同上	② 6/13 【現地学習】 <b>なごやに根付いた 南蛮菓子</b> ～金平糖の歴史と魅力～ 中京大学名誉教授 中田 友一	② 5/24 <b>なぜ心の中を聞く 必要があるのか</b> ～自分を知る～ キャリアコンサルタント 愛知大学非常勤講師 瀧崎 優佳	② 5/24 <b>視覚障がい者の思いから 考える“コミュニケーション”</b> 名古屋盲人情報文化センター 図書館事業部長 藤下 直美	② 6/16 <b>運動生理学から 考えてみよう</b> 名古屋文理大学短期大学部教授 原田 隆	
	③ 6/6 <b>お話に合わせて 動いてみよう</b> ～絵本とお話できるかな～ リトミック講師 三宅 実名子	③ 6/20 【調理実習】 <b>「ういろう」を 作ってみよう！</b> 栄光堂 立石 幸夫	③ 5/31 【現地学習】 <b>心の中に耳を傾けよう①</b> ～自然の中で 自分と向き合って～ 花ガイドボランティア 和田 弥生	③ 5/31 <b>日本で生活する外国人の思い から考える“コミュニケーション”</b> FMC代表 石原バージ	③ 6/23 <b>栄養学から考えてみよう</b> 名古屋文理大学短期大学部助教 上田 洋子	
	④ 6/20 <b>リズムにのって つくってみよう</b> ～何ができるかな～ 同上	④ 6/27 【調理実習】 <b>「鬼まんじゅう」を 作ってみよう！</b> 同上	④ 6/7 <b>心の中に耳を傾けよう②</b> ～写真を通して、 自分を見つめる～ CHIE'S KITCHEN フードカメラマン 神谷 美保	④ 6/7 <b>同和問題の歴史から 考える“コミュニケーション”</b> 元四天王寺大学教授 近藤 祐昭	④ 7/7 <b>食品学から考えてみよう</b> 名古屋文理大学短期大学部教授 小早川 和也	
	⑤ 6/27 <b>楽器にふれてみよう</b> ～楽しく演奏できるかな～ リトミック講師 上山 歌織	⑤ 7/4 【調理実習】 <b>「もち菓子」を 作ってみよう！</b> 同上	⑤ 6/21 <b>心の中を表現するために①</b> ～伝え方と伝わり方～ キャリアコンサルタント 愛知大学非常勤講師 瀧崎 優佳	⑤ 6/21 <b>同和問題の現状と課題から 考える“コミュニケーション”</b> 同上	⑤ 7/7 <b>心理学から考えてみよう</b> 名古屋文理大学短期大学部准教授 山本 ちか	
	対象のお子さんは 5/23 現在で満2歳児です。	〈女性セミナー〉 自分の心が聞こえていますか 託児希望者申込案内 対 象：満2歳以上(5/17現在) 未就学児の本講座受講者のお子さん 定 員：10名 費 用：350円(おやつ代) 託児交流会 託児を担当する「託児グループ・いちご」 と事前交流会を開きます。必ずお子さんと ご参加ください。 日時：5/11(木) 午前10時～11時 場所：第1集会室	⑥ 6/28 <b>心の中を表現するために②</b> ～私のワーク・ライフバランス～ NPO法人Mama's Cafe理事長 山本 博子	⑥ 6/28 <b>私のコミュニケーションの力</b> ～身に付けた人権感覚を生かして～ 名古屋市教育委員会人権教育室主査	⑥ 7/14 <b>視聴覚室</b>	
	主な会場	視聴覚室	視聴覚室・料理室・現地学習	視聴覚室・現地学習	視聴覚室	視聴覚室

曜日	水曜日	金曜日
講座名	【西図書館連携講座】 はじめませんか？乳幼児向け おはなしボランティア	食からはじめる生涯学習 ～みんなで“ワイワイ” 初心者クッキング～
期間	8/23～9/20	8/4～9/22
対象員	一般・20名	一般・24名
回数時間	午前・4回 10:00～11:30	夜間・5回 18:00～20:00
受講料等	無料	受講料 1,500円 教材費 3,000円
託児	—	—
講座ガイド	読み聞かせでは、読み手が、たくさんの 本と聞き手をつなぐコーディネーター役と なります。乳児や幼児の心に本の楽しさを 届け、豊かな心を育てるための読み聞かせの コツを学び、乳幼児向けの読み聞かせボラン ティアとして活動を始めてみませんか？	調理の方法ごとに実習を行う初心者向けク ッキングです。受講者同士でワイワイと交流しな がら、料理を初歩から学んでみませんか？料 理をしたことがない方も大歓迎です。料理の いろはを覚えて、自分で作る楽しさ、おいしさ、 充実感などを仲間と一緒に味わいましょう。
学 習 プ ロ グ ラ ム ・ 講 師 ( 敬 称 略 )	① 8/23 【公開講座】 <b>読み聞かせって何？</b> 元名古屋市図書館司書・ 東海子どもの本ネットワーク 近藤 洋子	① 8/4 【調理実習】 <b>料理の基本を学ぶ</b> ～包丁の使い方・ 食材の下処理～ 名古屋文化短期大学教授 鳥居 久雄
	② 8/30 <b>読み聞かせボランティアを してみたい！</b> 西図書館おはなしボランティア 渡辺 智恵	② 8/18 【調理実習】 <b>日本の家庭料理</b> ～そばろ丼・味噌汁・ おたしし～ 名古屋文化短期大学副手 宮原 千尋
	③ 9/6 <b>10:00～12:00 幼い頃から読み聞かせ</b> 西保健所保健師 西図書館司書	③ 8/25 【調理実習】 <b>イタリアン</b> ～ポークステーキ・ピラフ・ サラダ～ 名古屋文化短期大学助教 三宅 裕子
	④ 9/20 <b>おやこで楽しむ わらべうた</b> 名古屋コダーイ協会 澤井 仁美	④ 9/8 【調理実習】 <b>ワンプレートランチ</b> ～パン・スープ・サラダ～ 名古屋文化短期大学副手 下條 美咲
		⑤ 9/22 【調理実習】 <b>中華料理</b> ～えびチリ・和え物・杏仁豆腐～ 名古屋文化短期大学講師 田内 美和
主な会場	視聴覚室	料理室

短期集中事業		初心者 対象
事業名	文書作成ソフト入門講座 文書を作ってみよう！	
曜日時間	火・10:00～11:30	
開催日 内 容	7/11	文書作成ソフトの 基本操作を覚えよう！
	7/18	簡単な文書を 作ってみよう！
	7/25	文書を飾りつけよう！
講 師	西パソコンクラブ	
会 場	フクロウの部屋 (IT室)	
対 象 員	一般・8名	
費 用	受講料900円 教材費300円	
持 ち 物	筆記用具	
申 込 み	「往復はがき」または「イ ンターネット」 ※申込方法は主催講座 の申込方法をご覧ください	
申 込 日 期	6/12(月) 必着	

※動作環境 ワード2010、Windows10

### 浄心寄席

会場	日時	出演
予約不要・参加無料	八月五日(土) 十時～正午	社会人落語「楽語の会」

視聴覚室(当日先着六十名)

