

名古屋市教育スポーツ協会 (NESPA) 主催事業

「講座・事業申込のご案内」を参考に、往復はがきまたは電子申請サービスで申し込みください。

- ・NESPA 主催事業は災害補償制度を設けております。
- ・現地学習での交通費等は自己負担となります。
- ・ワンコイン講座と利用料金 1,000 円の NESPA Day をご利用ください。

イスに座って疲労回復体操
～コロナ疲れをふきとばそう～

◇日 時：10月16日(土) 10:00～12:00

◇対 象：一般
◇定 員：15人
◇講 師：チーズ体操クラブ講師 服部 千秋
◇受講料：500円
◇教材費：無料
◇会 場：視聴覚室
◇締 切：9月23日(木) 必着

ノルディックウォークで健康づくり
～秋の川名公園を満喫しよう～

◇日 時：11月1日(月) 小雨決行 10:00～12:00

◇対 象：一般
◇定 員：15人
◇講 師：日本ノルディックフィットネス協会インストラクター
◇受講料：500円
◇教材費：500円(ポールレンタル代)
◇会 場：川名公園
◇締 切：9月23日(木) 必着

名古屋で紅葉を楽しもう
～東山植物園の魅力～

◇日 時：11月19日(金) 小雨決行 14:00～15:30

◇対 象：一般
◇定 員：15人
◇講 師：元東山植物園長・樹木医 伊藤 悟
◇受講料：500円
◇教材費：無料
◇会 場：東山植物園(入園料は自己負担)
◇締 切：10月21日(木) 必着

時短 おせち料理
～おひとりさま向けのおせちです～

◇日 時：12月11日(土) 10:00～12:00

◇対 象：一般
◇定 員：12人
◇講 師：管理栄養士 柴田 充代
◇受講料：600円
◇教材費：800円
◇会 場：料理室
◇締 切：11月4日(木) 必着

親子でタケノコ掘りをしよう
～名産地桑名で春みつけ～

◇日 時：3月26日(土) 小雨決行 10:00～12:00

◇対 象：小学生1人と保護者1人
◇定 員：10組20人
◇講 師：NPO法人桑竹会のみなさん
◇受講料：無料

◇教材費：1組2,000円
◇会 場：桑名ライスセンター
◇締 切：12月23日(木) 必着

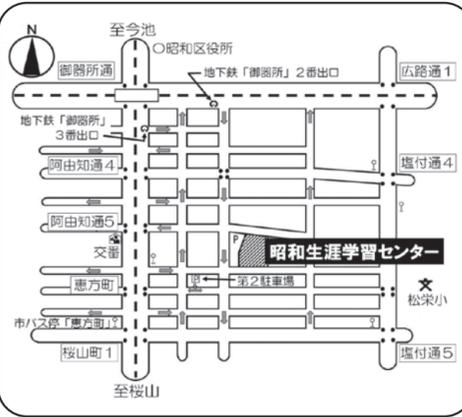
NESPA Day (自主開館日) のお知らせ

名古屋市より指定管理者として、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

- 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月曜日はネスパデーとして自主開館(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。駐車台数には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	火 13:30～15:30
主催グループ	藤乃花吟詩会
講座名	詩吟初心者講座 ～詩吟を楽しみませんか～
期間	11/9～12/7
対象・定員	一般・5人
受講料	2,000円(4回分)
持ち物	筆記用具・録音用器具(持っている方)・飲み物
講座のあらまし	漢詩に親しみ、腹式呼吸で声を出して吟じます。初めての方には、分かりやすく教えます。
学習プログラム	①11/9(火) 漢詩の朗読、腹式呼吸による発声練習 ②11/16(火) 漢詩の吟詠「偶成」朱喜作 ③11/30(火) 漢詩の吟詠「勸詠詞」太刀掛呂山作 ④12/7(火) おさらい 発表
会場	第2集会室
応募方法	官製はがきに講座名・住所・氏名・連絡先(電話番号)を書き、昭和生涯学習センターに送ってください。11月2日(火)必着。
締切日	

無料 生涯学習相談
相談場所：当センターロビー

☆生きがい ☆資格

定年後はボランティアをしたい
介護や福祉、パソコンの資格が取りたい

一緒に探してみませんか?

誰かと一緒に学びたい、つながりたい
体を動かしたい
趣味がほしい

☆仲間 ☆楽しみ

生涯学習に関する知識が豊富なアドバイザーがあなたの「？」を伺い、必要なサポートをします。「悩み」や「疑問」を解消して、自分に合った生涯学習をスタートしてみませんか。各種の講座を御紹介します。
※日程については、センターへお問い合わせください。

講座・事業申込のご案内

◆受講資格 市内にお住まいの方・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歳以上の方(中学生を除く)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 <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/>)
(携帯電話 <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/m/>)

☆往復はがきによる申し込みは、以下のとおりです。
○往復はがき1通につき1講座ずつ申し込みください(1講座につき、1人1通のみ有効)。
○下記の内容をご記入の上、昭和生涯学習センターへ申し込みください。
(往復はがき記入例)

63 返信 受講希望者住所 受講希望者氏名	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 (返信の裏)	63 466-0023 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)
--------------------------------	---	--	-----------------------------

※ 名古屋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⑤その他にご記入ください。
○申込締切日必着です。
○応募者が定員を超えた場合、申込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、申込締切日以降も事務室で受付けます。
○受講が決まった方は、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込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、払い戻しできません。
○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。また、介助者を除き受講者以外の方の同伴はできません。

令和3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
火	午前	〈親学関連講座〉 食事に愛を込めて ～子どもの健康と豊かな心を育む食育～	子をもつ保護者・ 子育てに関心のある方	15人	9/23(木)
木	午前	みんなの防災 ～研究者・語り部・ボランティアの声から～	一般	20人	
金	午前	〈なごや学〉 昭和区の歴史ウォッチ!	一般	20人	
月	午前	世界の文学で国際理解 ～米文学で学ぶアメリカの文化と歴史・社会背景～	一般	20人	12/9(木)
火	午前	〈なごや環境大学共育講座〉 農から始めるSDGsらいふ♪	一般	20人	
木	午前	「わたしと彼ら」から「わたしとあなた」へ ～無意識を見つめて～	一般	20人	
金	午後	【名古屋市立大学看護実践研究センター共催】 自身と家族の健康な暮らしを考える	一般	30人	

※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。(申込方法 裏面)

公開講座のご案内 開始1時間前に先着順に整理券を配布します。整理券なしの入場はできません。 参加無料・事前申込不要

過去の災禍に学ぶ 南海トラフ地震への備え 日 時：令和3年11月11日(木) 10:00～12:00 講 師：名古屋大学減災連携研究センター教授 福和 伸夫 会 場：昭和生涯学習センター 視聴覚室 (「みんなの防災～研究者・語り部・ボランティアの声から～」の第1回を公開します。)	定員30人	【名古屋市立大学看護実践研究センター共催】 在宅医療を始める前のキホンと心がまえ 日 時：令和4年1月21日(金) 14:00～16:00 講 師：みどり訪問クリニック 姜 琪綺 会 場：名古屋市立大学桜山キャンパス看護学部 西棟2階 (「名古屋市立大学看護実践研究センター共催」自身と家族の健康な暮らしを考える」の第1回を公開します。)	定員42人
知ろう!SDGsらいふ ～農業技術の匠の話から～ 日 時：令和4年2月15日(火) 10:00～12:00 講 師：有機農家 堆肥・育土研究所所長 橋本 力男 会 場：昭和生涯学習センター 視聴覚室 (「なごや環境大学共育講座」農から始めるSDGsらいふ♪」の第1回を公開します。)	定員30人	「わたしと彼ら」に分けるもの ～心のうちにあるプロセス～ 日 時：令和4年2月3日(木) 10:00～12:00 講 師：立命館大学総合心理学部准教授 鈴木 華子 会 場：昭和生涯学習センター 視聴覚室 (「わたしと彼ら」から「わたしとあなた」へ～無意識を見つめて～」の第1回を公開します。)	定員30人

〈親学関連講座 幼児教育講演会〉
tupera tuperaの舞台裏 定員150人(託児20人)

日 時：令和3年9月21日(火) 10:30～12:00(10:00開場予定)
講 師：tupera tupera 亀山 達矢
会 場：イーブルなごや・ホール
中区大井町7番25号
地下鉄東別院駅1番出口より東へ徒歩3分

※ 整理券のための事前申込、託児の事前申込必要
申 込：電子申請または往復はがきにて。9月6日(月)締切・必着

往復はがきによる申込の場合には以下の内容をご記入ください。
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
送付先 〒461-0001 名古屋市東区泉1丁目1番4号
名古屋市教育館6F
名古屋市教育委員会生涯学習課(分室)

申し込み締切	9月23日(木)〈必着〉までに申し込み			12月9日(木)〈必着〉までに申し込み			
曜日・時間	火 10:00～12:00	木 10:00～12:00	金 10:00～12:00	月 10:00～12:00	火 10:00～12:00	木 10:00～12:00	金 14:00～16:00
講座名	〈親学関連講座〉 食事に愛を込めて ～子どもの健康と 豊かな心を育む食育～	みんなの防災 ～研究者・語り部・ ボランティアの声から～	〈なごや学〉 昭和区の歴史ウォッチ!	世界の文学で国際理解 ～米文学で学ぶアメリカの 文化と歴史・社会背景～	〈なごや環境大学共育講座〉 農から始める SDGsらいふ♪	「わたしと彼ら」から 「わたしとあなた」へ ～無意識を見つめて～	【名古屋市立大学看護実践研究センター共催】 自身と家族の 健康な暮らしを考える
期間	11/2～12/7	11/11～12/9	10/22～11/19	1/31～3/7	2/15～3/8	2/3～3/10	1/21～3/4
対象・定員	子をもつ保護者・子育てに関心 のある方15人	一般・20人	一般・20人	一般・20人	一般・20人	一般・20人	一般・30人
費用	受講料 1,500円 教材費等 —	無料	1,500円	1,500円	900円 1,100円	無料	900円
講座の あらし	子どもが心身ともに健やかに成長するためには、食生活が大切です。この講座では、子どもに必要な栄養素、食の安全と選び方、食卓での子どもとのコミュニケーションのあり方などについて学びます。家庭の食卓で子どもを笑顔にするために、親としてできることを一緒に考えてみませんか。	迫る大地震。備えをしておきたいものです。この講座では、最新の防災事情や被災された方の思い、平時から備えておくことなどを聞きます。また、起震車体験や防災ボランティアの活動を体験します。今こそ防災について考えてみませんか？	昭和区には御器所や村雲など、熟田神宮ゆかりの地名が残っているように、御器所台地では古くから人々が生活を営っていました。そんな昭和区の歴史について、古写真や尾張名所図会等の資料を手巡ってみませんか。	多くの人々に読み継がれている世界の文学。この講座では、アメリカの文学作品や作者について紹介します。そして、アメリカの文化と歴史、執筆時の社会的な背景について学び、アメリカの文化について関心を深めます。	この講座では「農業技術の匠」などから有機農業に関わる話を聞いたり、実際に寄せ植えをつくったりして、農業と環境の関わりについて考えます。街中でもベランダ菜園など「農」はスタートできます。「農」からSDGsを始め、心も環境も潤わせませんか。	「偏見や差別を許さない」社会にはそんなフレーズが多く見られ、多くの人々が人権を尊重することが大切だと感じています。しかし、差別事象はあとを絶ちません。なぜ偏見や差別はなくならないのでしょうか。そのわけをみなさんと考え、一人ひとりの大切な「あなた」として接していくために必要なことを見つける機会としませんか？	地域の医療や保健体制は急速に変化しています。そのような中、自分の健康に着目するだけでなく、自身と家族の健康な暮らしを考えていくことが大切です。この講座では、在宅医療や健診、こころの健康、自律神経のバランスの整え方などについて学びます。一緒に自身と家族の健康について考えてみませんか？
学習 プロ グラ ム ・ 講 師 (敬 称 略)	① 11 / 2	① 11 / 11	① 10 / 22	① 1 / 31	① 2 / 15	① 2 / 3	① 1 / 21
	楽しく食べて 子どもの体と心を育む ～子どもが伸びる 食育の5つの工夫～	【公開講座】 過去の災禍に学ぶ 南海トラフ地震への備え	昭和区地名今昔	ヘミングウェイの作品から 学ぶ米文化	【公開講座】 知ろう!SDGsらいふ ～農業技術の匠の話から～	【公開講座】 「わたしと彼ら」に 分けるもの ～心のうちにあるプロセス～	【公開講座】【現地学習】 在宅医療を始める前の キホンと心がまえ
	椋花学園大学副学長・ 名古屋短期大学教授・同付属幼稚園長 小川 雄二	名古屋大学減災連携研究センター教授 福和 伸夫	八事・杵中歴史研究会	椋山女学園大学 国際コミュニケーション学部教授 長澤 唯史	有機農家 堆肥・育土研究所所長 橋本 力男	立命館大学総合心理学部准教授 鈴木 華子	みどり訪問クリニック 姜 琪鍋
	② 11 / 9	② 11 / 18	② 10 / 29	② 2 / 7	② 2 / 22	② 2 / 10	② 1 / 28
	食べて整える生活習慣 ～気持ち良い日は朝食から～	わたしの経験 ～東日本大震災から伝えたいこと～	資料が伝える 御器所周辺の歴史 ～民話・絵図・写真から～	米文学に登場する動物が 語るアメリカの文化	知ろう! 自宅野菜づくり ～育てるポイント～	その視点は誰の視点? ～障害者差別と合理的配慮に ついて考える～	【現地学習】 健診をもっと知り、 健康増進と疾病予防に 役立てよう
	MKCooking主宰 小早川 實香	元陸前高田市役所職員 鶴島 道子	同上	同上	グリーンアドバイザー 大島 紀子	名古屋市障害者差別相談センター職員	名古屋市立大学大学院看護学研究科 尾崎 伊都子
③ 11 / 16	③ 11 / 25	③ 11 / 5	③ 2 / 14	③ 2 / 14	③ 3 / 1	③ 2 / 18	
プロから学ぶ! 良い食材の見分け方 ～食の安全 お魚編～	わたしの自助 ～第一歩は知って備えること～	【現地学習】 歩いて感じる 御器所周辺の歴史	米国児童文学から学ぶ アメリカの文化	始めよう! 自宅野菜づくり ～土と自然農業から～	誰にでもある ジェンダー・バイアス ～行動を変えるために～	【現地学習】 家族のこころの 健康維持のコツ ～アサーティブコミュニケーション の活用～	
おさかなマイスター 神谷 友成	なごや防災ボランティアネットワーク昭和	同上	同上	同上	愛知淑徳大学非常勤講師 中島 美幸	名古屋市立大学大学院看護学研究科 小川 雅代	
④ 11 / 30	④ 12 / 2	④ 11 / 12	④ 2 / 21	④ 2 / 21	④ 3 / 8	④ 3 / 4	
プロから学ぶ! 良い食材の見分け方 ～食の安全 お野菜編～	みんなて共助 ～避難所設営を体験してみよう～	資料が伝える 川名周辺の歴史 ～民話・絵図・写真から～	米文学史とともに学ぶ アメリカの歴史	始めよう! 自宅野菜づくり ～寄せ植えに挑戦～	生み出された偏見や差別 ～同和問題(部落差別)の歴史から～	【現地学習】 中高年期を健康に 過ごすために 自律神経のバランスを 整える生活を考えよう	
野菜ソムリエプロ 大橋 千珠	同上	同上	同上	同上	元椋山女学園大学非常勤講師 古田 憲彦	名古屋市立大学大学院看護学研究科 中垣 明美	
⑤ 12 / 7	⑤ 12 / 9	⑤ 11 / 19	⑤ 3 / 7	⑤ 3 / 7	⑤ 3 / 7	⑥ 3 / 10	
みんな笑顔で 楽しい食卓 ～食卓でのコミュニケーションを 大切に～	【現地学習】 みんなの防災 ～最大震度や家具固定、 防災フィルム貼りを 体験してみよう～	【現地学習】 歩いて感じる 川原神社周辺の歴史	夢と自由の米文学 ～日本とアメリカ～	生涯学習Webナビなごや Webナビなごや 検索	同上	【現地学習】 自分の無意識を見つめて ～「わたしと彼ら」から 「わたしとあなた」へ～	
食育エキスパート 松井 香央梨	同上	同上	同上	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。	名古屋市教育委員会人権教育室主査	「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。	
会場	視聴覚室	視聴覚室 (第4回は体育室、第5回は現地学習)	視聴覚室 (第3回、第5回は現地学習)	視聴覚室	視聴覚室	視聴覚室	名古屋市立大学桜山キャンパス 看護学部 西棟2階

主催事業のお知らせ

【昭和三子子ども会育成連絡協議会共催】
里山ふれあい体験会
◇日時：11月28日(日)10:00～12:00
◇会場：八事山興正寺公園 興正寺五重塔前 集合
◇対象・定員：小さいお子さんから大人まで・20人
◇講師：自然観察指導員 篠田 陽作
◇内容：森の自然観察会、クラフト教室
※事前申込不要・参加無料

【昭和三子安心・安全で快適なまちづくり推進協議会共催】
ショウちゃんとおげよう!
“ショウちゃん風”


【(公財)名古屋市みどりの協会共催】
「鶴舞公園」の歴史と秋の色どり
◇日時：11月28日(日)14:00～16:00
◇会場：鶴舞公園
◇対象・定員：一般・20人
◇講師：鶴舞公園・名古屋市緑化センター所長 佐々木 辰夫
◇受講料：無料
◇申込：往復はがきまたは電子申請にて11月4日(木)必着

◇日時：12月4日(土)(雨天時は凧づくりのみ)
①10:00～12:00 作ろう!ショウちゃん凧
②13:30～15:00 あげよう!ショウちゃん凧
◇会場：①昭和生涯学習センター視聴覚室
②川名公園
◇対象：4歳から中学生までの子どもとその保護者・
10組(保護者1人に対して子ども2人まで)
◇講師：日本の凧の会 研谷 厚
◇教材費：1セット500円(子どものみ)
◇申込：往復はがきまたは電子申請にて11月4日(木)必着

本のひろば自遊らんど
子どもが本を借りたり読んだりするだけでなく
手あそびや工作などもできる自由に遊べる広場です。
※事前申込不要・参加無料
・開催日：第1第3月曜日(祝日はなし)
11:00～12:00
・対象：赤ちゃんから小学6年生
・定員：6人・期間：10/4～3/7
・会場：昭和生涯学習センターフクロウの部屋
※新型コロナウイルス感染症予防のため、以前と内容を変更して実施します。

子育てわいわいサロン
3か月から2歳児未満のお子さんをおもちの方が
親子で交流できる場です。
※事前申込不要・参加無料
・開設日：第3木曜日(祝日はなし)
10:00～11:30
・定員：5組・期間：10/21～3/17
・会場：昭和生涯学習センター第1・2和室
※奇数月には、子育て相談も行っています。

各講座共通事項

新型コロナウイルス感染症拡大防止のための新項目

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。
公開講座は、当日、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。感染症対策として、整理券には氏名・連絡先を記入し提出していただきます。
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。

■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ください。
■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・ヒアリング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。
■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、飲み物もお持ちください。
○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となります。
○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。