名古屋市教育スポーツ協会（NESPA）主催事業

青少年交流プラザ共催事業
～青少年の居場所づくり事業～
緑スポ（Enjoy Sports）

卓球、バドミントン、バスケット、バレーボールやニュースポーツなど、わいわいおしゃべりしながら楽しい時間を過ごしましょう！体を動かし、楽しく仲間づくりをしませんか？

◇日　程：９月11日・10月９日・11月13日・12月11日・１月８日・２月12日・３月12日（いずれも小雨曜日）
◇会　場：昭和生涯学習センター体育室
◇対　象：15歳～34歳（中学生を除く）
◇時　間：18:00～20:00
◇参加費：無料
◇持ち物：室内シューズ、タオル、飲み物など
◇申　込：不要

初めての太極拳
～無理なく楽しく健康づくりをしよう～

◇日　時：10月21日（日）
　　10:00～11:30
◇会　場：昭和生涯学習センター視聴覚室
◇対　象：一般
◇定　員：10人
◇講　師：日本健康太極拳協会
　　楊名時太極拳師範　三浦　洋子
◇参加費：300円
◇申込方法：往復はがき・電子申請サービス
◇締切り：９月26日（水）必着

『脱!!』汚部屋
～捨てなくても家丸ごとスッキリ片付くお片付け～

◇日　時：10月26日（金）
　　10:00～11:30
◇会　場：昭和生涯学習センター第３集会室
◇対　象：一般
◇定　員：20人
◇講　師：ハウスキーピング協会
　　整理収納アドバイザー
　　落合　ひとみ
◇参加費：500円
◇申込方法：往復はがき・電子申請サービス
◇締切り：９月26日（水）必着

ゆったり踊ろう♪ “和”のフィットネス

◇日　時：11月16日（金）
　　10:00～11:30
◇会　場：昭和生涯学習センター
　　第３集会室
◇対　象：一般
◇定　員：20人
◇講　師：NOSS認定インストラクター
　　氷美
◇参加費：400円
◇申込方法：往復はがき・電子申請サービス
◇締切り：10月16日（火）必着

市販の味噌から応用できる 万能味噌作り

◇日　時：11月26日（月）
　　10:00～12:30
◇会　場：昭和生涯学習センター料理室
◇対　象：一般
◇定　員：24人
◇講　師：レストラン東郷
　　代表取締役　野口　俊介
◇参加費：1200円
◇申込方法：往復はがき・電子申請サービス
◇締切り：10月16日（火）必着

親子で科学教室

◇日　時：12月16日（日）
　　10:00～11:30
◇会　場：昭和生涯学習センター第３集会室
◇対　象：小学生の子どもとその保護者
◇定　員：15組
◇講　師：名古屋市教育スポーツ協会　職員
◇参加費：１家族500円
◇申込方法：往復はがき・電子申請サービス
◇締切り：11月６日（火）必着

買う前にわかる！ スマートフォン　体験教室

◇日　時：２月６日（水）
　　10:00～12:00
◇会　場：昭和生涯学習センター
　　第３集会室
◇対　象：一般
◇定　員：20人（最少遂行人数５人）
◇講　師：スマホアドバイザー
◇参加費：500円
◇申込方法：往復はがき・電子申請サービス
◇締切り：12月５日（水）必着
※貸出機はiPhone（最新OS）を使用します。

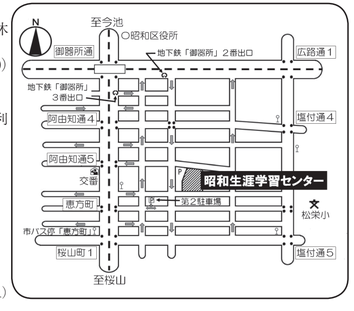
自主（臨時）開館【ネスパデー】のお知らせ

名古屋市より指定管理者として、昭和生涯学習センターの施設の運営・管理を（公財）名古屋市教育スポーツ協会が行っております。名古屋市教育スポーツ協会は、上記のNESPA主催事業を始め、市民の皆様に一層の学習機会を提供するため、下記の臨時開館を予定しております。ぜひ、ご利用ください。

【開 館 日】７月～11月の第４月曜日

【開館時間】午前９時～午後５時

●開館時間は９:00～21:00（日曜、祝休日は９:00～17:00）です。
●毎月第２水曜日と第４月曜日、年末年始（12／29～１／３）は休館日です。
　ただし、７月から11月の第４月曜日は臨時開館（９:00～17:00）します。
●駐車場のご利用は有料（１回300円、30分以内無料）です。
　駐車台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
●地下鉄　鶴舞線「御器所」下車、②番出入口　南約300m
　　桜通線「御器所」下車、③番出入口　南東約300m
●市バス　金山26号系統［右回り・左回り］金山～金山
　　昭和巡回系統（昼間運行）恵方町下車　東約100m



名古屋市昭和生涯学習センター

〒466-0023　昭和区石仏町１丁目48番地
電話：852-1144　FAX：852-1143
指定管理者：（公財）名古屋市教育スポーツ協会（NESPA）

自主学習グループが開設する講座

この講座は、昭和生涯学習センターで活動する自主学習グループが主催し、企画から運営までを行うものです。

曜日・時間	金 18:00～20:30 土 13:30～16:00	金 13:00～16:30	火 13:30～15:30	月 10:00～11:30	金 10:00～12:00
主催グループ	昭和カムカムハーモニー	クレパスの会	藤乃花吟詩会	シェイプアップ・ベル	翔美会
講座名	みんなで、ハーモニカでハーモニー！！	透明水彩の不透明とクレパスとは	詩吟初心者講座	エアロビ＆ダンベル （10才若返る健康体操）	楽しく描く水彩画
期間	10／12～11／10	10／12～11／16	11／６～11／27	10／22～12／17	11／２～翌年１／18
対象・定員	一般・５人	一般・10人	一般・５人	一般女性・10人	一般・８人
受講料	1,500円	500円	2,000円	3,000円	4,000円
持ち物	ハーモニカ　C調 （テンホールズは除く。）	ホルベイン透明水彩絵具一式、クレパス（16色）、新聞紙、ボロ切れ、ティッシュペーパー、画鋲8切位	筆記用具、お持ちの方は録音機器	運動できる服装、室内シューズ、バスタオル（数物として）、飲み物、ダンベル（ある方のみ）	６号程度のスケッチブック、鉛筆、消しゴム、水彩絵の具、筆、水入れ
講座のあらまし	美しい音色で、自分の吹きたい曲を、ハーモニカアンサンブルで楽しみましょう。	透明水彩とクレパスを使い、透明色と不透明色を知ります。	漢詩に親しみ腹式呼吸で声を出し吟じます。初めての方に分かりやすく教えます。	体を動かして心も体もリフレッシュ！筋力トレーニングとストレッチは毎回行います	水彩画の絵の具他の材料選びから、構図の取り方、ぼかし等の技法、仕上げまで指導します。
学習プログラム	①10／12（金） ハーモニカの基礎Ⅰ 「お江戸子守唄」 ②10／20（土） ハーモニカの基礎Ⅰ 「お江戸子守唄」 ③10／27（土） ハーモニカの基礎Ⅱ 「金髪のジェニー」 ④11／２（金） ハーモニカの基礎Ⅱ 「金髪のジェニー」 ⑤11／10（土） 簡単なアンサンブルへ 「青葉の笛」など	①10／12（金） 色見本を作ろう ②10／19（金） 透明水彩で描いてみよう ③11／２（金） クレパスで描いてみよう ④11／16（金） 透明水彩にクレパスを塗ろう	①11／６（火） 漢詩の朗読、腹式呼吸による発声練習 ②11／13（火） 「勧誘詩」太刀掛呂山作、節をつけて吟じます。 ③11／20（火） 「富士山」乃木希典作、節をつけて吟じます。 ④11／27（火） おさらい　発表	①10／22（月） ソフトエアロビステップ１ 腰痛予防体操 ②10／29（月） ソフトエアロビステップ２ 肩こり予防体操 ③11／12（月） ソフトエアロビステップ３ 腹筋を鍛えよう ④11／26（月） ソフトエアロビステップ４ 脂肪燃焼体操 ⑤12／17（月） ソフトエアロビステップ５ 体幹を鍛えよう	①11／２（金） 花をスケッチブックに鉛筆デッサンをする ②11／16（金） ①の作品に彩色をして仕上げる ③12／７（金） 花をスケッチブックに鉛筆デッサンをする ④12／21（金） ③の作品に彩色をして仕上げる ⑤１／４（金） 花をスケッチブックに鉛筆デッサンをする ⑥１／18（金） ⑤の作品に彩色をして仕上げる
会場	第１集会室	第２集会室	第２集会室	視聴覚室	第２集会室
応募方法締切り	10月12日（金）・20日（土）両日の講座開始前に受付	往復はがき ９月30日（日）必着	往復はがき10月23日（火）必着もしくは11月６日（火）13時から第２集会室にて受付	10月22日（月）10時から視聴覚室にて受付	往復はがき 10月31日（水）必着

講座・事業申し込みのご案内

◆受講資格　市内にお住いの方・お勤めの方、または、市内の学校に通学している方で、各講座ごとに定める対象者。
　※講座プログラムの対象者の「一般」とは、15歳以上（中学生を除く）の方です。
◆申し込み方法
☆インターネットによる申し込みは名古屋市電子申請サービスホームページをご覧ください。
　〈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/
　名古屋市電子申請サービス　検索
　携帯電話からかんたんアクセス
☆往復はがきによる申し込みの場合は以下のとおりです。
　○往復はがき１通につき１講座ずつお申込みください。（１講座につき１人（１組）１通のみ有効です）
　○下記の内容をご記入の上、昭和生涯学習センターへお申し込みください。

〈往復はがきの記入例〉

62　466-0023 往信 名古屋市昭和区 石仏町1-48 昭和生涯学習 センター行	何も記入しないでください。 （返信の裏）	62 返信 あなたの住所 あなたの名前	①講座・事業名 ②〒　住所 ③名前（ふりがな） 年齢 ④電話番号 ⑤その他 （往信の裏）

※　名古屋市外にお住いの方は、勤務先または通学先の所在地の区名をご記入ください。
○申し込み締切り日必着です。
○応募者が定員を超えた場合、申込み締切日の翌日に抽選を行い、返信用はがきまたは電子メールで結果をお知らせします。
○定員に満たない講座は、申し込み締切り日以降も事務室で受付けます。
○受講することが決まった方は、返信はがきまたは電子メール記載の期限までに事務室で申し込み手続きを行ってください。
　受講を辞退される方は、必ず昭和生涯学習センターまでご連絡ください。
○一度納められた受講料・教材費等は、原則、お返しできません。
○講座受講の権利を他の方に譲渡することはできません。受講できるのは当選者ご本人に限ります。
○「〈女性セミナー〉もっと輝く私になる！～メディアで学び、私を発信～」で、託児希望の方は、講座名の後に「託児希望」と明記し、往信の裏⑤にお子さんの名前・生年月日・年齢をご記入ください。(託児対象は、講座初日現在（10/23）、満2歳以上未就学児です。)

平成30年度後期　昭和生涯学習センター
講座・事業のご案内

曜日	時間帯	講座名	対象	定員	申込締切日
月	午前	〈なごや学〉 身近な芸術「パブリックアート」 ～名古屋は巨大な美術館～	一般	25人	9/26(水)
火	午前	〈女性セミナー〉【託児付】 もっと輝く私になる！ ～メディアで学び、私を発信～	女性	30人 （うち託児枠8人）	9/26(水)
水	午前	〈親学関連講座〉 カラフルにつなぐ、親と子の心とこころ	子をもつ親、子育てに関心がある方	30人	9/26(水)
木	午前	〈なごや学マイスター講座〉 伝えよう！魅力あふれる 昭和区の歴史・自然	一般 （受講後、マイスターとして活動したい方）	20人	9/26(水)
月	午前	気づきの扉を開けてみませんか ～偏見や差別のない社会をめざして～	一般	30人	12/5(水)
火	午前	いろいろ楽習 ～これからはじめる生涯学習～	一般	20人	12/5(水)
金	午後	【名古屋市立大学看護学部共催講座】 いつまでも健康でいきいきと！ ～自分に合った元気のヒント見つけましょう～	概ね50歳以上	50人	12/5(水)

※上記の講座はすべて往復はがき電子申請サービスによる申し込みです。
　申し込み方法は裏面にあります。

公開講座のご案内
開始30分前に開場します。どなたでも参加できます。　参加無料・事前申込不要・先着順70人

仕事も家庭も私らしく～母、記者、そして私～
日時：平成30年10月23日（火）10:00～12:00
講師：フリージャーナリスト（元朝日新聞記者）川村　真貴子
会場：昭和生涯学習センター　視聴覚室
（主催講座「〈女性セミナー〉もっと輝く私になる！～メディアで学び、私を発信～」の第１回を公開します。）

心とこころが通い合う色使いのコツ ～子育てにも役立つ色彩心理～
日時：平成30年10月24日（水）10:00～12:00
講師：ファイン・メンタルカラー研究所　代表　藤本　梨恵子
会場：昭和生涯学習センター　視聴覚室
（主催講座「〈親学関連講座〉カラフルにつなぐ、親と子の心とこころ」の第1回を公開します。）

私に限って、偏見なんて… ～ハッと気づく、心理の扉を開けて～
日時：平成31年１月21日（月）10:30～12:30
講師：名古屋大学　情報学研究科　教授　唐沢　穣
会場：昭和生涯学習センター　視聴覚室
（主催講座「気づきの扉を開けてみませんか～偏見や差別のない社会をめざして～」の第１回を公開します。）

からだの機能の変化と生活上の注意
日時：平成31年１月25日（金）14:00～16:00
講師：名古屋市立大学　看護学部　教授　薊　隆文
会場：名古屋市立大学　桜山キャンパス　看護学部棟
（主催講座「【名古屋市立大学看護学部共催講座】
いつまでも健康でいきいきと！～自分に合った元気のヒント見つけましょう～」の第１回を公開します。）

〈親学関連講座　幼児教育講演会〉
参加無料・事前申込不要・先着順400人

一人ひとりが　みんなたいせつ
～子どもの心に　気づいていますか？～
日　時：平成30年10月３日（水）
　　10:20～12:00（10:00開場予定）
講　師：児童文学作家　くすのきしげのり
会　場：中区役所ホール

小さなお子様も受講可能ですが、保護者向けのお話です。

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。

申込締切	9月26日（水）〈必着〉までに申し込み				12月5日（水）〈必着〉までに申し込み		
曜日・時間	月　10:00～12:00	火　10:00～12:00	水　10:00～12:00	木　10:00～12:00	月　10:00～12:00 （第1回のみ10:30～12:30）	火　10:00～12:00	金　14:00～16:00
講座名	〈なごや学〉 **身近な芸術「パブリックアート」** ～名古屋は巨大な美術館～	〈女性セミナー〉【託児付】 **もっと輝く私になる！** **～メディアで学び、私を発信～**	〈親学関連講座〉 **カラフルにつなぐ、親と子の心とこころ**	〈なごや学マイスター講座〉 **伝えよう！魅力あふれる昭和区の歴史・自然**	**気づきの扉を開けてみませんか** **～偏見や差別のない社会をめざして～**	**いろいろ楽習** **～これからはじめる生涯学習～**	【名古屋市立大学看護学部共催講座】 **いつまでも健康でいきいきと！** **～自分に合った元気のヒント見つけましょう～**
期間	10／15～12／10	10／23～12／18	10／24～12／5	10／18～11／29	1／21～3／18	1／22～2／19	1／25～2／22
対象・定員	一般・25人	女性・30人（うち託児枠８人）	子をもつ親、予育てに関心がある方・30人	一般・20人（受講後、マイスターとして活動したい方）	一般・30人	一般・20人	概ね50歳以上・50人
費用 受講料	1,500円	―	1,200円	―	―	1,500円	900円
費用 教材費等	―	―	―	―	―	―	―
費用 託児費	―	700円	―	―	―	―	―
講座のあらまし	名古屋のまちなかには「パブリックアート」と呼ばれる多くの彫刻やモニュメントが設置されています。パブリックアートの作品や作者などについて学び、身近な芸術に触れることで、名古屋のまちに点在する芸術の魅力を感じてみませんか。	マンガや小説を、ジェンダーの視点で読み解き、身のまわりにある自分の思いや考えを伝える方法を学ぶことを通じて、さらに輝いた「私」を目指します。新しい自分の可能性を再発見して、男女共同参画社会の実現に向けて、新たな一歩を踏み出してみませんか。	この講座では、「カラー」をテーマに、親子のコミュニケーション術や絵本、ぬり絵、食事など様々な場面での、親と子の心を結ぶ方法を学びます。自分らしい子どもとの関わり方について、カラーをヒントに見つけてみませんか。	昭和区案内人クラブは、平成15年からガイド活動を始め、これまで数多くの方々に、区の魅力を案内してきました。昭和区の歴史や自然について学び、昭和ガイドマイスターとなって、仲間と一緒にまち歩きの案内役をして楽しみませんか。この講座は、「昭和区案内人クラブ」との協働による講座です。	人生には、さまざまな気づきがあります。その気づきは、時に人を大きく成長させます。この講座では、偏見や差別につながる自分の心理について学んだ上で、障がい者、LGBT、同和問題について取り上げ、気づきを大切にして、人権問題を自分のこととして考えます。さあ、あなたも、気づきの扉を開けてみませんか。	ちょっとしたきっかけから、生涯学習は始めることができます。様々な分野の学習を行うことで、その「ちょっとしたきっかけ」を見つけてみませんか。この講座は、「NPO法人生涯学習ネットワーク中部」との協働で行い、生涯学習を始めるきっかけとしていくことを目的としています。	世界でも有数の長寿国である日本。しかし、健康に生活できる期間である“健康寿命”と平均寿命には約10年の差があると言われています。いつまでも健康でいきいきと過ごすために、からだとこころのケアについて学び、日常生活の中で実践する力を身に付けましょう！
学習プログラム・講師（敬称略）	①10／15 **まちなかの芸術** ～「パブリックアート」ってなんだろう～ NPO公舅「美術を楽しもう」代表 辻村　とき子	①10／23【公開講座】**仕事も家庭も私らしく** ～母、記者、そして私～ フリージャーナリスト（元朝日新聞記者） 川村　真貴子	①10／24【公開講座】**心とこころが通い合う色使いのコツ** ～子育てにも役立つ色彩心理～ ファイン・メンタルカラー研究所　代表 藤本　梨恵子	①10／18 **歴史・自然の宝庫、昭和区** ～ガイドボランティアで見てきた魅力とガイドの楽しさ～ 昭和区案内人クラブ	①1／21 この回のみ10:30～12:30【公開講座】**私に限って、偏見なんて…** ～ハッと気づく、心理の扉を開けて～ 名古屋大学　情報学研究科　教授 唐沢　穣	①1／22 **山地難場歩き 日本伝承歩行法入門** 日本自然学校　専任講師 松井　駄柄	①1／25【現地学習】【公開講座】**からだの機能の変化と生活上の注意** 名古屋市立大学 看護学部　教授 薊　隆文
	②10／29【現地学習】**鶴舞公園を巡る** ～豊かな自然と「パブリックアート」～ 同　上	②10／30 **少年の世界、少女の世界** ～マンガから見えてきたもの～ 岐阜聖徳学園大学　非常勤講師 日本出版学会　理事 中川　裕美	②10／31 **心とこころで楽しむ絵本の世界** ～色彩感覚を育てるカラー絵本～ JPIC読書アドバイザー 伊藤　悦子	②10／25【現地学習】**御器所台地の魅力とは** ～豊かな歴史の地を訪ねて～ 同　上	②2／4 **車いす建築士の夢！** ～ハッと気づく、障がい者理解の扉を開けて～ 阿部建設株式会社　代表取締役社長 阿部　一雄	②1／29 **音楽活動** ～歌って、動いて、楽しもう～ 音楽活動家 安藤　昌子	②2／8【現地学習】**からだの健康づくり①** ～食生活のヒント～ 名古屋市立大学 看護学部　講師 小田嶋　裕輝
	③11／5【現地学習】**白川公園周辺を巡る** ～風景に溶け込む「パブリックアート」～ 同　上	③11／6 **近代小説から見た世界** ～女性らしさ？自分らしさ？～ 金城学院大学　文学部 日本語日本文化学科　教授 小松　史生子	③11／7 **心とこころを結ぶぬり絵の世界** ～子どもが選ぶカラーの心理～ 日本プロセラピスト協会　認定講師 佐々木　美和	③11／8【現地学習】**八事山興正寺の魅力を感じよう** ～古きよき時代に思いを馳せ～ 同　上	③2／18 **ありのままの自分でいたい！** ～ハッと気づく、“多様な性”の扉を開けて～ NPO法人 ASTA 共同代表理事 松岡　成子	③2／5 **はじめての川柳** 中日川柳会　相談役 木原　広志	③2／15【現地学習】**からだの健康づくり②** ～運動のヒント～ 名古屋市立大学 看護学部　准教授 原沢　優子
	④11／19【現地学習】**久屋大通公園を巡る** ～オアシス21と「パブリックアート」の融合～ 同　上	④11／13 **伝えよう！地域の魅力を世界の人々へ** ～あいち国際女性映画祭のイベントディレクターとして～ 金城学院大学　国際情報学部 国際情報学科 佐藤　久美	④11／21 **心とこころを結ぶ食事の世界** ～カラーを生かした食育～ フードカラーセラピスト 荒川　理恵	④11／15【現地学習】**鶴舞公園をじっくり散策しよう** ～昭和区が誇る都市公園を味わって～ 同　上	④3／4 **こんな背景があったんだ！** ～ハッと気づく、同和問題の歴史の扉を開けて～ 愛知教育大学　特任教員 玉田　弘	④2／12 **笑いヨガ** ～笑いは副作用のない万能薬～ ラフターヨガインターナショナル認定 ラフターヨガティーチャー 岡田　友佳子	④2／22【現地学習】**こころの健康づくり** ～ストレス対策のヒント～ 名古屋市立大学 看護学部　講師 小川　雅代
	⑤12／10 **身近な芸術を楽しむ** ～「パブリックアート」の魅力～ 同　上	⑤11／27 **写真で自分の思いを伝えたい** AS YOU WISH代表&フォトグラファー 島田　純子	⑤12／5 **親子の心とこころをつないで、カラフルな未来へつなげよう** ファイン・メンタルカラー研究所　代表 藤本　梨恵子	⑤11／22 **学んで楽しい伝えてもっと楽しい** ～ガイドに生かせる話あれこれ～ 同　上	⑤3／11 **私には無関係？！** ～ハッと気づく、同和問題の現状の扉を開けて～ 同　上	⑤2／19 **これからはじめる生涯学習** NPO法人生涯学習ネットワーク中部	e-ねっと+なごや eねっとなごや　検索 「親学」「なごや学」「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。
	託児を希望する方へ ・託児の対象となるのは講座初日（10/23）現在、満２歳以上の未就学児です。 ・受講が決定された方は、10/16（火）10:00～託児説明会を行いますので、ご参加ください。	⑥12／4 **SNSで自分の思いを伝えたい** 株式会社 絢成　代表取締役 丹羽　綾	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、ボランティア、グループ、会場等の情報を調べることができます。	○なごや学マイスター制度は、生涯学習センターで開催する「なごや学マイスター講座」を受講し、受講後に学習や活動を継続する方を「マイスター」として認定する制度です。			
		⑦12／18 **自分らしく輝くために** アット・ワンス株式会社　代表取締役 杉本　美晴					
会場	視聴覚室（第２～４回は現地学習）	視聴覚室（託児は第１集会室）	視聴覚室	視聴覚室（第２～４回は現地学習）	視聴覚室	視聴覚室（第４回は和室）	名古屋市立大学桜山キャンパス 看護学部棟（瑞穂区瑞穂町川澄１）

※ジェンダーとは社会的・文化的に形成された性別のことです。

主催事業のお知らせ

第38回　昭和生涯学習センターまつり

◇日　時：10月６日（土）9:45～17:00
　　10月７日（日）10:00～15:30
◇会　場：昭和生涯学習センター体育室、集会室等
◇内　容：昭和生涯学習センターや地域で自主的な活動をしているグループの皆さんの学習成果発表会です。

里山ふれあい体験会

◇日　時：11月17日（土）10:00～12:00
◇会　場：八事山興正寺公園（八事山興正寺五重塔前集合）
◇講　師：自然観察指導員　篠田　陽作
　　八事里山づくりの会会員ほか
◇内　容：自然観察会（小雨決行）、クラフト教室（雨天の場合、中止することがあります）
※事前申込不要・参加無料

【名古屋市教育スポーツ協会・生涯学習課共催】親子料理教室

親子で楽しくつくって、おいしく食べて、なごやの学校給食の魅力を味わってみませんか？ご長寿献立の「おぼろみそめん」と、「もやしのフレークあえ」をつくります。

◇日　時：平成30年11月10日（土）10:30～13:00
◇会　場：昭和生涯学習センター　料理室
◇講　師：名古屋市立小学校の栄養教諭
◇対　象：小学生１名とその保護者１名（２名１組）
◇費　用：１組1,000円
◇定　員：12組24名（定員を超えた場合は抽選）
◇申　込：往復はがき/電子申請サービス
◇献立名：おぼろみそめん、もやしのフレークあえ、キャロットみかんゼリー
◇アレルギー物質
［おぼろみそめん］ソフトめん（小麦）、牛肉（牛肉）、豚肉（豚肉）、棒はんぺい（大豆）、みそ（大豆）
［もやしのフレークあえ］まぐろの油漬（大豆）、しょうゆ（小麦・大豆）、酢（小麦）
※すべて小学校の給食で使用されている材料です。
◇持参品：全員：エプロン、三角巾、マスク、筆記用具
　　各組：ふきん（２枚）
◇締切り：10月5日（金）必着

生涯学習相談　お役に立ちたい、あなたのチャレンジに！　無料

相談場所：当センターロビー

☆“生きがい”探し　○ボランティアをしたい　○定年後は？
☆“楽しみ”探し　○趣味・レクリエーション
☆“仲間”探し　○学習グループの紹介
☆“資格”探し　○介護福祉関連　○パソコンｅｔｃ
☆講座案内　○公共施設・民間各種講座など

生涯学習に関する知識豊富なアドバイザーがあなたの「？」をお聴きし、必要なサポートをします。「悩み」や「疑問」をお気軽にお話し、自分に合った生涯学習をスタートしてみましょう。
＊日程については、センターへお問い合わせください。

【昭和区安心・安全で快適なまちづくり推進協議会共催】【トライアルウインター】親子でつくろう！ショウちゃんパン

◇日　時：12月８日（土）10:00～12:00
◇会　場：昭和生涯学習センター料理室
◇対象・定員：４歳～中学生の子どもとその親　合わせて12組・30名
　　（親１人に対して子ども２人まで）
◇講　師：手作りパンの会　中尾 晴美
◇内　容：親子でショウちゃんパンなどのパン作りをする
◇受講料：大人300円、小中学生150円、幼児無料
◇材料費：家族で700円
◇申込方法：往復はがきか電子申請サービス
◇締切り：11月６日（火）必着

子育てわいわいサロン

６か月以上２歳未満のお子さんをお持ちの方が親子で交流できる場です。
※事前申込不要・参加無料
◇開設日：毎月第１・３木曜日（祝日は休み）
◇時　間：10:00～11:30
◇会　場：昭和生涯学習センター第１・２和室
※奇数月第３木曜日には子育て相談を行っています。

本のひろば自遊らんど

子どもの本を借りたり、読んだり、手遊びや工作などしたり自由に遊べる広場です。
※事前申込不要・参加無料
◇開設日：毎週月曜日（祝日・第４月曜日は休み）
◇時　間：15:00～17:00
◇会　場：昭和生涯学習センターフクロウの部屋
※11:00～12:00あかちゃんらんど開設

各講座共通事項

■講師等の都合により、講座日程や学習プログラム等を変更する場合がありますので、予めご了承ください。
■講座では、毎回筆記用具をお持ち下さい。
■傷害保険の設定をしておりません。必要な方は、各自でご加入ください。
■手話通訳・要約筆記等による学習サポートを必要とされる方は、講座・事業実施日の２週間前までにご相談ください。
■講座を欠席される場合は、昭和生涯学習センターまでお知らせください。
■講座中の録画・録音・撮影等はお断りしています。また、資料の無断転用・複製等もできません。
○現地学習へは、当日の天候をもとに、動きやすい服装・履き物でご参加ください。また、飲み物もお持ち下さい。
○現地学習は、現地集合・現地解散となります。現地までの交通費や有料施設への入場料などは受講者の自己負担です。
○現地学習の集合場所へは、講座開始時間の10分ぐらい前を目安に、時間に余裕をもってお集まりください。
○荒天等により現地学習を中止・延期、開始時間変更または座学に変更となる場合があります。講座開始の２時間前を目安に決定しますので、昭和生涯学習センターまでお問い合わせください。