

自主学習グループ開設講座

当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。
受付締切日以降は、電話・窓口でお問い合わせください。 ※市外在住の方も申込みできます。

講 座 名	オレンジ脳活サロン		PowerPoint で動画を作ってみよう	
曜 日	月曜日	金曜日	月曜日	
時 間	10:00～11:30	13:30～15:00	13:30～15:30	
主催グループ	オレンジ脳活サロン		中村パソコン支援ボランティア「ビット」	
講座紹介	認知症予防、アレ・ソレ会話、物忘れが気になる人に！脳活プリント、パズル、新聞ちぎり絵、転倒防止体操などをを行います。初心者大歓迎。1回のみでもOKです。		パワーポイントの使い方からはじめて、スライドにアニメを加えてアルバムを作成し、最後に動画ファイルを作りましょう。	
日程と内容	5/15	脳活プリント ジグソーパズル作り	6/29	PowerPointの使い方
	5/18	脳活プリント ジグソーパズル作り		
	6/15	脳活プリント 切り絵	7/6	アルバムを作ってみよう
	6/19	脳活プリント 切り絵		
	7/17	脳活プリント めり絵	7/13	動画を作ってみよう
対象・定員	どなたでも・15人		文字入力ができる方・12人	
会 場	第3集会室		第2集会室	
費 用	各回 500 円（教材費含む）		2,500 円（3回分・教材費含む）	
初回の持ち物	筆記用具、水分補給用飲料		PowerPointが入ったノートパソコン、筆記用具	
受 付	窓口(実施日の5日前まで)もしくは毎回会場にて受付		6月8日(月)13:00～14:00 ロビーにて受付	

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】 4月～3月、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 ※どなたでも相談できます。

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に関する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、USB メモリ等をセンターのパソコンで使用することはできませんのでご了承ください。
【日 時】 4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16(毎月第3水曜日)
〈第1部〉13:30～14:20 〈第2部〉14:30～15:20
【対 象】 パソコン初心者・初級者
【会 場】 第2集会室
【定 員】 第1部：6人 第2部：6人
【講 師】 中村パソコン支援ボランティア「ビット」
【申 込】 当日 13:15 までに窓口で受付。ただし、13:15 に定員（各回6人）を超えていた場合は応相談。

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。
【日 時】 4/11、5/9、6/13、7/11、9/12 ※8月はお休み。
（毎月第2土曜日）
10:00～14:00
【対 象】 乳幼児や小学生（保護者を含む）
【会 場】 第1集会室

費用無料 お気軽にご参加ください。

【なごやか市民教室】※市外在住の方も申込みできます。

中高年のメイクアップ講座

日常生活の中に輝きを！ほんの少しお手入れするだけで自信のもてる顔になります。メイクのコツについて学びます。

日 時：7月15日・22日・29日 水曜日 10:00～11:30
対 象：一般
定 員：20 人
受講料：1,500 円（3 回分）
教材費：500 円（3 回分）
講 師：村林 美佐子
会 場：第2集会室
申 込：「往復はがき」または「インターネット」
締 切：6月11日（木）〈必着〉
※参加人数が定員に満たない場合には、開講しないことがあります。ご了承ください。

3 回連続
講座



日 時：7月15日・22日・29日 水曜日 10:00～11:30
対 象：一般
定 員：20 人
受講料：1,500 円（3 回分）
教材費：500 円（3 回分）
講 師：村林 美佐子
会 場：第2集会室
申 込：「往復はがき」または「インターネット」
締 切：6月11日（木）〈必着〉
※参加人数が定員に満たない場合には、開講しないことがあります。ご了承ください。

※参加人数が定員に満たない場合には、開講しないことがあります。ご了承ください。

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ついて無料で相談ができます。

【日 時】 4/21、5/19、6/16、7/21、8/18、9/15
（毎月第3火曜日）
13:00～16:00
【会 場】 フクロウの部屋
【問合せ】 愛知県行政書士会名古屋支部
相談受付ダイヤル
TEL：(052)990-2580



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。

親子科学工作教室

親子で工作にチャレンジして、楽しく科学について学んでみよう！
「ピョンピョンうさぎの親子」と「ペンギンくん」の2つの作品を作ります！

日 時：7月18日（土）
10：00～12：00
会 場：視聴覚室
講 師：名古屋市科学館
ものづくりボランティア
対 象：小学生とその保護者
定 員：15組 30 人
受講料：1 組につき 750 円
教材費：1 組につき 500 円
締 切：6月16日（火）必着



ピョンピョンうさぎの親子



写真はイメージです

はじめての断捨離®

断捨離は捨てるだけではありません。
何がもったいないのかを学びスッキリした安心安全なお家になませんか？

日 時：9月5日（土） 10：00～12：00
会 場：視聴覚室
講 師：やましたひでこ公認 断捨離® トレーナー
むらやま ちかこ
対 象：一般
定 員：20 人
受講料：500 円
締 切：8月3日（月）必着



参加型健康セミナー

～骨・腸のお話～

いつまでも楽しく元気に過ごせるよう、健康寿命を延ばすための大事な2つのテーマ「骨と腸」にスポットを当てて、普段なかなか聞けないちょっと嬉しいお役立ち情報をおとどけします。ロコモ度チェックの体験も行います！

日 時：9月28日（月） 10：00～11：30
会 場：視聴覚室
講 師：森永乳業（株）・（株）ニシムラネットワークサービス
対 象：一般
定 員：20 人
費 用：無料
締 切：8月25日（火）必着



水引を使った小物づくり体験

お祝い事や贈り物に使われる水引を、可愛い小物にアレンジします。

日 時：7月29日（水） 10：00～12：00
会 場：第3集会室
講 師：一般社団法人日本おくりものクリエイティブ協会
代表理事 青木 直美
対 象：中学生以上
定 員：20 人
受講料：500 円
教材費：800 円
締 切：6月23日（火）必着



写真はイメージです

中国紅茶でティータイム♪

～元祖から最先端へ、

中国紅茶の変遷を味わおう～

ラブサンスーチョンをルーツとする中国紅茶。かつては輸出用でしたが現代では自国向けに高級化が進んでいます。時代の移り変わりによる変化と産地の拡大をテイスティングしながら辿ります。

日 時：9月10日（木） 10：00～12：00
会 場：第3集会室
講 師：ティーサークル叶香
吉田 久美子
対 象：一般
定 員：16 人
受講料：500 円
教材費：900 円（茶菓子付き）
締 切：8月20日（木）必着



写真はイメージです

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。当協会では、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】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。

令和8年度 中村生涯学習センター



前期講座のご案内



□ 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先着順に受け付けます。

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通につき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。

《往信用表面》	《返信用裏面》	《返信用表面》	《往信用裏面》
85 往復 中村生涯学習センター 行	85 返信 何も記入しないでください。	85 返信 あなたの住所 あなたの氏名	85 返信 ①希望講座名 ②氏名・ふりがな ③郵便番号・住所 ④電話番号 ⑤年齢 ⑥その他

⑥その他について
・〔〈女性セミナー〉 私らしくいるためのメディアとの付き合い方【託児付】〕で託児をご希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・生年月日をご記入ください。
・親子で参加する事業をご希望の方は、お子さんの氏名・ふりがな・年齢または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 **【検索】** をクリック
→ 名古屋市公式ウェブサイトのリンクをクリック
→ 電子申請サービスのトップページの検索欄に「中村生涯学習センター」と入力し検索
→ ご希望の講座・事業を選択



電子申請サービスURL

【締切切り】「往復はがき」「インターネット」どちらのお申込も、各講座で指定された締切日〈必着〉です。

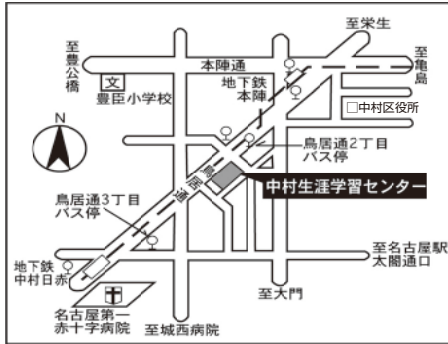
【抽 選】応募者が定員を超えた場合には、締切日の翌日に抽選をします。

【抽選結果】抽選日以降に、往復はがきによるお申込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込の方は、メールにてお知らせします。

<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



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

託児付講座																							
曜 日		水		金		土		火		月		木		金									
申 込 締 切		4月23日(木) までに 往復はがき・インターネットで申込		5月14日(木) までに往復はがき・インターネットで申込				6月11日(木) までに 往復はがき・インターネットで申込				7月9日(木) までに 往復はがき・インターネットで申込				7月23日(木) までに往復はがき・インターネットで申込							
講 座 名		〈なごや学マイスター講座〉 知りたい！伝えたい！ わがまち、中村区の魅力		〈親学関連講座〉 みんなで楽しもう！ ～1・2歳児☆わくわくタイム～		障害者ふれあいひろば		〈女性セミナー〉【託児付】 私らしくいるための メディアとの付き合い方				達人から学ぶ 地震の防災知識				〈なごや学〉 でら奥深い！なごや弁 ～言葉から知るなごやの文化～		【健康福祉局共催】 傾聴入門 ～一人ひとりの心に寄り添って～					
ミニガイド		中村まち歩きマイスターとともに、 まちの魅力を見つけてみませんか。 マイスター活動の楽しさを知り、今後 マイスターとして活動していくための 基礎的な知識を身に付けましょう。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。		暑い時期、室内で子どもと一緒に楽し める過ごし方を学んでみませんか。 参加者同士で交流したり、託児ボラン ティアから子育てのアドバイスを聞い たりしながら、不安や悩みを分かち合 う機会にもなります。本講座は、託児 の会「中村かばくん」と協働で運営し、 保護者は2人まで参加できます。		仲間たちと一緒にレクリエーショ ン、陶芸体験、お祭りの準備や現地学 習など、楽しい時間を過ごしましょう。 交流を深めながら、仲間づくりをしま せんか。本講座は、知的障害のある方 を対象にした講座です。		テレビやSNSなど、メディアに映 る「女性らしさ」は時代とともに少し ずつ姿を変えてきました。メディアが 描いてきた女性像をたどりながら、情 報との関わり方を見つめ直します。情 報にとらわれず自分らしく生きるヒ ントと一緒に考えてみませんか。				地震が発生した時のために、地震防 災に関する知識や技能は少しでも多く 身に付けておきたいものです。本講座 では、災害研究や災害現場等で活躍し ている達人から話を聞き、最新の知識 や技能を学びます。地震防災への関心 をともに高めませんか。				本講座では、なごや弁の成り立ちや 文化との関係を学びながら、実際に話 したり聞いたりして、その魅力を体験 します。言葉を通じてなごやの魅力を 再発見してみませんか。		さまざまな悩みを抱えている方が社 会から孤立しないようにするために は、話を聴いて気持ちを受けとめる人 が必要です。本講座で、体験を通して、 傾聴の意義について知るとともに、そ の具体的な方法について学び、一人ひ とりの心に寄り添ってみませんか。					
時 間		午前(10:00～12:00)		午前(10:00～11:30)		午後(14:00～16:00)		午前(10:00～12:00)				午前(10:00～12:00)				午前(10:00～12:00)		午前(10:00～12:00)					
期間(回数)		5/27～6/24 (4回)		6/5～7/10 (5回)		6/20～1/16 (7回)		7/21～9/15 (7回)				8/3～9/7 (5回)				8/27～9/24 (5回)		8/21～9/18 (5回)					
対 象 ・ 定 員		一般(受講後、マイスターとして活動したい方)・ 30人		1・2歳児とその保護者 (保護者は2人まで参加可能)・10組		知的障害のある方・15人		女性・30人(託児枠8人)				一般・30人				一般・30人		一般・30人					
受 講 料		無料		保護者1人につき1,500円		無料		無料				無料				1,500円		無料					
教 材 費 等		交通費等別途自己負担		子ども1人につき300円		500円 交通費等別途自己負担		託児希望者は別途700円(おやつ代)				—				—		—					
学 習 プ ロ グ ラ ム ・ 講 師 (敬称略)		① 5 / 27	中村区の歴史と史跡 ～秀吉・秀長を中心に～ 同朋大学文学部 教授 安藤 弥	① 6 / 5	はじめまして！ ～わくわくタイムへようこそ～ 託児の会「中村かばくん」	① 6 / 20	はじめまして、よろしく 障害者支援アドバイザー 濱島 圭美	① 7 / 21	【公開講座】(受講料無料) ブームから読み解く ～メディアと私～ 株式会社ミルク・株式会社ブランコ 代表取締役 秋條 くるみ ※本講座受講者の方も先着順でのご入場となります。	① 8 / 3	【公開講座】(受講料無料) 近現代日本の災害から学ぶ ～地震・津波対策のさらなる充実をめざして～ 愛知学院大学法学部 准教授 林 昌宏 ※本講座受講者の方も先着順でのご入場となります。	① 8 / 27	なごや弁ってなんだろう ～方言を言語学から考える～ 名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 椎名 渉子	① 8 / 21	「寄り添って聴く」とは ～傾聴の基本を学ぶ～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会								
		② 6 / 3	【現地学習】 中村公園界隈を歩く ～秀吉・清正と中村区～ 中村まち歩きマイスターの会	② 6 / 12	わくわく！とんとん！ ～リズムであそぼう～ にこぼじキッズ 代表 山口 夕奈	② 7 / 18	【実習】 陶芸体験をしよう 陶芸愛好家 篠田 早苗	② 7 / 28	CMの中の女性たち ～社会背景とジェンダーの変遷～ 愛知工科大学 准教授 小林 直美	② 8 / 10	減災研究を活かして大地震に備える ～大災害時のエネルギー確保を考える～ 名古屋大学減災連携研究センター ライフライン防災屋学協同研究部門 特任准教授 小沢 裕治	② 9 / 3	暮らしと言葉 ～なごや弁に息づく文化～ 名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 椎名 渉子	② 8 / 28	受動的な傾聴とは ～心の声に耳を傾けて～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会								
		③ 6 / 17	地域のことを知ろう ～中村区の魅力を伝えるマイスター～ 中村まち歩きマイスターの会	③ 6 / 26	わくわく！プルプル！ ～体を使ってあそぼう～ にこぼじキッズ 代表 山口 夕奈	③ 9 / 19	一緒に楽器で楽しもう リトミック講師 浅野 富士子	③ 8 / 4	感動の裏にあるもの ～映画の中の女性の役割～ 名古屋外国語大学現代国際学部 准教授 後藤 希望	③ 8 / 17	いざという時の応急手当 ～ケガへの対応を学ぼう～ NPO法人トライハートなごや 代表 水谷 文明	③ 9 / 10	感じてみやあ！なごや弁のリズム ～会話文を読んでみよう～ 講師 旭堂 麟林	③ 9 / 4	反映的な傾聴とは ～鏡のように返して～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会								
		④ 6 / 24	【現地学習】 伝えよう！中村区の魅力 ～秀吉清正記念館・桐蔭茶席の見学と 今後の活動への一歩～ 中村まち歩きマイスターの会	④ 7 / 3	わくわく！何ができるかな？ ～おもちゃづくりをしよう～ にこぼじキッズ 代表 山口 夕奈	④ 10 / 17	お祭りの準備をしよう 中村おもちゃ図書館 代表 高村 豊	④ 8 / 18	時代とともに変わる価値観 ～女性誌から読み解く～ 名古屋外国語大学世界教養学部 准教授 ヴァミューレン服部美香	④ 8 / 31	中村区の防災の現状 ～区の取組を知ろう～ 中村区役所総務課課長補佐	④ 9 / 17	話してみやあ！ ～なごや弁で日常会話～ 俳優 鳥居 美江	④ 9 / 11	積極的な傾聴とは ～より話しやすくなるように～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会								
			「なごや学マイスター制度」は生涯学習センターで実施する「なごや」の歴史・文化・自然に関するなごや学マイスター講座>を受講後に、その活動に応じて「マイスター」として認定していく制度です。	⑤ 7 / 10	これからわくわく！ ～子どもと絵本を楽しもう～ 託児の会「中村かばくん」	⑤ 11 / 21	【現地学習】 みんなでお出かけしよう 中村おもちゃ図書館 代表 高村 豊	⑤ 9 / 1	SNSの中の私 ～自己肯定感とメディアとの関わり～ 愛知大学文学部 准教授 安達 悠子	⑤ 9 / 24	在宅避難と避難所生活 ～もしもの時に大切なこと～ なごや中村災害ボランティアネットワーク	⑤ 9 / 7	挑戦してみやあ！ ～なごや弁で演劇会～ しばいぬ海賊団	⑤ 9 / 18	身近な人へのアプローチ ～学びを振り返って～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会								
会 場		視聴覚室(第1・3回)・現地学習(第2・4回)		第1・2和室		視聴覚室(第1・3回)・ 美術室(第2・4・6・7回)・現地学習(第5回)		視聴覚室				視聴覚室				視聴覚室							
		「なごや学マイスター制度」は生涯学習センターで実施する「なごや」の歴史・文化・自然に関するなごや学マイスター講座>を受講後に、その活動に応じて「マイスター」として認定していく制度です。		対象となるお子さんの年齢は、第1回(6/5)現在、満1歳以上3歳未満です。きょうだい・双子・三つ子も親子1組として参加できます。		楽しかったね、また会おうね 障害者支援アドバイザー 日比野 早苗		私とメディアのちょうどいい距離 ～AIの到来とこれから～ 愛知工科大学 准教授 小林 直美				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。				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 ブルなごやの講座・事業、 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なっとなごや 検索 インターネットで「親学」「なごや学」 「現代的課題」の講座を「いつでも」「どこでも」受講できます。			

※ 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。
※ 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。

※ 受講料・教材費等は、出欠に関わらず、全額お支払いいただきます。なお、原則、払い戻しできません。
※ 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の同伴はできません。
※ 手話通訳、要約筆記、ヒアリングループ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。

どなたでも

公開講座のご案内

入場無料
申込不要

◎会場 視聴覚室(30分前に開場します) ◎定員 50人(当日先着順)

・講座開始30分前から入場できます。ただし、定員を超えた時点で、入場できませんので、ご了承ください。

・公開講座は、多くの市民に幅広い学びのきっかけとなるように、無料で受講できるものです。そのため、講座受講者の方も先着順での入場となりますので、ご理解ください。

ブームから読み解く
～メディアと私～

【日 時】7月21日(火)
10:00～12:00

【講 師】株式会社ミルク・株式会社ブランコ
代表取締役 秋條 くるみ

※「〈女性セミナー〉私らしくいるための
メディアとの付き合い方【託児付】」
の第1回を公開します。

近現代日本の災害から学ぶ
～地震・津波対策のさらなる充実をめざして～

【日 時】8月3日(月)
10:00～12:00

【講 師】愛知学院大学法学部 准教授
林 昌宏

※「達人から学ぶ地震の防災知識」の
第1回を公開します。

【なごや環境大学共育講座】

冷蔵庫からフードロスを考える～環境改善が節約につながる!?～

日本では、多くの食べ物が廃棄されており、環境問題の一つになっています。本事業では、冷蔵庫とフードロスの関係について考えます。「無駄のない食材の活用方法」や「収納の工夫」などについて知り、節約しつつ環境改善にアプローチしませんか。

【日 時】6月27日(土) 10:00～12:00

【講 師】環境カウンセラー、消費生活アドバイザー 浅野 智恵美

※市外在住の方も申込できます。

【環境デーなごや2026関連事業】

無料

作ってみよう！
地球にも財布にもやさしいエコレシビ

調理実習

残りがちな食べ物もひと工夫すれば「無駄なく」「おいしく」食べられます。調理実習を通して、大切な食べ物を実にしない調理の方法を学び、親子で環境について考え、実践につなげてみませんか。

【日 時】6月7日(日) 10:00～12:00

【対 象】小学生とその保護者

【定 員】12組(24人)

【費用】無料

【講 師】フードサンシャイン 佐井 あかね

【会 場】料理室

【申 込】「往復はがき」または「インターネット」

【締 切】5月14日(木)〈必着〉

【トライアルサマー】【中村めし開発実行委員会共催】

中村区には、「尾張中村めし」というご当地グルメがあります。「尾張中村めし」を作って区の魅力を味わってみませんか。

親子で作ろう!みんなで食べよう!
中村区のご当地グルメ

自分で作ろう!みんなで食べよう!
中村区のご当地グルメ

【日 時】7月25日(土)
10:00～13:00

【対 象】小中学生とその保護者

【定 員】12組(24人)

【受講料】保護者 300円
小中学生 150円

【教材費】無料

【講 師】中村めし開発実行委員会
辻 耕作

【会 場】料理室

【申 込】「往復はがき」または「インターネット」

【締 切】6月25日(木)〈必着〉

【日 時】8月1日(土)
10:00～13:00

【対 象】小学5年生～中学3年生

【定 員】24人

【受講料】小中学生 150円

【教材費】無料

【講 師】中村めし開発実行委員会
辻 耕作

【会 場】料理室

【申 込】「往復はがき」または「インターネット」

【締 切】7月9日(木)〈必着〉