

公開講座のご案内

※当日、講座開始1時間前から先着順で整理券を配付します。整理券をお持ちでない方は入場できません。
 開場は講座開始30分前です。
 ※新型コロナウイルス感染症対策として、受講にあたっては、検温、手洗いを行ってください。また、発熱等の症状のある方、体調不良の方は参加できませんのでご了承ください。なお、講座の内容や感染状況等により、マスクの着用をお願いすることがあります。
 ※新型コロナウイルス感染症の状況により、定員を変更することがあります。詳しくは当センターのホームページや館内表示などによりお知らせします。

※事前申込は不要。どなたでも無料で参加できます。
 ※会場はすべて視聴覚室。定員55人（先着順）です。

メディアは“私たち”の声を届けられるか ～作品に込めた思い～

◆日時 5月15日(月) 10:00～12:00
 ◆講師 東海テレビ放送 繁澤 かおる
 ※前期主催講座(女性セミナー)わたしらしさをみつめ直してみませんか?～コツは「受け取る力」～の第1回を公開します。

多様な性の在り方について ～LGBTについての「情報」を入り口として～

◆日時 6月9日(金) 10:00～12:00
 ◆講師 愛知教育大学教育学部 准教授 樋口 亜瑞佐
 ※前期主催講座 偏見や差別のない社会のために～「情報」との付き合い方を考えてみませんか?～の第1回を公開します。

浄心寄席

事前申込不要・入場無料

日時 7月29日(土) 10:00～12:00 (9:30開場)
 会場 視聴覚室
 出演 社会人落語「楽語の会」
 対象・定員 どなたでも・55人
 ※当日、9:00から先着順で整理券を配付します。整理券をお持ちでない方は入場できません。
 ※新型コロナウイルス感染症の状況により、定員を変更することがあります。

生涯学習相談

生涯学習アドバイザーがボランティアグループの紹介や学びの情報提供をします。
 実施日 4月～12月に月1回程度、不定期
 (月初めに当センターまでお問い合わせください)
 会場 2階 ロビー
 費用 無料
 ☆どなたでもお気軽にご相談ください。

自主学習グループ開設講座

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	脳トレチャレンジ講座	優雅に人生を送るための心理学	合唱で楽しむ日本の歌・世界の歌
グループ名	脳トレチャレンジサロン	いちごの会	合唱団 音夢(ねむ)
曜日・時間	月/木 10:00～12:00	月 18:00～19:30	月 18:00～20:00
一口案内	物忘れ、認知症予防、「アレ、ソレ会話」もの忘れが気になる人に脳トレドリル、数字計算、間違い探し、新聞ちぎり絵他、また転倒予防運動、レクリエーションも楽しく行います。	私たちは人生を歩む上で様々な問題(ストレス・人間関係・職場の問題・欲求不満等)を抱えています。問題を解決するため、心理学を学び、優雅に人生を送っていきましょう。	日本そして世界の様々な歌を混声合唱で楽しんでみませんか。合唱初心者でも楽譜が読めなくても大丈夫。歌が好きな方ならどなたでも大歓迎です。1回だけでも参加OKです。
開催日	5/8 脳トレ 違い探し、ぬり絵、転倒予防運動	5/8 心の機能のお話し 6/12 やる気をくじかない心理学 7/10 悩める人の心理学	5/8 日本の唱歌(春から初夏)、世界の名歌、日本のフォークソング 7/10 日本の唱歌(初夏から夏)、世界の名歌、日本のフォークソング
内容	5/25 // 6/12 脳トレ 数字計算、新聞ちぎり絵、指体操 6/22 //		
会場	第3集会室	第2集会室	視聴覚室
対象・定員	どなたでも・15人	どなたでも・20人	どなたでも・30人
費用	各回500円	1,500円	無料
持ち物	筆記用具・色鉛筆・飲み物・マスク	筆記用具・ノート	筆記用具
申込	西生涯学習センターへお電話 (052) 532-1551または事務室窓口にて。		

NESPA 主催事業のご案内

(公財)名古屋市教育スポーツ協会=Nagoya-city Education and SPorts Association
 ※表紙の「申込方法」をご覧ください、「インターネット」または「往復はがき」でお申し込みください。

セカンドライフのマネープランと資産運用

安心してセカンドライフを送るために、これからの収入と支出について具体的にイメージし、今後のマネープランを立ててみませんか。
 日時 6月29日(木) 10:00～12:00
 会場 視聴覚室
 講師 金融・証券インストラクター 谷上 美保子
 対象・定員 一般(概ね60歳以上の方)・25人
 費用 受講料 500円
 締切日 5月25日(木) 必着

【まなクル浄心・西生涯学習センター共催】 夏休み子どもプログラミング体験講座

小学校では2020年度からプログラミング教育が必修化されました。夏休みの一日をプログラミングに取り組み、ゲーム感覚で論理的思考や創造性、問題解決能力を養いましょう。
 日時 8月28日(月) ①10:00～12:00 ②14:00～16:00
 ※①②とも同じ内容です。申込の際は①②のどちらを希望するか明記してください。どちらでもよい方は③と記入してください。
 会場 視聴覚室
 講師 まなクル浄心スタッフ
 対象・定員 小学3年生～6年生・①②各20人
 費用 受講料 250円
 締切日 7月20日(木) 必着

わくわく親子科学教室

ペットボトルを使った実験などを通して、科学の面白さを親子で学んでみませんか。
 日時 7月24日(月) 10:00～12:00
 会場 美術室
 講師 サイエンスインストラクター 舟橋 弘
 対象・定員 小学生とその保護者・10組20人
 費用 受講料 1組500円
 締切日 6月29日(木) 必着

あなたのパーソナルカラーを見つけませんか

パーソナルカラーとは、その人に似合う色のこと。人それぞれ個性が違うように、似合う色も異なります。自分に似合う色をつけて日々の生活に生かしてみませんか。
 日時 9月25日(月) 14:00～16:00
 会場 第2集会室
 講師 NPO法人日本パーソナルカラー協会 認定講師・アナリスト 森加 なつ美
 対象・定員 一般・12人
 費用 受講料 500円
 締切日 8月24日(木) 必着

【西区南部いきいき支援センター・西生涯学習センター共催】

この講座は、直接「西区南部いきいき支援センター」へ電話またはFAXでお申し込みください。
 TEL (052)532-9079/FAX (052)532-9020

も～やっこ体操サロン出張講座

普段は西区役所5階で定期開催している体操サロンです。脳と一緒にカラダも鍛え、より元気で明るい生活を送ることができるよう、みなさんと認知症予防に取り組みましょう。
 日時 5月26日(金) 13:30～15:30
 会場 西生涯学習センター 視聴覚室
 講師 はり師・きゅう師・コグニサイズ指導者 野呂 朋洋
 対象・定員 一般・30人
 費用 無料
 持ち物 動きやすい服装・靴、タオル、飲料水
 締切日 5月12日(金)

健康チェックを してみませんか?

身長・体重・血圧などのバイタルデータの測定や認知機能、運動機能の検査を行うことにより自分の健康度を知り、介護予防や健康づくりに生かしてみませんか。
 日時 6月22日(木) ①13:10～ ②14:10～ ③15:10～
 会場 西生涯学習センター 視聴覚室
 対象・定員 75歳以上の方・①②③各5人
 費用 無料
 持ち物 動きやすい服装・靴
 締切日 6月12日(月)

認知症サポーター養成講座

認知症の基礎知識や接し方について講義や映像で学びます。認知症を正しく理解し、困っている方を見かけたらさっと見守り、手助けする方が地域に増えることを願い開催します。
 日時 9月15日(金) 14:00～15:30
 会場 西生涯学習センター 第2集会室
 講師 西区キャラバンメイト 一般・30人
 対象・定員 一般・30人
 費用 無料
 持ち物 筆記用具
 締切日 9月13日(水)

★★★NESPA Day (自主開館日)のお知らせ★★★

名古屋市より指定管理者として、西生涯学習センターの施設の管理・運営を(公財)名古屋市教育スポーツ協会が行っております。当協会が管理する生涯学習センター(西、千種、北、中村、中、昭和、瑞穂、熱田、港、南、名東)においては、市民の皆様に一層の学習機会を提供するため、下記の通り自主開館日を予定しており、2か月前の利用調整からご予約が可能です。ぜひ、ご利用ください。

【開館日時】 7月～11月の第4月曜日 午前9時～午後5時
 【利用料金】 1区分1,000円 ※ただし、体育室と営利目的等でのご利用を除きます。

西生涯学習センター

令和5年度

前期講座のご案内



申込締切日 4月20日(木) 必着		講座名
曜日	時間帯	
月	午前	〈女性セミナー〉 わたしらしさをみつめ直してみませんか?～コツは「受け取る力」～ 託児付
水	午前	〈親学関連講座〉 2歳児親子でいっしょにニコニコっこり
木	午前	〈なごや学〉 名古屋駅と名古屋城をつなぐ旅 ～西区とその周辺の魅力を再発見～
木	午後	
金	午前	偏見や差別のない社会のために ～「情報」との付き合い方を考えてみませんか?～
申込締切日 7月20日(木) 必着		講座名
曜日	時間帯	
水	午前	ロコモについて知ろう ～心掛ける予防への意識とは～
金	午前	【名古屋文理大学短期大学部連携講座】 シニア世代の生活を賢く楽しく過ごすために
日	午後	障がい者ふれあい絵画教室 ～家族と一緒に表現する楽しさを味わおう～

ご注意いただきたいこと

○応募は、1講座につき1人(1組)1通(インターネットが往復はがきのいずれか)限り有効です。
 ○受講資格…名古屋市内に在住・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講座は、申込締切日の翌日以降、当センター事務室で受付を行います。
 ○申込結果は、申込締切日の翌日以降にメールまたは返信はがきでお知らせします。
 ○当選された方は、メールまたは返信はがきでお知らせする期日までに当センターで受講手続きをしてください。辞退される方はお早目に当センターまでご連絡ください。

○受講手続き後は、原則として受講料・教材費等の返金はできません。
 ○受講できるのは当選者ご本人に限ります。また、介助者を除き、受講者以外の方は同伴できません。
 ○傷害保険等は設定していません。必要な方は各自でご加入ください。
 ○手話通訳・要約筆記・ヒアリングループ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。
 ○視覚障がいのある方のために、講座案内の点字訳版を用意しています。ご希望の方は、当センターまでご連絡ください。この点字訳版は「点訳ボランティア・ふれいる」のご協力によるものです。

【新型コロナウイルス感染症対策として】

○受講にあたっては、検温、手洗いを行ってください。また、発熱等の症状のある方、体調不良の方は受講できませんのでご了承ください。
 ○講座の内容によっては、マスクの着用をお願いすることがあります。
 ○感染状況などにより、講座・事業の中止や定員の変更をすることがあります。

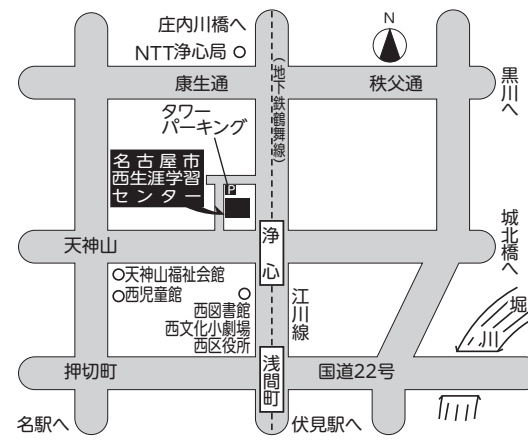
名古屋市西生涯学習センター

指定管理者：(公財)名古屋市教育スポーツ協会(NESPA)
 〒451-0061 名古屋市西区浄心一丁目1番45号
 NESPA TEL (052) 532-1551/FAX (052) 532-1552

Q 西生涯学習センター-NESPA 検索



〈開館時間〉 午前9時～午後9時 (日曜日・祝日・自主開館日は午後5時まで)
 〈休館日〉 第2水曜日・第4月曜日 ※ただし、7月～11月の第4月曜日は自主開館 年末年始(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



名古屋市西生涯学習センター 令和5年度 前期主催講座プログラム

※都合により、日程・講座の講師・内容等を変更する場合があります。

締切日	4月20日(木) 必着			
曜日	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日
講座名	〈女性セミナー〉 わたしらしさを みつめ直してみませんか? ～コツは「受け取る力」～	〈親学関連講座〉 2歳児親子でいっしょに ニコニコにっこり	〈なごや学〉 名古屋駅と名古屋城をつなぐ旅 ～西区とその周辺の魅力を再発見～	偏見や差別のない 社会のために ～「情報」との付き合い方を考えてみませんか?～
時間・回数	午前・7回 10:00～12:00	午前・5回 10:00～11:30	午前、午後・5回 10:00～12:00 (第5回のみ14:00～16:00)	午前・6回 10:00～12:00
対象・定員	女性・30人 (うち託児枠10人)	2歳児とその保護者・10組	一般・30人	一般・30人
費用	無料 託児は別途350円(おやつ代を含む)	受講料 1,500円	受講料 1,500円	無料
講座のあらまし	社会にはいろいろな情報があふれています。しかし、そこには男女の固定的な性別役割分担意識を助長する情報が含まれているかもしれません。そこで、本講座で、ジェンダーやメディアリテラシーの視点から、情報を受け取ることにについて考え、「わたしらしさ」についてみつめ直す機会にしませんか。	2歳児との関わり方について知り、遊びを通じた親子のコミュニケーションを学びます。子どもとともに成長していく楽しさや喜びを感じながら、親子のふれあいを深めましょう。	名古屋駅と城をつなぐエリアには魅力的なスポットが多くあります。本講座では、そんな魅力的なスポットを「名古屋駅と城をつなぐ旅」として散策します。西区とその周辺の魅力を再発見する旅に参加してみませんか。	本講座では、「情報」をキーワードに「性的少数者」「外国人」「ハンセン病患者等」「同和問題(部落差別)」の人権問題について学びます。偏見や差別のない社会をめざしていくための「情報」との付き合い方について一緒に考えてみませんか。
学習プログラム・講師(敬称略)	① 5/15 【公開講座】 メディアは“私たち”の声を届けられるか ～作品に込めた思い～ 東海テレビ放送 繁澤 かおる ※本講座受講者の方も先着順のご入場となります。	① 5/24 親子でいっしょにスキスキ！ スキンシップ おやこラボ 代表理事 小原 菜奈	① 5/11 名古屋駅周辺は魅力がいっぱい！ ～駅から始まる西区とその周辺の魅力～ 名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 林 浩一郎	① 6/9 【公開講座】 多様な性の在り方について ～LGBTについての「情報」を 入り口として～ 愛知教育大学教育学部 准教授 樋口 亜瑞佐 ※本講座受講者の方も先着順のご入場となります。
	② 5/29 CMに潜むジェンダー ～炎上や問題表現に潜むもの～ 愛知工科大学工学部 准教授 小林 直美	② 5/31 親子でいっしょにワクワク！ 製作あそび・読み聞かせ おやこラボ 代表理事 小原 菜奈	② 5/18 【現地学習】 四間道やその周辺を歩いてみよう 屋根神文化フォーラム	② 6/16 支援の活動からみえてきたこと ～外国人に対する「情報」を取り上げて～ NPO法人名古屋外国人共生支援協会 理事長 山崎 昌善
	③ 6/12 アンコンシャス・バイアスとは？ ～周りの情報からの思い込み～ 名古屋工業大学ダイバーシティ推進センター 准教授 加野 泉	③ 6/7 親子でいっしょにルンルン！ リズム遊び おやこラボ 代表理事 小原 菜奈	③ 5/25 【現地学習】 美濃路を歩いてみよう	③ 6/30 現在も残る偏見や差別 ～ハンセン病に対する 「情報」がもたらしたもの～ 日本福祉大学社会福祉学部 准教授 小林 洋司
	④ 6/19 情報にとらわれていませんか？ ～アニメのプリンセスたちの変化を追って～ 名古屋外国語大学現代国際学部 准教授 後藤 希望	④ 6/21 親子でいっしょにドンドン！ 体を動かそう♪ おやこラボ 代表理事 小原 菜奈	④ 6/1 【現地学習】 名古屋城、能楽堂周辺を歩いてみよう 名古屋城本丸御殿マイスターの会	④ 7/30 同和問題(部落差別)を もたらしたもの ～歴史的な背景から生じた「情報」～ 元愛知教育大学教職大学院 特任教授 山内 雅夫
	⑤ 7/3 絵本の中のジェンダー ～絵本から見えること～ ながわ創作えほん教室 主宰 中川 たかこ	⑤ 6/28 親子でいっしょにニコニコ！ 子どもの才能発見！ ◆対象の2歳児とは、講座初日(5月24日)現在で満2歳の幼児です。 ◆双子、三つ子でも受講いただけます。その場合も受講料は1組分です。 生涯学習Webナビなごや Webナビなごや 検索 生涯学習センターや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 「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」受講できます。	⑤ 6/8 ※14:00～16:00 旅を振り返るオリジナルマップを作成! ～西区とその周辺の魅力を再発見してみませんか～ 株式会社都市研究所スペースシア 代表取締役 浅野 健	⑤ 7/14 同和問題(部落差別)の現状 ～「情報」に潜む偏見や差別～ 元愛知教育大学教職大学院 特任教授 山内 雅夫
	⑥ 7/10 魅力を伝える多彩な言葉 ～「わたしらしさ」をみつめた先に～ 女性ライターチーム マムハイブ コピーライター はちが ゆか	⑥ 7/10 これからも「わたしらしさ」を大切に ～受け取る力を高めることで～ 名古屋外国語大学現代国際学部 准教授 後藤 希望	⑥ 7/21 偏見や差別のない社会に必要なこと ～「情報」を正しく判断する大切さ～ 名古屋市教育委員会人権教育室 主査	⑥ 7/21 偏見や差別のない社会に必要なこと ～「情報」を正しく判断する大切さ～ 名古屋市教育委員会人権教育室 主査
	⑦ 7/31 ※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。 託児について ◆対象は講座初日(5月15日)現在で満2歳以上の未就学児です。 ◆託児希望者は5月8日(月)午前10時より、第1・2和室で託児交流会を行いますので、親子でご参加ください。	⑦ 7/31 ※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。 託児について ◆対象は講座初日(5月15日)現在で満2歳以上の未就学児です。 ◆託児希望者は5月8日(月)午前10時より、第1・2和室で託児交流会を行いますので、親子でご参加ください。	⑦ 7/21 偏見や差別のない社会に必要なこと ～「情報」を正しく判断する大切さ～ 名古屋市教育委員会人権教育室 主査	⑦ 7/21 偏見や差別のない社会に必要なこと ～「情報」を正しく判断する大切さ～ 名古屋市教育委員会人権教育室 主査

7月20日(木) 必着		
水曜日	金曜日	日曜日
ロコモについて知ろう ～心掛ける予防への意識とは～ 午前・5回 10:00～12:00 (第4・5回は10:00～11:30) 一般・24人 受講料 1,500円	【名古屋文理大学短期大学部連携講座】 シニア世代の生活を賢く楽しく過ごすために 午前・5回 10:00～12:00 一般・30人 受講料 1,500円	障がい者ふれあい絵画教室 ～家族と一緒に表現する楽しさを味わおう～ 午後・5回 14:00～15:30 障がいのある方(概ね小学生以上)とその付き添いの方・8組 無料
筋肉や関節などの障害のために移動機能が低下した状態を「ロコモティブシンドローム(ロコモ)」といいます。ロコモを日頃から予防して、何歳になっても健康で元気な生活を続けられるようにしませんか。	シニア世代の生活を快適に楽しく過ごすためにはどうすればよいでしょうか。運動や食生活、世の中に普及したスマートフォンやお金について、本講座を通じて学びます。賢く楽しい生活について一緒に考えてみませんか。	本講座は、障がいのある方向けの絵画教室です。絵を描くことの楽しさを味わってみませんか。思い思いの表現を認め合って、家族や受講者の皆さんと楽しい時間を過ごしましょう。
① 8/16 知ることから予防をスタート 椋山女学園大学生生活科学部 教授 内藤 通孝	① 8/25 シニア世代の食事バランス・ 食中毒の防ぎ方 名古屋文理大学短期大学部 准教授 三浦 英雄	① 8/20 のびのびと線を描こう 日本表現派 同人 榊原 真美
② 8/23 骨粗しょう症とロコモの関係 椋山女学園大学生生活科学部 教授 内藤 通孝	② 9/1 健康なからだを維持するための 適切な運動 名古屋文理大学短期大学部 教授・食物栄養学科長 原田 隆	② 8/27 お気に入りの色で描こう 日本表現派 同人 榊原 真美
③ 8/30 食事でロコモに負けない 管理栄養士・健康運動指導士 加藤 靖恵	③ 9/8 健康的に食を楽しむ ～食事・間食の上手なとり方～ 名古屋文理大学短期大学部 助教 小濱 絵美	③ 9/3 好きなものを描こう 日本表現派 同人 榊原 真美
④ 9/20 身体を作ろうストレッチから ロコモ予防を始めよう あい・愛マインド 代表 加藤 利枝子	④ 9/15 スマホ社会とのつながりを広げよう 名古屋文理大学短期大学部 准教授 大崎 正幸	④ 9/10 みんなの絵も見てみよう 日本表現派 同人 榊原 真美
⑤ 9/27 普段の生活に体操を取り入れよう あい・愛マインド 代表 加藤 利枝子	⑤ 9/22 豊かで楽しい人生のために ～ファイナンスの基礎知識～ 名古屋文理大学短期大学部 学務部長 河田 貢	⑤ 9/17 これからも描くことを楽しもう 日本表現派 同人 榊原 真美
⑤ 9/27 普段の生活に体操を取り入れよう あい・愛マインド 代表 加藤 利枝子	⑤ 9/22 豊かで楽しい人生のために ～ファイナンスの基礎知識～ 名古屋文理大学短期大学部 学務部長 河田 貢	⑤ 9/17 これからも描くことを楽しもう 日本表現派 同人 榊原 真美
⑤ 9/27 普段の生活に体操を取り入れよう あい・愛マインド 代表 加藤 利枝子	⑤ 9/22 豊かで楽しい人生のために ～ファイナンスの基礎知識～ 名古屋文理大学短期大学部 学務部長 河田 貢	⑤ 9/17 これからも描くことを楽しもう 日本表現派 同人 榊原 真美

短期集中事業		初心者 対象
西パソコン広場		
事業名	文書作成ソフト入門講座 文章を作ってみよう!	
曜日・時間	火・10:00～11:30	
開催日・内容	8/22	文書作成ソフトの基本操作を覚えよう!
	8/29	簡単な文書を作ってみよう!
	9/5	文書を飾りつけよう!
会場	フクロウの部屋	
講師	西パソコンクラブ	
対象・定員	一般・9人	
費用	受講料 900円・教材費 300円	
申込	表紙の申込方法をご覧ください	
締切日	7月20日(木) 必着	

◆パソコンをお持ちでない方は当センター所有のパソコン(動作環境Word2010・2013/Windows10)を使わせていただきます。個人所有のパソコンを利用される方はマイクロソフト社のOffice Word2010以上が搭載されているパソコンをご持参ください。

環境デーなごや 2023	
環境学習講座	
生ごみ処理講習会 「アスパ」で生ごみを有機肥料に! ～使い方を学んで、ごみ減量～ 「アスパ」を無料配付し、使い方の講習をします。 日時 6月17日(土) 10:00～12:00 会場 第2集会室 講師 西アスパの会 対象・定員 どなたでも・30人 費用 無料 ※当日9:30より整理券を配付します。整理券をお持ちでない方は入場できません。	

紙で作ろう! 立体・生き物王国	
～新聞チラシでリサイクル工作～	
日時 7月22日(土) 14:00～16:00 会場 視聴覚室 講師 愛知県環境指導員 一般社団法人日本美術家連盟会員 平松 春夫	
対象・定員 小学生・27人 費用 無料 申込 表紙の申込方法をご覧ください。 締切日 6月29日(木) 必着	
	

◆障がいのある方とその付き添いの方の2人で1組とします。
◆費用は無料ですが、画用紙や描画に必要な道具は各自でご用意ください。