

自主学習グループ開設講座のご案内

日頃、当センターを中心に活動するグループが企画した自主開設講座です。グループの会員の皆さんと一緒に楽しく学んでみませんか。グループの会員になって活動を続けることもできます。

講座名	元気になる♪歌声広場☆	詩吟初心者講座	みんなで楽しく歌いましょう	微笑仏(円空仏)を彫ろう
曜日(時間)	火曜日(10:00~11:30)	水曜日(10:00~12:00)	金曜日(14:00~16:00)	金曜日(9:45~11:45)
主催グループ	元気になる♪歌声広場☆	清友吟詩会	狹野 and ひかると歌仲間	円空仏彫刻の会
一口案内	元気になる呼吸法、楽しく声が出るようになる発声や、脳を活性化させる脳トレを取り入れ、童謡・唱歌・世界の名曲、歌謡曲を楽しむ。	漢詩の読み方などの説明、腹式呼吸による発声練習	プロのピアニストの伴奏のもと、シャノン歌手が進行と指導を務めます。歌謡曲・フォークソング・世界の名歌などなじみの曲を歌ってゆきます。	円空は、仏師が作る旧来の儀軌にとらわれず、自由に多くの仏像を作成しました。それらをモデルとして模刻し、自分だけの仏像を作ります。
期間	1/18~2/15	11/10~12/1	10/8~11/26	11/5~12/17
対象・定員	一般・5人	一般・5人	65歳以上・8人	一般・5人
費用	1,000円	2,000円	2,000円	1,000円
持ち物	筆記具	筆記具	なし	平のみ、彫刻刀等(下記に記載あり)
会場	第2集会室	第2集会室	視聴覚室	第1・2和室
学習プログラム	①1/18 元気になる呼吸法、楽しい発声練習って何? ②2/1 懐かしい童謡・唱歌を歌おう ③2/15 簡単な二部合唱を楽しもう	①11/10 漢詩の読み方などの説明、腹式呼吸による発声練習 ②11/17 「偶成」の練習 ③11/24 「泊泰准」の練習 ④12/1 おさらい	①10/8②10/22③11/12④11/26 ・呼吸法、発声等のウォーミングアップ ・歌集をもとに10~13曲ほど歌ってゆく ・歌にまつわるエピソードを交え、歌の楽しさ、深さを味わう ・講師の独唱やピアニストの演奏を楽しむ	①11/5 オリエンテーション 千面菩薩像作成 ②11/19 ③12/3 ④12/17 薬師如来像作成 (持ち物詳細) 1.平のみ(刃幅24, 18, 9) 2.彫刻刀(印刀、平刀) 3.木槌又は金槌 4.のこぎり 5.物差し又は曲尺 6.鉛筆 7.手袋(革製) 8.電卓 9.錠(なた)あれば
申込方法	往復はがき 12/28(火) 必着	往復はがき 11/7(日) 必着	往復はがき 10/4(月) 必着	往復はがき 10/13(水) 必着

往復はがきによる申込方法は、天白白生生涯学習センターの主権講座と同じ要領ですので、下記をご覧ください。定員を超えた場合は、締切日以降にグループの会員で抽選して、その後結果の発送を行います。定員に満たなかった講座は、引き続き窓口にて受付を行うことがありますので、お問い合わせください。

申込方法と受講手続きについて

- **受講資格** 名古屋市内にお住まいか、お勤め、ご通学の方で、各講座ごとに定める対象者。 ※「一般」とは、15歳以上(中学生を除く)の方です。
- **申込方法** 「往復はがき」・「センター窓口」・「インターネット」による申込です。

《インターネットでの申込方法》

○下記URLまたは、名古屋市のホームページから電子申請サービスにアクセスして、申し込みください。(電子申請をする場合、必須項目等に注意してください)

【パソコン】 <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/>
【携帯電話】 <https://www.e-shinsei.city.nagoya.jp/m/>



電子申請サービスURL

《当センター窓口での申込方法》

○「返信用のはがき」をご持参ください。センター窓口にて所定の申込用紙に必要事項をご記入いただけます。
○はがきは、申込結果をお知らせするためのものです。官製はがき等で結構ですが、1講座につき1枚、返信先の郵便番号、住所、宛名を記入してご持参ください。

《往復はがきによる申込方法》

○はがき1通につき1講座ずつお申込みください。
※1講座につき1人(1組)1通のみ有効とします。

記入例

往復(表面)	返信(裏面)	返信(表面)	往復(裏面)
63 往復 468-0027 四日市自由 天白白生生涯学習センター 〒468-0027 名古屋市中区 大須4-1-1	返信 あなたへの住所 〒000-0000 あなたへの氏名	63 返信 あなたへの住所 〒000-0000 あなたへの氏名	①講座名 ②〒・住所 ③氏名 (フリガナ) ④電話番号 ⑤年代 ⑥

※「友遊セミナー」に申し込まれる方で託児をご希望の方は、⑥に「託児希望」と明記の上、お子さんの氏名(フリガナ)と年齢(講座初日)と生年月日を記入してください。
※市外にお住まいの方は、勤務先または通学先の住所地の区名を⑥に記入してください。
※消せるボールペンでの記入をご遠慮ください。

申込締切日	往復はがき・センター窓口・インターネット
	申込結果は申込締切日の翌日以降に返信用はがきまたはメールでお知らせします。
	9月28日(火) 必着 12月9日(木) 必着

■ 抽選および受講手続きについて

○応募者が定員を超えた場合は、申込締切日の翌日以降に抽選を行います。
○「当選」された方は、返信用はがきまたはメールでお知らせする期限までに、すべての講座に事前の受講手続きが必要です。教材費をご持参の上、センター窓口で受講手続きをしてください。
なお、手続きは代理の方でも結構ですが、受講できるのは当選者ご本人に限ります。
※ 辞退される場合は、お早めに当センターまでご連絡ください。
○「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をします。
○定員に満たなかった講座は、申込締切日以降、センター窓口で先着順に受付を行います。
※ 電話にて仮予約も可能です。

■ お知らせ・お願い

○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。
○受講にあたって手話通訳、資料の音声訳・点訳、ヒアリングルーブなどをご希望の方は、講座開講日の2週間前までに当センターまでご相談ください。
○駐車場は有料(1回300円、30分以内無料)です。駐車台数に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。
○お申込後は、原則として講座の申込契約を解除できません。(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)
○都合により、講座の内容、講師等が変更になる場合があります。
○傷害保険等の設定はしておりません。必要な方は各自でご加入ください。
○受講中に負傷された場合は応急で処置をしますが、その他の責任は負いません。
○現地学習の交通費は、自己負担になります。

2021 愛知スイミング・大成共同事業体 自主事業のご案内

▶ 折り紙教室

～楽しい折り紙の世界へようこそ～

指先を使って楽しむ折り紙は、脳トレに良いと言われていています。楽しく作品を作りながら、脳と気持ちを元気にしましょう!

開催日	予定作品	申込締切(必着)
①12/7(火)	トラ	11/15(月)
②1/4(火)	東京タワー	12/8(水)

開催時間: 10:00~11:30

定員: 各回8人

参加費: 各回800円

講師: 折紙作家 竹内ケイ

持ち物: 折り紙用紙

▶ マイカーセルフ点検(初心者向け)

～車の点検方法を学びましょう～

自分で車の点検をして、より安全な車の運転を目指しましょう! 座学と実車で点検方法を学びます。

日時: 1月25日(火) 10:00~11:00

対象: 車の免許をお持ちで、車の点検を自分で行ったことがない方

定員: 10人

講師: 一般社団法人 日本自動車連盟(JAF)

参加費: 無料

申込締切: 12月13日(月) 必着

▶ Zoom入門講座(パソコン編)

～ズームって何?から始めます～

Zoomって何?使えたら便利なの?そんな方からやってみよう! 誰でも簡単にわかる方への講座です。

日時: ①11月14日(日) 10:00~12:00

②1月22日(土) 10:00~12:00

※参加希望日ごとお申し込みください。

対象: パソコンを持参できる方。(タブレット・スマートフォン不可)
(パソコン・・・インターネットに接続できるカメラ・マイク・スピーカー付きのノートパソコン)

定員: ①②各6人

講師: 天白白サポート

参加費: 無料

申込締切: ①10月16日(土) 必着

②12月11日(土) 必着

【学習プログラム】

▶Zoom(ズーム)とは?

▶Zoomを始めるための準備

▶Zoomの使い方



<申込方法>

○往復はがき・窓口・インターネットでお申し込みください。詳しくは、「申込方法と受講手続きについて」をご覧ください。
○定員に満たない場合は先着順で窓口・電話にて受付します。

▶ ドローン操縦体験

～専用の会場でドローンを操縦します～

初めてドローンを操縦する方対象です。ぜひこの機会に様々なところで今後活用が期待されるドローンの操縦体験をしてみませんか。航空機構造組立会社系社から直接指導を受けられます。

日時: 3月7日(月)

①午前の部 10:00~12:00

②午後の部 14:00~16:00

※①②共に申し込みした場合、参加はどちらか1回になります。

対象: 一般 定員: ①②各10人

講師: 株式会社エアロテック 参加費: 3,000円

会場: JUAVAC ドローンエキスパートアカデミー名古屋校

株式会社エアロテック(熱田区)

申込締切: 12月16日(木) 必着

▶ ゆび編みバスマット

～Tシャツを切って、編んで、バスマットに大変身!～

捨てられないTシャツやくつ下などをザクザク切って、ゆび編みをし、新たな生活雑貨として再利用します。

日時: 11月2日(火)・16日(火) 10:00~12:00

対象: 一般

定員: 10人

講師: 手あみ生涯学習グループ 高崎恵美子

持ち物: 不要になったTシャツ・くつ下など、布を切るハサミ

参加費: 1,000円

申込締切: 10月5日(火) 必着

▶ 始めよう! スポーツ自転車ライフ

～憧れのスポーツサイクルに乗ろう!～

これから趣味でスポーツ自転車に乗りた方、生活の移動手段を自転車に変えてみたい方などを対象に、スポーツ自転車の魅力について学びます。

日時: 3月9日(水) 10:00~11:30

対象: 一般

定員: 10人

講師: ワタキ商工株式会社ニコー製作所 吉田幸司

参加費: 無料

申込締切: 12月16日(木) 必着

名古屋市天白白生生涯学習センター

〒468-0027
名古屋市天白白町大字島田字黒石4050番地
TEL(052)802-1161 / FAX(052)802-1162
<開館時間>9:00~21:00 ※日曜・祝日は17:00まで
<休館日>第2火曜日・第4月曜日・年末年始
<指定管理者>愛知スイミング・大成共同事業体

<交通アクセス>

- 【市バス】・八事①系統: 妙見町一平針住宅
・幹新瑞①系統: 新瑞橋一平針住宅
→「溝口」下車南へ200m
- ・原駅バスターミナルより発車する市バスすべてに乗車可
→「原中学校西」下車西へ600m
→白巡回バス: 地下鉄植田駅発着
→「白公園」下車すぐ

- 【地下鉄】・鶴舞線「植田」下車南へ1300m
- ・鶴舞線「原」下車南西へ1300m

令和3年度 名古屋市天白白生生涯学習センター

後期 講座・事業のご案内

曜日	時間帯	講座名	実施期間	回数	対象	締切日
水	午前	① (女性セミナー) 天白白女性教室 もっと輝くわたし! ~磨き続ける生き方からヒントを得て~	10/20~12/15	7	女性	9/28(火)
水・木	午前	② <なごや学> 天白白自然めぐり ~公園緑地で魅力再発見! ~	10/28~11/25	5	一般	
金	午前	③ (親学関連講座) 友遊セミナー 親子のためのハッピーコミュニケーション術【既見付】	10/29~11/26	5	小学生の保護者・子育てに関心のある方	12/9(木)
土・日	午前 午後	④ <なごや学> マイスター講座 体感! 荒池緑地の魅力! ~「荒池マイスター」とともに~	11/21~2/20	6	マイスターとして活動したい方	
水	午前	⑤ 安心! 安定! わたしの生活設計! ~今さら聞きづらいお金のこと~	1/26~3/2	5	一般	12/9(木)
木	午前	⑥ 地震発生! その時どうする?	1/20~2/17	5	一般	
金	午前	⑦ [天白白区役所共催] 天白白プロムナードを歩こう ~自然を感じて仲間と健康づくり~	1/21~2/25	5	一般	

公開講座

★入場無料★

【会場】第1集会室 【対象】どなたでも 【定員】40人(先着順) ◎講座開始の30分前に開場します。新型コロナウイルス感染症対策として、公開講座の定員を減らして開催します。公開講座は、当日講座開始1時間前(9時)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。(講座に当選された方も、公開講座の受講には整理券が必要です) 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。

10/20(水)

47歳からの夢実現
～歌は私の祈り～

講師: シャンソン歌手 遠藤 伸子
時間: 10:00~12:00

【女性セミナー】天白白女性教室
もっと輝くわたし! ~磨き続ける生き方からヒントを得て~ の第1回目を公開します。

10/29(金)

一緒にハッピーに!
～子どもの自信につながる言葉かけ～

講師: L&Dコミュニケーションズ(株)代表取締役社長 七田式幼児教室オーナー 堀内 裕一郎
時間: 10:00~12:00

【親学関連講座】友遊セミナー
親子のためのハッピーコミュニケーション術【託児付】の第1回目を公開します。

1/20(木)

知っておきたい、地震が起きるメカニズム

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准教授 山中 佳子
時間: 10:00~12:00

【地震発生! その時どうする?】の第1回目を公開します。

9/21(火)

<親学関連講座 幼児教育講演会> tupera tupera の舞台裏

日時: 令和3年9月21日(火) 午前10:30~12:00(午前10:00開場予定)
講師: tupera tupera 亀山 達矢
会場: イーブルなごや 定員: 150人(託児20人) ※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
※ 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 名古屋市東区泉1-1-4 名古屋市教育委員会生涯学習課(分室)

受講料: 無料 託児: 9月21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。



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。

締切日	申込締切：9月28日(火)<必着>		
講座名	〈女性セミナー〉【天白女性教室】 ①もっと輝くわたし! ～磨き続ける生き方からヒントを得て～	〈なごや学〉 ②天白区自然めぐり ～公園緑地で魅力再発見!～	〈親学関連講座〉 ③友遊セミナー 親子のための ハッピーコミュニケーション術 [託児付]
曜日	水曜日	②水曜日・①③④⑤木曜日	金曜日
時間帯	10:00～12:00	①10:00～11:30 ②～⑤10:00～12:00	10:00～12:00
対象員	女性・30人	一般・20人	小中学生の保護者・子育てに関心のある方・15人(うち託児6人)
受講料	無料	1,500円	1,200円
教材費	400円	—	(託児は別途300円)
一口案内	この講座では、わたらしさを大切に活躍する講師から、活動に至った経緯を聞いたりワークや体験を行ったりして、「わたらしさ」について考えます。みなさんと一緒に学びながら、あなただけの「わたし」を見つけ、社会参画の一歩を踏み出す機会としましょう。	天白区には、今も多くの緑地が残されており、貴重な動植物が生息しています。このような豊かな自然は天白区の魅力の一つです。天白区内にある公園や緑地を巡って天白区の豊かな自然とともに味わいませぬか。	よりよい親子関係を築くためには、親自身が学び、子どもとともに成長していくことが大切です。これからますますステキな親子関係を継続していくために必要なことって何でしょうか?この講座を通してそのヒントが見つかるかもしれません。親も子ども心穏やか、ハッピーな毎日をめざしてみませんか。
学 習 プ ロ グ ラ ム 等 (敬称略)	【公開講座】 ① 10/20 47歳からの夢実現 ～歌は私の祈り～ シャノン歌手 遠藤 伸子	10:00～11:30 ① 10/28 なごや・天白区の 公園緑地の魅力・特徴 名古屋産業大学講師 長谷川 泰洋	【公開講座】 ① 10/29 一緒にハッピーに! ～子どもの自信につながる言葉かけ～ L&Dコミュニケーションズ株式会社代表取締役社長 七田式幼児教室オーナー 堀内 裕一朗
	② 10/27 わたらしい虹をえがこう ～ライフキャリアの視点から～ キャリアコンサルタント・豊橋創造大学准教授 瀧崎 優佳	【現地学習】 ② 11/3(水) 相生山緑地で魅力再発見! ～都会のオアシス～ 相生山緑地オアシスの森くらぶ 大館 学	② 11/5 子どもが「話したい」と思うには ～「聴く」から始まる ハッピーコミュニケーション～ 日本コミュニケーション機構認定講師・人材育成研究家 奥田 みほ
	③ 11/17 ありのままのわたしを大切に ～大好きな韓方茶の魅力伝えて～ 韓方茶セラピスト@韓方茶会・韓国語教室主宰 金 イルミ	【現地学習】 ③ 11/11 細口池公園で魅力再発見! ～市民の力で生き物復活☆～ 細口池生き物復活クラブ 古川 敏江	③ 11/12 本から生まれるコミュニケーション ～ともに過ごすハッピータイム～ JPIC 読書アドバイザー・保育士 井出 ひかる
	④ 11/24 笑顔がわたしを変えた ～わたしがみつけた幸せの魔法～ 表情筋トレーナー 山田 万希子	【現地学習】 ④ 11/18 御幸山で魅力再発見! ～森に息づく史跡たち～ 天白ガイドボランティア歴遊会	④ 11/19 親子で早起き 朝ごはん ～我が家のハッピーな食卓～ 桜花学園大学教授 辻岡 和代
	⑤ 12/1 続けた先に輝くわたし ～ボディメイクヨガとともに～ ボディメイクヨガトレーナー 岩田 愛子	【現地学習】 ⑤ 11/25 島田緑地で魅力再発見! ～稀少な動植物のいる湿地～ 白玉草堂と八丁トンポを守る島田湿地の会 浅井 聡司	⑤ 11/26 これからも親子で ハッピーな毎日を ～効果的な伝え方で穏やかに～ 日本コミュニケーション機構認定講師・人材育成研究家 奥田 みほ
	⑥ 12/8 わたしもあなたも大切に ～アサーションで遠慮や 気兼ねからさようなら～ 株式会社NCAD代表 国際コーチ連盟プロフェッショナル認定コーチ 鈴木 佳代子	あいモン Twitter ツイッター フォローお願いします。 教育委員会生涯学習課からのお知らせやおススメ情報などを、あい・あい・あいさつ活動のマスコット「あいモン」が元氣なあいさつとともにツイートします。 	
	⑦ 12/15 もっと輝くわたし ～学習をふりかえって 新たな一歩～ 天白区地域女性団体連絡協議会会長 横地 道代		
会場	第1集会室(第1回) 現地学習(第2～5回)	第1集会室(全回) 【託児】第3集会室(全回)	

申込締切：9月28日(火)<必着>	申込締切：12月9日(木)<必着>	
〈なごや学マスター講座〉 ④体感! 荒池緑地の魅力! ～「荒池マスター」とともに～ ②⑤土曜日・①③④⑥日曜日 ①③④13:30～15:30 ②⑤⑥10:00～12:00 マスターとして活動したい方・15人 無料 — 荒池緑地にはたくさんの自然が残っています。この講座では、体験を通して、荒池緑地の魅力や自然を生かす工夫、保全活動について学びます。荒池緑地の魅力を存分に味わい、ともに守っていきましょう。	⑤安心! 安定! わたしの生活設計! ～今さら聞きづらいお金のこと～ 水曜日 10:00～12:00 一般・25人 無料 — 悪質商法はもちろんのこと、電子決済や資産運用をめぐる問題など、さまざまな消費者トラブルがあります。この講座では、消費者トラブルの解消法や生活設計の方法などを学びます。お金の関わりを見つめ直し、今後の生活に生かしていきましょう。	⑥地震発生! その時どうする? 木曜日 10:00～12:00 一般・20人 無料 — 大地震はいつ来るかわかりません。いざというときに、自らの命を守ることをはじめ、在宅での避難、避難所での避難など、事前に身に付けておくよい知識はたくさんあります。防災の知識を身に付けることで、巨大地震発生時に起こりうる事態を想定して、災害から身を守ることができるようになります。
この講座は「荒池マスター(荒池ふるさとクラブ)」のみなさんと協働して行います。	この講座は「自己責任」と言われる時代だからこそ…～お金の管理を考えてみましょう～ 愛知県金融広報委員会金融広報アドバイザー 岩田 敏子	【公開講座】 ① 1/20 知っておきたい、 地震が起きるメカニズム 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准教授 山中 佳子
【現地学習】 ② 11/27(土) 愛情を込めて育てます ～果樹園整備とシタケ菌打ち体験～ 荒池マスター(荒池ふるさとクラブ)	② 2/2 悪質商法を撃退するには? ～手口を知って身を守りましょう～ 愛知県金融広報委員会金融広報アドバイザー 岩田 敏子	【現地学習】 ② 1/27 地震が来ても慌てないために ～名古屋防災センターで地震体験～ 名古屋市港防災センター職員
【現地学習】 ③ 12/19(日) 自然を活用したくらし ～ミニ門松づくり体験～ 荒池マスター(荒池ふるさとクラブ)	③ 2/9 電子決済の有効な活用とは? ～便利さと注意点を知りましょう～ 愛知県金融広報委員会金融広報アドバイザー 内山 龍三	③ 2/3 どこにいても、まずは身の安全を! ～自分の命は自分で守る～ 天白でいぶり
【現地学習】 ④ 1/16(日) 自然の恵みを感じて ～果樹園整備と八朔収穫体験～ 荒池マスター(荒池ふるさとクラブ)	④ 2/16 資産運用って何すること? ～自分に合った方法を考えましょう～ 愛知県金融広報委員会金融広報アドバイザー 内山 龍三	④ 2/10 「在宅避難」のすすめ ～自宅を安全地帯に～ 天白でいぶり
【現地学習】 ⑤ 2/12(土) 匠の技術に感服! ～竹林整備と竹柵づくり体験～ 荒池マスター(荒池ふるさとクラブ)	⑤ 3/2 わたしの生活設計! ～ライフプランを立ててみましょう～ 愛知県金融広報委員会金融広報アドバイザー 松井 環	⑤ 2/17 もしも自宅を離れるときは… ～避難所生活の基礎知識～ 天白でいぶり
【現地学習】 ⑥ 2/20(日) 自然を守り、 自然を生かすわたしたち ～竹炭づくりに向けて～ 荒池マスター(荒池ふるさとクラブ)	生涯学習Webナビなごや 子どもとともに成長する楽しさを学ぶ「親学」、なごやの歴史・文化・自然を学ぶ「なごや学」、現代社会で解決が求められる課題を学ぶ「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。 生涯学習センター・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、「なごやの生涯学習の情報を調べることができます。」	
「なごや学マスター制度」は生涯学習センターで開催する「なごや学マスター講座」を受講し、受講後に学習や活動を継続する方を「マスター」として認定する制度です。	第1集会室(第1回、第3～5回) 現地学習(第2回)	

申込締切：12月9日(木)<必着>
【天白区役所共催】 ⑦天白プロムナードを歩こう ～自然を感じて仲間と健康づくり～ 金曜日 ①②10:00～12:00 ③～⑥10:00～11:30 一般・20人 1,500円 — 新型コロナウイルス感染症拡大によって、巣ごもり状態になっていませんか。歩くことは、ストレス解消や生活習慣病予防に効果があります。この講座では、ストレッチやアフターケアだけが予防をしながら、仲間と一緒に歩く、よい景色を見に行くなど、目的をもって歩くことをめざします。歩いて、健康に近づくと第一歩を踏み出しましょう!
① 1/21 1st.STEP! 継続は力なり ～長続きのコツ～ 株式会社ACE 健脚ウォーキングトレーナー
② 1/28 2nd.STEP! 急がば回れ ～ストレッチだけが予防～ 株式会社ACE 健脚ウォーキングトレーナー
【現地学習】 10:00～11:30 ③ 2/4 3rd.STEP! 「天白川河川敷コース」を ウォーキング! ～学んだことを実践しましょう～ 株式会社ACE 健脚ウォーキングトレーナー
【現地学習】 10:00～11:30 ④ 2/18 4th.STEP! 「相生山緑地コース」を ウォーキング! ～自然を楽しみながら歩きましょう～ 株式会社ACE 健脚ウォーキングトレーナー
【現地学習】 10:00～11:30 ⑤ 2/25 5th.STEP! 「天白公園コース」を ウォーキング! ～仲間と歩く楽しさを感じながら歩きましょう～ 株式会社ACE 健脚ウォーキングトレーナー
第1集会室(第1・2回) 現地学習(第3～5回)

【天白区役所共催】**無料**
受け継ごう! 八事の蝶々!
天白区の伝統玩具「八事の蝶々」。今年は色付け体験だけでなく、竹の細工もあわせて伝統の技を学びます。
日時：令和4年1月30日(日) 10:00～12:00
講師：八事の蝶々保存会 安江 春彦
対象：一般
定員：6人
会場：美術室
【締切】12月13日(月) 必着
【申込方法】裏面の「申込方法及受講手続きについて」をご覧ください。

生涯学習相談 無料
お役に立ちたい、
あなたのチャレンジに!
相談場所：当センターロビー
☆「生きがい」探し ○ボランティアをしたい
○定年後は?
☆「楽しみ」探し ○趣味・レクリエーション
☆「仲間」探し ○学習グループの紹介
☆「資格」探し ○介護福祉関連 ○パソコン etc
☆講座案内 ○公共施設・民間各種講座など
生涯学習に関する知識豊富なアドバイザーがあなたの「?」をお聞きし、必要なサポートをします。「悩み」や「疑問」をお気軽に話し、自分に合った生涯学習をスタートしてみよう。
※日程については、センターへお問い合わせください。

パソコン体験
天白! ITサポート会員が「文字入力ができるけれども編集できない方」や「表計算してみたい方」のために、4回連続のパソコン体験の講座を行っています。
日時：下記日程の土曜日(各4回) 10:00～12:00
受講料：1,200円
教材費：500円
定員：各6人
会場：フクロウの部屋
①はじめてのパソコン体験
※パソコンの基本的な使い方について学ぶ。初めてパソコンを操作する方が対象。10月9日・16日・23日・30日 申込締切：9月25日(土) 必着
②ワードの基本
※ワードの基本的な使い方について学ぶ。ローマ字入力できる方が対象。11月6日・13日・20日・27日 申込締切：10月16日(土) 必着
③はじめてのエクセル
※エクセルの基本的な使い方について学ぶ。ローマ字入力できる方が対象。12月4日・11日・18日・25日 申込締切：11月13日(土) 必着
④エクセルの基本
※エクセルの基本的な使い方について学ぶ。ローマ字入力できる方が対象。2月5日・12日・19日・26日 申込締切：1月15日(土) 必着
申込：「往復はがき」・「センター窓口」・「インターネット」による申込です。
※詳しくは、裏面の「申込方法及受講手続きについて」をご覧ください。

無料 テンパク・テニユア講座
●親子で遊ぼうわらべうた●
9:00より 電話にて先着順受付
★時間：1部・10:00～10:45
2部・11:00～11:45
★会場：和室
★対象・定員：
1部…0歳児とその保護者・5組
2部…1歳児とその保護者・5組

開催日	申込開始日
10月11日(月)	9月13日(月)
11月8日(月)	10月11日(月)
12月16日(木)	11月8日(月)
1月17日(月)	12月13日(月)
2月14日(月)	1月17日(月)
3月17日(木)	2月14日(月)