

〈環境デーなごや2011〉
☆お野菜いっぱい、親子でアツク
オシャレなcafeランチ☆
～カラダも環境も大切に！
親子でエコ＆ヘルシー・クッキング～
日 時 6月4日(土) 午前10:00～13:00
講 師 美容料理研究家 野菜ソムリエ
cafe chichi代表 常田 知里
対 象 小中学生の親子
会 場 料理室
定 員 15組 (30名程度)
費 用 教材費600円
持ち物 エプロン、ふきん3枚、筆記用具
締 切 5月11日(水) 必着

子ども体験教室①
☆夏のおしゃれデザート☆
～全部自分で作ってみよう！～
・ブラウニース
(ナッツ入りチョコレート)
・フルーツゼリー
日 時 7月30日(土) 午前10:00～12:30
講 師 料理研究家 内海みどり
対 象 小学校3年生以上の小中学生
会 場 料理室
定 員 30名
費 用 受講料150円 教材費450円
持ち物 エプロン、ふきん3枚
締 切 7月11日(月) 必着

名古屋市生活衛生センターと共催
子ども体験教室②
猪高緑地で
セミのめけがら調査
～夏休みの自由研究はこれでキミ!!～
日 時 8月25日(木) 午前10:00～12:00
講 師 名古屋市生活衛生センター職員
対 象 小学生(小学1・2年生は保護者同伴)
会 場 視聴覚室および猪高緑地
定 員 40名
費 用 無料
持ち物 筆記用具、熱中症対策(水筒・帽子・タオルなど)、
虫さされ対策(虫よけスプレー・長袖・長ズボン)
締 切 8月3日(水) 必着

※往復はがき往信裏面に①講座名②〒・住所③受講者氏名・学年(兄弟姉妹で参加の場合連記)
④電話番号⑤保護者氏名を記入の上、名東生涯学習センターまで。(〒465-0051 名東区社が丘3-802)

自主グループ主催講座

一緒にやってみませんか

名東生涯学習センターで活躍しているグループが、みなさんに広く学習の機会を提供するためにグループ自ら企画した講座です。お問い合わせ、ぜひご参加ください。

講座名	マンダリン合奏を楽しむ会 (水曜日)(主催 アンサンブル・フローラ)	楽しく手話を! (水曜日)(主催 ザ・ビジョン)	着付けと帯で浴衣美人! (水曜日)(主催 和装会)	太極拳入門編 (水曜日)(主催 名東太極拳同好会)
内 容	マンダリン・マンドラ・クラシック ギターを眠らせていませんか。 一緒に演奏を楽しみましょう!	手話を習ってみませんか。 人とのつながりが広がります。	浴衣を素敵に着こなし、あなたも 魅力的な浴衣美人になりませんか。	陰陽のリズムとともに、優雅で美し い太極拳。老若男女、健康・美容に も役立ちます。
プログラム	①5/11 受講者に合わせた練習① ②5/18 受講者に合わせた練習② ③6/8 受講者に合わせた練習③ ④6/15 合奏ができますように ⑤7/13 合奏ができますように	①5/11 手話の挨拶など ②5/18 一日の出来事 ③5/25 交流	①6/1 華やかに個性的浴衣の着付け方 ②6/15 蝶々結び (どのような浴衣にも合う結び方) ③7/6 文庫結び(可憐な結び方) ④7/20 浴衣と帯のアレンジの仕方	①6/8 太極拳入門 1 ②6/15 太極拳入門 2 ③6/22 太極拳入門 3 ④6/29 太極拳入門 4
時 間	午前10:00～12:00	午前10:00～12:00	午後1:30～3:30	午後6:30～8:30
対 象	一般(初心者・経験者 両方OK)	一般	一般	一般
定 員	15名	10名	10名	10名
費 用	2,500円(楽譜代等含む)	無料	2,500円	2,000円
持ち物	楽器(マンダリン・マンドラ・ クラシックギター)譜面台	筆記用具	ゆかた、半巾帯、前板、腰ひも2本	体育館シューズ・タオル
会 場	第3集会室	第1集会室	第2和室	体育室
講座名	野の花を素敵に活ける (金曜日)(主催 野の花を活ける会)	もったいないと家庭から (金曜日)(主催 手あみパンジー)	パソコンを活用しましょう! (土曜日)(主催 名東ITサポート)	
内 容	家にあるものを使って素敵な花器 をつくり、草花を活けます。創意 工夫で草花が芸術に変身します!	服や着物や毛糸など、家庭内に眠っ ているものを活用して、素敵なもの に変身させませんか!	パソコンを身近に手軽に使って、 楽しい生活に活かしましょう。	※申込みはこの 「講座のごあんない」の 表面の申込み記入例を参 考にして、「往復はがき」か 窓口にて4月26日(火)必着 までにお申込みください。 「パソコンを活用しましょ う!」は、申込み期日・方法 が異なります。
プログラム	①5/20 野の花を活ける(ペットボトルの利用) ②6/3 野の花を活ける(牛乳パックの利用) ③6/17 野の花を活ける(空箱の利用) ④7/8 野の花を活ける(仕上げの利用)	①5/20 ②6/3 ③6/17 手芸や編み物で、古糸・古布でくるくる のベスト、Tシャツで布ぞうり、単衣で作 務衣などのうちから自分の好きなもの を作りましょう。	①4/23 一筆箋で手紙を書きましょう ②5/28 ハイキング案内状 ③6/25 集計表とグラフの作成 申込 4/9(土)より16日(土)の期間、ITサポート 代表:池田幸雄(701-1315)に電話で申込 (午前・午後どちらか選択)。先着順 (午前)9:30～11:30 どちらか選択 (午後)1:00～3:00 一般(パソコンを持っておられ キーボード入力ができる方) 定員 午前12名 午後12名	
時 間	午前10:00～12:30	午前10:00～11:30	午前12名 午後12名	
対 象	一般	一般	一般	
定 員	10名	10名	10名	
費 用	無料	2,500円	1,200円	
持ち物	廃材利用の花器、花ばさみ、草花(野の花) ※花がない方は主催者が準備します。	古糸・古布かTシャツか単衣のうち つくりたいもの	筆記用具、メモ用紙	
会 場	第2集会室	第1集会室	IT講習室	

公開講座(当日先着順・無料・手話通訳有) 会場:視聴覚室 定員:60名

楽々子育てのための
お父さんとお母さんの
コミュニケーション心理学
日 時 5月21日(土) 午前10:00～12:00
講 師 NPO法人日本キャリアスピリッツ協会理事長
厚生労働省指定キャリアコンサルタント
岡田 和久

3年後“なりたい自分”に
なれるドリームマップ®
日 時 5月24日(火) 午前10:00～12:00
講 師 エ・ム・ズ代表
秋田 稲美

からくり人形が能を舞う
～バリ公演で賞賛と博した
“三番叟”の実演～
日 時 5月27日(金) 午後1:30～3:30
講 師 観世(かんぜ)流名誉師範
「能楽・拍楽座」&「座・からくり」代表
玉野 宮夫

カラダによい暮らしで
地球にも優しく
～アレルギーやストレスは地球の赤信号～
日 時 6月8日(木) 午前10:00～12:00
講 師 アトリエファブル代表
国際自然療法機構東海本校校長
影山 むつみ

脳を鍛える生活習慣
～仕組みを知って
ボケない習慣づくり～
日 時 6月9日(木) 午後1:30～3:30
講 師 岐阜薬科大学薬効解析学教授
原 英彰

パソコン無料相談室
日 時 毎月第2土曜日(8月はなし)
午前9:30～11:30
相談員 パソコンボランティア
「名東ITサポート」会員
一般(パソコン初心者の方)
IT講習室
定 員 12名(相談時間は1人30分以内)
申込み 必要ありません(当日先着順)
費 用 無料

親子スポーツ広場
～卓球やバドミントンで遊ぼう～
日 時 5月14日(土) 7月9日(土) 9月10日(土)
午前10:00～12:00
講 師 婦卓連名東支部
名東バドミントンクラブ
対 象 小中学生と保護者
会 場 体育室 費用 無料
持ち物 体育室用シューズ
ラケット(お持ちの方は持参)
申込み 当日窓口で

【家庭の日】
親子スポーツ教室
～卓球やバドミントンを習って上手になろう～
日 時 4/17(日)・6/19(日)
午前10:00～12:00
講 師 名東サンデー倶楽部
名東バドミントンクラブ
対 象 小学校3年生以上の小中学生
と保護者
会 場 体育室 費用 無料
持ち物 体育室用シューズ
ラケット(お持ちの方は持参)
申込み 当日窓口で

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・女性会館・
推進センターの講座・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。
eなごや+なごや
eなごや+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。

交通案内

☆地下鉄東山線「本郷」より
市バス「幹線本郷1号系統(猪高緑地)行」で
「楽陶館」下車。
バス進行方向へ250m、左折して100m。
☆「梅森坂」「極楽」方面より
市バス「幹線本郷1号系統(本郷)行」で「障害
者スポーツセンター」下車。
交差点を渡り、バス進行方向へ100m、右折
して100m。
☆駐車場が非常に狭く、またセンター周辺の路
上は駐車禁止ですので、公共交通機関をご利用
ください。(駐車料金:300円/1回)

名古屋市 Meito Lifelong Learning Center
名東生涯学習センター
〈休館日〉第2火曜日・第4月曜日・年末年始

〒465-0051 名古屋市名東区社が丘三丁目802番地
TEL 052-703-2622 FAX 052-703-2732

名東生涯学習センター

平成23年度 前期

講座のごあんない

受講資格

市内にお住まいか、お勤め、通学の方で、各講座ごとに定める対象者。
※対象の「一般」とは、15歳以上(中学生を除く)の方です。
※申込みは、1講座につき1人1回のみ有効です。

申込方法

往復はがき

「往復はがき」または「電子申請」にて、お申込みください。
○下記の往復はがきの記載例のようにご記入の上、お申込みください。
〈往復はがきの記入例〉
返信(表面) 返信(裏面) 返信(表面) 返信(裏面)

返信

お名前

あなたの住所

□□□□□□

①講座名

②〒・住所

③受講者氏名・年齢(学年)

④電話番号

⑤下記の※1～4を参考に、必要な方はご記入ください。

465-0051

名東生涯学習センター行

名東区社が丘三丁目802番地

何も記入しないでください。

※1「子どもの可能性を伸ばす子育て術」「自分らしく素敵に輝く生き方」「暮らしの中から見つめる楽しいエコ」で託児を希望される方は、⑤に、「お子さまのお名前と生年月日」をご記入ください。なお、当選者は、「託児説明会」(5月9日(月) 午前10～11時)にご参加ください。
※2「声磨き・ことば磨きでコミュニケーション力をアップ」を受講希望の方は、A枠(一般)とB枠(視覚障がい者)に分けて応募受付しますので、⑤にA枠かB枠かご記入ください。
※3「いたかの森で生きものさがし」を兄弟姉妹で受講希望の方は、③に「連名」、⑤に保護者氏名をご記入ください。なお、申込者の世帯が異なる場合には、別のはがきでお申込みください。
※4 市外にお住まいの方は、⑤に「勤務先または通学先の所在地の区名」をご記入ください。

電子申請

下記、URLより名古屋市の電子申請サービスにアクセスして電子申請を行ってください。
パソコン <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/>
携帯 <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/m/>
※仮登録の後、本登録が必要です。仮登録のみでは申込み受付とはなりません。

申込期限

平成23年 4月26日(火) 必着

その他注意事項等

●定員を超えた場合は、抽選を行います。
●結果は、「当選」「補欠」「落選」の種別で、4月28日(木)に返信はがきまたはメール(電子申請)で発送しお知らせいたします。
●「当選」の方は、5月12日(木)までに、「当選」通知等に費用を添えて、名東生涯学習センター窓口にて受講手続きをしてください。
●受講を辞退される場合は、必ず名東生涯学習センターまでご連絡ください。TEL052-703-2622 FAX052-703-2732
●「補欠」の方には、当選者が辞退された場合に、順次電話にて連絡します。なお、講座が始まって連絡がない場合は、当選者に辞退はなかったものとご了承ください。
●お申込み後は、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)。
●傷害保険等は設定しておりませんので、必要の方は、各自でご加入ください。

申込み方法	往復はがきまたは電子申請でお申込みください								
	4月26日(火)〈必着〉								
曜日	月曜日	月(土)曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
講座名	声磨き・ことば磨きで コミュニケーション力をアップ ～視覚障がい者と健常者と一緒にレッスン～	〈親学関連講座〉 子どもの可能性を伸ばす 子育て術【託児付】	〈女性セミナー〉 自分らしく素敵に輝く生き方 ～幸せは自分の心が決める～【託児付】	〈なごや環境大学共育講座〉 暮らしの中から見つめる 楽しいエコ ～健康で楽しくできることから始めよう～【託児付】	簡単にできる シニアからのブログ講座 ～思いを伝え交流しよう～	脳を鍛えて 健康なココロとカラダを！ ～セカンドライフをイキイキと！～	〈親学関連講座〉 親子で遊んで、かしこいココロと カラダを育てましょう ～絵本とリズム遊びを通して～	〈なごや学〉 尾張藩の芸能を支えた 能楽とからくり文化 ～本物に触れる伝統芸能～	〈トライアルサタデー〉 いたかの森で 生きもののさがし
期間	6/6～7/11	5/21～7/11	5/24～7/19	6/8～7/13	6/8～7/6	6/9～7/21	6/3～7/15	5/27～7/15	6/18～7/16
時間・回数	午後・5回 (1:30～3:30)	午前・5回 (10:00～12:00)	午前・7回 (10:00～12:00)	午前・5回 (10:00～12:00)	午後・5回 (1:30～3:30)	午後・5回 (1:30～3:30)	午前・6回 (10:00～11:30)	午後・6回 (1:30～3:30)	午前・4回 (10:00～12:30)
対象・定員	一般および視覚障がい者30名 (視覚障がい者枠10名)	一般40名(うち託児枠8名 H23・5・21現在2歳以上の未就学児が対象)	女性40名(うち託児枠8名 H23・5・24現在2歳以上の未就学児が対象)	一般30名(うち託児枠8名 H23・6・8現在2歳以上の未就学児が対象)	一般・12名	一般・30名	2歳以上未就学児とその保護者・ 15組(平成23年6月3日現在)	一般・40名	小中学生・30名
費 用	受講料 教材費	無料 —	1,200円 —(託児費は別途500円)	無料 —(託児費は別途700円)	1,200円(託児費は別途500円) 500円	1,500円 —	1,200円 —	1,800円 —	1,500円 —
持ち物・注意事項等	筆記用具、動きやすい服装	筆記用具 第4回 動きやすい服装	筆記用具 第3回 普段お使いのメイク用具一式	筆記用具 第2回 手拭タオル、 ラップまたはビニール袋 第4回 エプロン、ひきん3枚	筆記用具 インターネットができる環境 にある方	第3～5回 運動しやすい服装、バスタオル 第4回 スキンクリーム フェイスタオル	筆記用具、動きやすい服装	筆記用具、白手袋	筆記用具・長袖長ズボン・タオル・長靴・ 水筒・着替え靴下・下着・たも・水槽・ 雨天時はカッパ・必要であれば虫除けスプレー
講座のあらまし	視覚障がい者と健常者が、声磨きやことば磨きを通して、一緒に交流します。そして、コミュニケーション力を高め、自分の魅力をUPさせましょう。	親は自分の視点で接してしまい知らず知らずには子どもの可能性をつみとってしまうことがあります。子どもの可能性を伸ばすための親のあり方を見つめます。	男女共同参画社会の実現が求められています。自分の魅力を発揮して、自分らしく輝くことができると素敵ですね。毎回、素敵な講師と一緒に、自分らしく輝き、そして幸せになる生き方を学びましょう。	体によいものを使うことが地球にも優しいと言われます。自然のものを使い、旬の野菜や魚、節約術を学びながら、健康で環境にも優しい暮らしをしてみませんか。	コンピュータで体験談や日記や写真を入れたブログをつくり、インターネットで発信しましょう。多くの人と交流ができ、仲間がたくさんできます。	脳を刺激させて、脳の力を高めることを通して、将来も老けない脳を保ち、こころもからだも、いつまでもいきいきと健康にする方法を学びましょう。	親子で絵本やリズム遊びを通して、きずなを深めましょう。親子での楽しい経験は、知的な好奇心を刺激し、学びを楽しむお、かしこいココロとカラダを育てます。	尾張徳川家も愛した「からくり山車」の源流は能楽の中にあります。能楽の魅力を多面から探り、おはやしの発声の体験も交え、芸どころ名古屋の文化に触れます。	名東区に残る猪高の森には、生き物がいっぱい。森や田んぼに入って、水辺の生きものを探しながら、自然とふれあいましょう。
学習プログラム等	6/6呼吸と発声をチェック ボイスフォーマー 白樺 八青	【公開講座】 楽々子育てのための お父さんとお母さんの コミュニケーション心理学 (土) NPO法人日本キャリアスピリッツ協会理事長 厚生労働省指定キャリアコンサルタント 岡田 和久	5/24【公開講座】 3年後“なりたい自分”になれるドリームマップ® エ・ム・ズ代表 秋田 稲美	6/8【公開講座】 カラダによい暮らしで地球にも優しく ～アレルギーやストレスは地球の赤信号～ アトリエファブル代表、 国際自然療法機構東海本校校長 影山 おつみ	6/8ブログの基礎知識 ～ブログって こんなに面白い～ ITラ・マニーナ 近藤 敏彦	6/9【公開講座】 脳を鍛える生活習慣 ～仕組みを知って、ボケない習慣づくり～ 愛知東邦大学人間学部教授 古市 久子	6/3絵本とリズム遊びを 親子で楽しく① ～大小がわかる『おあきなかぶ』～ 愛知東邦大学人間学部教授 古市 久子	5/27【公開講座】 からくり人形が能を舞う ～パリ公演で賞賛を博した“三番叟”の実演～ 観世(かんぜ)流名誉師範 「能楽・拍楽座」&「座・からくり」代表 玉野 宮夫	6/18めだかいけで ザリガニつり 名東自然倶楽部 堀田 守
	6/13元気になる呼吸法 白樺 八青	子供ゴコロの感じ方！ ～お母さん気づいて！ 子どもの態度にはわけがある～ 岡田 和久	5/31変化する女性の ライフスタイル 梶山女学園大学教授 吉田 あけみ	6/15オーガニックで エコライフ ～お肌に優しいハーブせっけん～ 影山 おつみ	6/15自分のブログを つくろう ITラ・マニーナ 宮下 香久子	6/16脳を元気に！ ～脳トして脳を鍛える～ 原 英彰	6/10絵本とリズム遊びを 親子で楽しく② ～体が動く『ももこ』～ 古市 久子	6/3能絵の肉筆画鑑賞 ～能画の名手の「月岡耕漁」の 肉筆画にせまる～ 玉野 宮夫	6/25田んぼで 生きもののさがし 名東自然倶楽部 堀田 時子
	6/20声磨き ～発声法を学ぼう～ 白樺 八青	子どもの人間力UP！ ～中学卒業までに 身につけていたい3つのチカラ～ 岡田 和久	6/21コミュニケーション美人になる秘訣 ～相手のタイプを知り生活に活かす方法～ 日本ハグ協会代表 高木 さと子	6/29やさかなマイスターが語る 食卓のお魚事情 ～環境による魚の変化と おいしい食べ方～ やさかなマイスター 中部水産販売促進部長 神谷 友成	6/22ブログを 充実させるためには 近藤 敏彦	6/30呼吸法で脳を活性化 ～頭スッキリヨガのすすめ～ YOGAビューティインストラクター 石島 みゆき	6/17絵本とリズム遊びを 親子で楽しく③ ～感じる『ははばはば』～ 古市 久子	6/17能の楽器のふしぎ ～初代藩主徳川義直も 小鼓を打つ～ 玉野 宮夫	7/2竹を切って たなばたかざり 名古屋市森づくりリーダー 堀田 守
	7/4ことば磨き ～人間関係を変える言葉～ 白樺 八青	手は口ほどに物を言う ～リフレクソロジー・ 手から伝わるコミュニケーション～ リフレクソロジースクール na・go・mi代表 水野 陽子	6/28なりたい自分になれる ボイストレーニング& 話し方・自己表現 『Happy Women's Talk』主宰 フリーアナウンサー 生田 サリー	7/6野菜の旬を知って、 カラダも地球も健康に ～野菜の魅力を料理に生かそう～ 穀菜料理研究家 古澤 久美	6/29コミュニケーションを 楽しもう 宮下 香久子	7/14スタイリッシュ 足首健康法で カラダや脳に刺激を！ Bodyセラピー魂みたま 小山 由香里	6/24絵本とリズム遊びを 親子で楽しく④ ～数を数える『はらべこあおむし』～ 古市 久子	6/24能面の魅力を探る ～人間国宝 長澤氏春の女面鑑賞～ 玉野 宮夫	7/16森の生きもののさがし 自然観察指導員 布目 均
	7/11みんなが元気になる コミュニケーション 白樺 八青	子どものやる気を育て 自分もすっきり 上手な気持ちの伝え方 ～お互いの立場を大切に～ 元客室業務員 コーチングファシリテーター 大部美知子	7/5ワークライフバランスを めざして 吉田 あけみ	7/13おそうじ収納法を学び じょうずに節約 ～腐らせない冷蔵庫収納から 廃物利用のお掃除法まで～ アクションパワー代表 大津 たまみ	7/6こんなときにどうしよう ～ブログのまとめをしよう～ 近藤 敏彦	7/21ラクラク体操で カラダも脳も10歳若返り！ Office Masami代表 柴田 雅美	7/8絵本とリズム遊びを 親子で楽しく⑤ ～想像する『ほくのねこ みなかった』～ 古市 久子	7/8茶の湯と能楽を結ぶ 能絵のやきもの ～京都御所で用いられた 江戸時代の粟田焼～ 玉野 宮夫	7/15大和ことばの美しさ ～おはやして謡い、作法を学ぶ～ 玉野 宮夫
	※各講座の初回時にオリエンテーションを行います。	視覚障がい者の方は電話での受付も可能。 名東生涯学習センター (703-2622)							4回のうち3回以上参加した人には、修了証を発行します。
会場	障害者スポーツセンター2階会議室	視聴覚室	視聴覚室	視聴覚室・料理室	IT室	視聴覚室	視聴覚室	視聴覚室	視聴覚室及び現地学習

●都合により講座の講師・内容・日程等が変更となる場合もありますので、ご理解ください。●必要な方にはどの講座にも手話通訳を配置することができますので、受講決定後申し出てください。●現地学習の交通費・入館料等は原則として実費自己負担です。

※傷害保険等の設定はしておりませんので、必要な方は各自でご加入下さい。

名東サロンコンサート
(当日先着順・無料)

「マハナ」が贈る
春うららスペシャルコンサート
～サクソ・ピアノ・ユーフォニアム・コントラバスの奏でる素敵な音色～

日時

5月8日(日) 午後1:30～3:00

会場

視聴覚室

定員

60名

出演

【マハナ】サクソ:佐野功枝 ピアノ:宮崎由有
コントラバス:青山小枝 ユーフォニアム:尾崎加奈

★

ヴァイオリン・ソプラノ・ピアノの
極上の音色をとどけます
～豪華なキャストによるスペシャルコンサート～

日時

8月6日(土) 午後1:30～3:00

会場

視聴覚室

定員

60名

出演

ヴァイオリン:岡田祐美 ソプラノ:平野泉
ピアノ:柳河瀬貴子



名東っ子「遊びの広場」(当日先着順・無料)

『移動児童館』in 生涯学習センター
～遊び道具もいっぱい
お兄ちゃんお姉ちゃんと一緒に遊ぼう～

日時

5月28日(土) 午前10:00～12:00

講師

名東児童館職員

対象

乳幼児とその保護者30組
小学生50名(1・2年生保護者同伴)

会場

体育室

持ち物

体育室用シューズ、動きやすい服装、
タオル、水筒

チョコレートと紅茶で
女性のライフスタイルを豊かに
(2回シリーズ)

①チョコレートの歴史、フェアトレード、美容と栄養
②英国風アフタヌーンティーを中国系紅茶で
◆チョコの試食と紅茶のテイスティングあり◇

日時

①9月14日(水)②9月21日(水)午前10:00～12:00

講師

ノンフィクションライター 佐々 頌

対象

一般・20名

会場

視聴覚室

費用

受講料600円 教材費400円

申込み

講座と同じようにはがきか電子申請で申込み
締切り8月10日(水)必着



○この講座案内は古紙/パルプを含む再生紙を使用しています。