

自主学習グループ開設講座

本センターで活動するグループが主催する講座です。講座終了後も学習を続けたい方は、グループに入会することができます。受付日当日にお申込みください。受付日以降は、電話・窓口でお問い合わせください。

講座名	楽しい木彫り	
曜日	火曜日	
時間	午後	13:30～15:30
主催グループ	木彫りけやきの会	
講座紹介	手軽な小物を彫刻刀を使って、おしゃべりしながら、完成させましょう。	
日程と内容	11/17	図案
	12/1	木彫り
	12/15	木彫り 仕上げ
対象・定員	一般・5名	
会場	第2集会室	
費用	1,400円(材料費含む)	
初回の持ち物	筆記用具、彫刻刀	
受付	10月20日(火)13:30～第2集会室	

第35回地域生涯学習まつり 中止のお知らせ

10月31日(土)・11月1日(日)に開催予定の「第35回地域生涯学習まつり」は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、誠に残念ながら中止とさせていただきます。

初心者・初級者のためのパソコン相談会

パソコンの起動終了方法からワードやエクセルの操作方法まで簡単な質問にお答えします。ノートパソコン持参での参加も可能です。
※セキュリティの関係上、インターネットに接続することができません。また、USBメモリ等をセンターのパソコンで使用することもできませんのでご了承ください。

【日 時】〈1部〉13:30～14:20
〈2部〉14:30～15:20
(毎月第3水曜日)
11/18、12/16、1/20、2/17、3/17

【対 象】パソコン初心者・初級者
【定 員】1部：7名 2部：7名
【相談員】中村パソコン支援ボランティア「ビット」会員
【会場】第2集会室
【申込】1部、2部とも当日13:15までに窓口で受付。ただし、13:15に定員(各回7名)を超えていた場合は抽選。
【費用】無料

子育て・ほっと・ひろば

交流・仲間づくり・子育てについての相談ができます。お気軽にご参加ください。

【日 時】10:00～12:00(毎月第3水曜日)
11/18、12/16、1/20、2/17、3/17

【対 象】乳幼児とその保護者 **【定 員】**4組
【相談員】子育て支援グループ「のびのびっ子」会員
【会場】第1・2和室
【申込】当日(先着順)
【費用】無料

第14回 自主学習グループ春の発表会

中村生涯学習センターで活動する自主学習グループが中心となり、コーラスやオペラ、朗読、舞踊、子どものダンスなどの発表会を行います。発表を見て、生涯学習に関心をもつきっかけにしませんか。
※新型コロナウイルス感染拡大防止等により、やむを得ず中止になる場合があります。

【日 時】2月20日(土)13:00～16:00
【対 象】どなたでも
【定 員】175名
【会場】中村文化小劇場
【費用】無料

おもちゃ図書館

乳幼児や小学生(保護者含む)がおもちゃで遊んだり、おもちゃを借りたりすることができます。(無料)

【日 時】10:00～14:00
(毎月第2土曜日)
12/12
1/9
2/13
3/13
【会場】第1集会室

行政書士による無料相談会

遺言・相続、各種契約、不動産関係、会計帳簿などの書類作成に関する相談ができます。

【日 時】13:00～16:00
(毎月第3火曜日)
11/17、12/15
1/19、2/16、3/16

【会場】フクロウの部屋
【費用】無料
【問合せ】愛知県行政書士会名古屋支部
TEL:451-2628
FAX:462-1438

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を提供します。

【実施日】月に1回程度、不定期
(詳しくはセンターまでお問い合わせください。)

【会場】ロビー
【費用】無料

文字入力ができる人のパソコン体験広場 ～パソコンで年賀状を作ってみよう～

初級者を対象に、文字入力、書式設定、画像の挿入・加工など、文書作成ソフト(ワード)で使用される機能を取り入れて、基本操作を身に付けたり、年賀状を作成したりします。(全2回)※セキュリティの関係上、インターネット接続はできませんので、ご了承ください。

【日 時】①11月16日(月) 年賀状のイラストを作ってみよう
②11月30日(月) 年賀状を印刷してみよう
午前の部 10:00～12:00
午後の部 13:30～15:30

【対 象】一般(文字入力ができ、パソコンを持参できる人)
【定 員】各回7名
【費 用】600円
【申込】「往復はがき」または「電子申請」
【締 切】10月20日(火)(必着)

【講師】中村パソコン支援ボランティア「ビット」会員
【会場】第3集会室

◆こちらの講座は、パソコンを持ち込んでいただける方のみ受け付けます。

NESPA 主催事業 (名古屋市教育スポーツ協会)

◆締切があるものは、表紙面の「申込方法等について」をご参考に往復はがき、またはインターネットでお申し込みください。

楽しく生前整理!

～思い出のものを大切に～

物・心・情報の整理をして、気持ちを「スッキリ!」していませんか? 片づけの「コツ」を学んで、楽しく整理!

日 時:11月17日(火) 10:00～11:30
講 師:(一社)生前整理普及協会 生前整理アドバイザー 竹内 政子
対 象:一般 **定 員:**18名
費 用:500円
締 切:11/3(火) 必着

冬の寄せ植え教室

～お正月を華やかに～

お花が好きな方・これからガーデニングを始める方、可愛い寄せ植えを作ってみませんか? テーマはお正月です!可愛く作ってお正月を華やかに!

日 時:12月18日(金) 10:00～12:00
講 師:寄せ植えづくり代表 河合 隆一
対 象:一般 **定 員:**10名
費 用:2,000円(材料費含む) **締 切:**12/4(金) 必着

勾玉づくり

～古代アクセサリーを作ろう!～

古代の宝石について学んで、自分だけの古代アクセサリーを作ってみましょう!

日 時:11月23日(月・祝) 10:30～12:00
講 師:歴史の里マイスターの会
対 象:小学生 **定 員:**15名
費 用:350円 **締 切:**11/9(月) 必着
(講座中の付き添いについて)
新型コロナウイルス感染拡大防止のため、部屋の定員人数を制限しています。講座中の付き添いに関しては、ご遠慮いただきますようお願いいたします。

古墳のおはなし(初心者向け)

～古墳の楽しみ方愛知県にも古墳があるよ～

大阪の百舌鳥・古市古墳群が世界文化遺産に登録され、古墳ブームがおきています。古墳とは何か。古墳めぐりの楽しみ方、愛知県尾張地区の古墳の紹介をします。古墳の形や副葬品のお話、伝説・伝承について、立地の意味などの簡単なお話です。

日 時:12月5日(土) 10:00～12:00
講 師:歴史の里マイスターの会
対 象:一般 **定 員:**12名
費 用:500円 **締 切:**11/13(金) 必着

親子科学工作教室

科学工作を体験してみませんか?ものづくりを通して、親子の絆を深めましょう!「水陸両用車」と「紙筒を飛ばそう」を作ってみましょう!

日 時:1月24日(日) 10:00～12:00
講 師:名古屋科学館ものづくりボランティア
対 象:小学生とその保護者
定 員:10組(20名)
費 用:親子1組につき1,250円(材料費含む)
締 切:12/23(水) 必着

親子で似顔絵♪

～バレンタインに贈ってみよう～

似顔絵を描いて、バレンタインのプレゼントにしてみませんか?描き方の「コツ」を学んで、楽しく描いてみましょう!

日 時:2月13日(土) 10:00～12:00
講 師:似顔絵ナオキ会 深江 淳一
対 象:小学3年生～中学3年生とその保護者
定 員:10組(20名)
費 用:親子1組につき750円
締 切:1/26(火) 必着

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、中村生涯学習センターの施設・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、下記の自主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

令和2年度 中村生涯学習センター 後期講座のご案内

受講資格 市内在住または在勤・在学の方で、講座ごとに定める対象者。
 お知らせ 講座によって締切日が異なります。お確かめの上、お申し込みください。定員に満たなかった講座は、センターの事務室で随時受け付けます。

申込締切日 10月20日(火)必着	
曜日	講座名
火 午前	一人ひとりが誇りをもって生きるために～思いにふれて 人権問題を考えましょう～
水 午前	〈なごや学〉【中村・西生涯学習センター連携講座】「名駅」から出発!なごやの魅力巡り
金 午前	〈親学関連講座〉あかちゃんと私～0歳児とにっこり～
申込締切日 12月3日(木)必着	
火 午前	〈女性セミナー〉【託児付】これからの私のための7days～コミュニケーションで広がる私の世界～
水 午前	〈なごや学マイスター講座〉歩いて発見!見て感動!中村区の魅力を発信～「中村まち歩きマイスター」となって活動しませんか～
金 午前	【同朋大学共催】なごや・なかむら学～郷土の武将 加藤清正～
申込締切日 2月4日(木)必着	
木 午前	【愛知大学共催】映画の楽しみ方～映画を楽しむには、原作を読んでおく必要があるか～

インターネットで学びませんか?

生涯学習「なごや学」
「現代の課題」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。

「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。

名古屋市中村生涯学習センター

〒453-0044 中村区鳥居通 3-1-3
TEL(052)471-8121・FAX(052)471-8122
指定管理者:(公財)名古屋市教育スポーツ協会(NESPA)

<開館時間>
午前9時～午後9時
(日曜祝日・自主開館日は午後5時まで)

<交通機関>
●地下鉄東山線
「本陣」駅下車4番出口より南西(中村日赤方面)へ約300m
「中村日赤」駅下車2番出口より北東(本陣方面)へ約400m

<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)

●市バス
〔名駅25・名駅29・中村巡回系統〕
〔本陣〕下車南西へ約300m
〔中村巡回系統〕鳥居通2丁目下車すぐ正面
〔名駅25・中村巡回系統〕
鳥居通3丁目下車北東へ約400m

申込方法等について

【申込方法】「往復はがき」か「インターネット」のいずれかでお申し込みください。
1講座につき、1人1通のみ有効です。

●往復はがきによる申込方法
・往復はがきで、1枚につき1講座ずつお申し込みください。
・下記の内容をご記入の上、中村生涯学習センターへお送りください。

〈返信用表面〉	〈返信用裏面〉
<p>63 返信 中村生涯学習センター 行1三</p>	<p>63 返信 あな なた の 住 所 の 氏 名</p> <p>何も記入しないでください。</p>

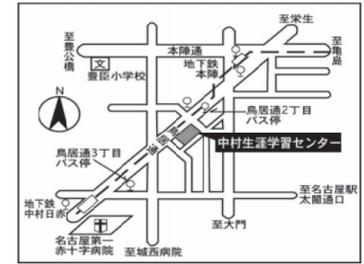
⑥その他について

- ・「親学関連講座」あかちゃんと私」を希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・生年月日をご記入ください。
- ・「女性セミナー」これからの私のための7days」で託児を希望する方は、お子さんの氏名・ふりがな・生年月日をご記入ください。
- ・親子で参加する事業を希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・学年をご記入ください。
- ・市外にお住まいの方は、勤務先または通学先の所在地の区名をご記入ください。

●インターネットによる申込方法
名古屋市電子申請サービス をクリック

→「主催者からさがす」→「生涯学習施設」
→「中村生涯学習センター」の順にクリック

【締め切り】「往復はがき」「インターネット」どちらの申し込みも、各講座で指定された締切日<必着>です。
【抽 選】応募者が定員を超えた場合には、締切日の翌日に抽選をします。
【抽選結果】抽選日以降に、往復はがきによるお申し込みの方は返信用はがきにてお知らせします。また、インターネットによるお申し込みの方は、メールにてお知らせします。



おねがい 駐車台数に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください

【中村・西生涯学習センター連携講座】

曜 日	火・午前	水・午前	金・午前	
申 込 締 切	10月20日(火) までに往復はがき・インターネットで申し込み			
講 座 名	一人ひとりが誇りを もって生きるために ～思いにふれて 人権問題を考えましょう～	〈なごや学〉 「名駅」から出発！ なごやの魅力巡り	〈親学関連講座〉 あかちゃんと私 ～0歳児とにっこり～	
ミニガイド	私たちの社会には、差別や偏見を恐れ、ありのままに生きられない人が少なからずいます。それはなぜでしょうか。「ハンセン病患者等」「性的少数者」「同和問題（部落差別）」に関わる人権問題について、当事者の皆さんの思いにふれながら考えていきます。一人ひとりが誇りをもって生きるために必要なこと、一緒に見つけてみませんか。	リニア開通に向けて、目まぐるしく発展している名駅地区。本講座では、そんな名駅の歴史について学んだり、名駅周辺をまち歩きしたりすることで、中村区と西区の魅力を再発見します。一緒に学んで、なごやの魅力を感じてみませんか。	本講座は、0歳児とその親を対象とした講座とし、歌いかけや語りかけ、絵本、ベビーマッサージの活動を通して、0歳児の子どもの特性や子どもとの接し方を学びます。受講者同士で情報交換をしたり、託児ボランティアから子育てのアドバイスを聞いたりすることで、親としての子育ての不安や悩みをやわらげませんか。	
時 間	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～11:30)	
期間(回数)	11/17～12/22 (5回)	11/18～12/23 (5回)	11/20～12/18 (5回)	
対 象 ・ 定 員	一般・20名	一般・各区10名ずつ	0歳児とその保護者・5組	
受 講 料	無料	1,500円	1,500円	
教 材 費 等	—	交通費別途自己負担	—	
学 習 プ ロ グ ラ ム ・ 講 師 (敬称略)	① 11/17	【公開講座】 ハンセン病問題から学ぶこと 国立ハンセン病資料館事業部社会啓発課 課長 大高 俊一郎	① 11/18	会場は西生涯学習センター 名駅今昔物語 ～那古野・名古屋駅東部の生い立ちを知る～ 郷土愛好家 熱田 三六
	② 11/24	「[フツウ]に暮らす幸せ」を ～性的少数者の思いや願い～ NPO法人ASTA 共同代表理事 松岡 成子	② 11/25	【現地学習】 名駅東部を歩いてみよう ものづくり文化の道マイスターの会
	③ 12/8	故郷に胸を張れる社会に① ～同和問題（部落差別）、 いわれなき差別と理不尽さ～ 元愛知教育大学教職大学院 特任教授 山内 雅夫	③ 12/2	【現地学習】 四間道、円頓寺周辺を 歩いてみよう ものづくり文化の道マイスターの会
	④ 12/15	故郷に胸を張れる社会に② ～同和問題（部落差別）の無い 未来をめざして～ 元愛知教育大学教職大学院 特任教授 山内 雅夫	④ 12/16	【現地学習】 駅西からささしまライブ、 笠瀬川筋を歩いてみよう 中村まち歩きの会
	⑤ 12/22	一人ひとりが誇りをもって 生きる社会をめざして ～いま 私たちができること～ 名古屋市教育委員会人権教育室主査 林 浩一郎	⑤ 12/23	会場は中村生涯学習センター 名駅はどう変わる？ ～駅からはじまるなごやの未来～ 名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 中村・西両センターへの重複申し込みはできません。
会 場	視聴覚室	第1回は西生涯学習センター（視聴覚室）、第2～4回は現地学習、第5回は中村生涯学習センター（視聴覚室）	第1・2和室	

※すべての講座において、傷害保険等の設定はしておりませんので、ご注意ください。必要な方は各自でお入りください。
 ※受講手続き後は、原則として講座の申し込み契約を解除できません。一度納められた受講料・教材費は返してできません。
 ※講座受講の権利は、他の方に譲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。

託 児 付 講 座

火・午前	水・午前	金・午前
12月3日(木) までに往復はがき・インターネットで申し込み		
〈女性セミナー〉 これからの私のための7 days ～コミュニケーションで広がる私の世界～	〈なごや学マイスター講座〉 歩いて発見！見て感動！中村区の魅力を発信 ～「中村まち歩きマイスター」となって活動しませんか～	なごや・なかむら学 ～郷土の武将 加藤清正～
共に学ぶ7 days から、私の世界を広げてみましょう。自分らしく輝いて生きる女性の姿にふれたり、コミュニケーションについて学んだりすることを通して、自分自身の生き方を考えるきっかけにしませんか。	中村区には様々な史跡や名所があります。本講座は、ボランティアガイドの案内を聞きながら、中村区の史跡や名所を巡ります。講座で学んだこと、感じた魅力をマイスターになって伝えてみませんか。本講座は、中村まち歩きマイスターの会と協働して企画・運営する講座です。	郷土の武将として有名な加藤清正の生涯について、古文書史料を読み解きながら学びます。今回は朝鮮出兵（文禄・慶長の役）を中心にとりあげます。
午前(10:00～12:00)	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～11:30)
1/19～3/16 (7回)	1/20～3/3 (6回)	1/22～2/12 (4回)
女性・24名(うち託児コース6名)	一般(受講後、マイスターとして活動できる方)・24名	一般・20名
無料	無料	1,200円
託児費用は別途490円		
① 1/19	① 1/20	① 1/22
Day1 “これからの私”に必要なこと ～言葉は心～ 株式会社丹野みどりアナウンス事務所 丹野 みどり	「なごやめし」を食べ歩いて 知る街の魅力 フリーライター 大竹 敏之	【現地学習】 加藤清正の前半生、豊臣政権の 朝鮮出兵とは 同朋大学教授 安藤 弥
② 1/26	② 1/27	② 1/29
Day2 社会とつながる私 ～「女性の社会参画」って？～ 元名古屋工業大学大学院「ナゴヤ」推進センター特任准教授 NPO法人ウィメンズボイス理事 乙部 由子	中村区の魅力とすばらしさ ～マイスターの活動と中村区の見所～ 中村まち歩きマイスターの会	文禄の役における 加藤清正(1) 同朋大学教授 安藤 弥
③ 2/9	③ 2/3	③ 2/5
Day3 “私らしさ”を生かしましょう！ ～見つめて気付く“私らしさ”～ カウンセリಂಗールーム Your Place 代表カウンセラー 安江 朱里	【現地学習】 秀吉・清正の生誕地、中村区 ～中村公園界隈～ 中村まち歩きマイスターの会	文禄の役における 加藤清正(2) 同朋大学教授 安藤 弥
④ 2/16	④ 2/17	④ 2/12
Day4 私らしくコミュニケーション ～コーチングでスキルアップ！～ コーチングコミュニケーションズ代表 鷺津 夕夏子	【現地学習】 家光の足跡をたどる佐屋街道 ～烏森・高須賀の往時を歩く～ 中村まち歩きマイスターの会	【現地学習】 文禄の役における 加藤清正(2) 同朋大学教授 安藤 弥
⑤ 3/2	⑤ 3/24	⑤ 3/3
Day5 アサーティブ・コミュニケーションで輝く私に ～自分の思いを気持ちよく伝えましょう～ 株式会社 NCRD 代表 鈴木 佳代子	【現地学習】 名駅東から堀川界隈の魅力 中村まち歩きマイスターの会	【現地学習】 慶長の役における加藤清正 同朋大学教授 安藤 弥
⑥ 3/9	⑥ 3/3	⑥ 3/3
Day6 広がる私の世界 ～ワーク・ライフ・バランスを大切に～ 名古屋市長立大学男女共同参画推進センター ワーク・ライフ・バランス相談員 木下 薫	伝えよう！わがまち 中村の魅力 ～マイスターとなって活動しよう～ 中村まち歩きマイスターの会	【現地学習】 慶長の役における加藤清正 同朋大学教授 安藤 弥
⑦ 3/16	⑦ 3/16	⑦ 3/12
Day7 これからの私をイメージ ～コミュニケーションを通じたつながり～ 名古屋市長立大学男女共同参画推進センター ワーク・ライフ・バランス相談員 木下 薫	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。	【現地学習】 慶長の役における加藤清正 同朋大学教授 安藤 弥
視聴覚室	第1・2・6回は視聴覚室 第3～5回は現地学習	第1・3・4回は同朋大学 第2回は視聴覚室

※手話通訳、要約筆記など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。
 ※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。
 ※「一般」とは、15歳以上(中学生を除く)の方です。

【愛知大学共催】

木・午前
2月4日(木) までに 往復はがき・インターネットで申し込み
映画の楽しみ方 ～映画を楽しむには、原作を 読んでおく必要があるか～
映画には、多くの「原作もの」があります。小説などの物語を映画に「翻案(アダプテーション)」した作品をいいますが、実をいえば、この「翻案」は古代ギリシア・ローマから見られるのです。今回の連続講座では、「映画を楽しむには原作を読んでおく必要があるか？」をテーマに、色々な文学作品を取り上げながら、映画作品との比較・考察を行ってみたいと思います。
午前(10:00～11:30)
3/11～3/25 (3回)
一般・24名
900円
① 3/11
【現地学習】 加藤清正の前半生、豊臣政権の 朝鮮出兵とは 愛知大学 国際コミュニケーション学部 国際教養学科学科長 教授 永田 道弘
② 3/18
フランス小説を読む・観る① 愛知大学 国際コミュニケーション学部 国際教養学科学科長 教授 永田 道弘
③ 3/25
フランス小説を読む・観る② 愛知大学 国際コミュニケーション学部 国際教養学科学科長 教授 永田 道弘
視聴覚室

※新型コロナウイルス感染症対策として、講座・事業の定員を減らして開催します。
 ※受講にあたっては、感染症対策としてマスクの着用、検温、手洗いを行ってください。発熱のある方、体調不良の方は受講できませんのでご了承ください。

公開講座のご案内

入場無料
申し込み不要

◎会場 視聴覚室 (30分前に開場します)
 ◎定員 24名 (当日先着順)
 ・当日は、講座開始1時間前から先着順で整理券を配布します。整理券をお持ちでない方は入場できませんのでご了承ください。

ハンセン病問題から学ぶこと

【日 時】11月17日(火) 午前10:00～12:00
 【講 師】国立ハンセン病資料館事業部社会啓発課 課長 大高 俊一郎
 【対 象】どなたでも

※「一人ひとりが誇りをもって生きるために ～思いにふれて人権問題を考えましよう～」の第1回を公開します。

〈なごや環境大学共催講座〉

入場無料
申し込み不要

◎会場 視聴覚室 (30分前に開場します)
 ◎定員 24名 (当日先着順)
 ・当日は、講座開始1時間前から先着順で整理券を配布します。整理券をお持ちでない方は入場できませんのでご了承ください。

火山噴火と大気環境

日本には火山が多く存在しています。2014年9月の御嶽山の噴火では大きな被害が出ました。最先端の火山研究から、これまでの火山噴火の被害や大気環境等への影響、予知への取り組み、御嶽山などの日本の火山の状況について学び、火山噴火と大気環境について考える機会とさせません。

【日 時】令和3年2月6日(土) 午前10:00～12:00
 【講 師】名古屋大学大学院環境学研究科附属地震火山研究センター 教授 山岡 耕春
 【対 象】どなたでも

〈親学関連講座 幼児教育講演会〉

キッチンからはじまる家族の絆

【日 時】令和3年3月23日(火)
 午前10:30～12:00(午前10:00開場予定)

【講 師】料理研究家 コウケンテツ

【会 場】イーブルなごや・ホール

【定 員】160名(託児20名) 【対 象】どなたでも

【受講料】無料

【申 込】電子申請または往復はがきにて。2月26日(金) 締切・必着
 ※①希望講座名 ②氏名 ③ふりがな ④年代 ⑤住所 ⑥連絡先(電話番号等) ⑦託児希望者はお子さんの名前(ふりがな)・生年月日
 ※返信(表面)には、返信先の住所、氏名をご記入ください。
 【送付先】〒461-0001 名古屋市長立区泉1-1-4 名古屋市教育館6F 名古屋市教育委員会生涯学習課(分室)

【託 児】3月23日現在、生後6カ月から就学前のお子さん。(託児費50円)
 ※保護者向けのお話です。託児対象のお子さんは託児をご利用ください。



・新型コロナウイルス感染症対策として、講座・事業の定員を減らして開催します。
 ・受講にあたっては、感染症対策としてマスクの着用、検温、手洗いを行ってください。発熱のある方、体調不良の方は受講できませんのでご了承ください。