

令和3年度

東員町公民館講座 受講生募集

令和3年度公民館講座前期・通期分の受講者を募集します。

前期(6月～10月)、通期(6月～翌年3月)、各講座10回、5回、1回の設定です。
受講を希望される方は要項・申込についてをご確認の上お申し込みください。

なお、後期講座は「広報とういん8月号」でご案内します。

申込フォームはこちら↓



問い合わせ先

一般社団法人 東員町文化協会事務局

受付時間 9:00～17:00(日曜日、月曜日、祝日は除く)

TEL 0594-76-7711 FAX 0594-76-2888

E-mail info@toin-ca.org http://www.toin-ca.org

～ 1 d a y 特 集 ～

講座名	日時	講師名・(定員)	講座内容	持ち物・教材費
① 手打ちパスタ De ランチ風に	5/26(水) 9:30～12:00	野田 知子 (12名)	手打ちで麺づくり人気のバジルソースを作り、サラダ、デザートと共にランチしましょう。	エプロン、布巾、筆記用具 ◆1,800円
② 手作りパンとお菓子講座	5/27(木) 10:00～12:30	野田 知子 (12名)	手ごねでパン生地作り、クッキー生地をのせ人気のメロンパン、パバロアはフルーツソースと共に。	おみやげ袋、エプロン、布巾2枚、筆記用具 ◆1,000円
③ 盛夏の和菓子教室	5/28(金) 10:00～12:00	野田 知子 (12名)	朝顔はこなし生地で季節の上生菓子を。みぞれ饅頭は水まんじゅうの素と道明寺粉で作る清涼感の有る「流し物」です。	持ち帰り容器、エプロン、筆記用具 ◆1,000円
④ 米粉のパンとおやつ	5/29(土) 10:00～12:00	桑原 梓 (8名)	小麦なし!捏ね作業なし!米粉でグルテンフリーの手成形パンとおやつを作ります。	エプロン、布巾、手拭きタオル、持ち帰り容器 ◆2,000円
⑤ かわいいあんこのおやつ	6/2(水) 10:00～12:00	桑原 梓 (8名)	季節の練り切りやあんこのお花を作ります。かわいい和菓子を手作りしてみませんか。	エプロン、布巾、手拭きタオル、持ち帰り容器 ◆1,500円
⑥ フラダンス	6/2(水) 9:30～11:30	田口 麻美 (8名)	フラを踊ってみませんか?とっても楽しいですよ!準備するものは、やる気だけです!	(あれば)ハウ、筆記用具、お茶、タオル
⑦ はじめての iDeCo	6/2(水) 10:00～12:00	宮下 ふみ (7名)	投資が初めての方も大丈夫。基本からゆっくり学びましょう。	筆記用具 ◆コピー代 100円
NEW ⑧ アメリカンフラワー	6/2(水) 10:00～12:00	清水 禎子 (10名)	ワイヤーを形づけて合成樹脂液で作るお花です。ステキなお花を作ってみませんか。	ペンチ、ハサミ ◆1,500円
⑨ 初めてのクレイセラピー	6/2(水) 10:00～11:30	吉田 久美子 (8名)	大地のエネギークレイ(泥)を使いクレイハンドバック体験老廃物をデトックス。	ハンドタオル、筆記用具、ミニガラスボール、洗面器 ◆1,000円
⑩ 人物デッサン	6/2(水) 13:30～16:00	加藤 八重子 (10名)	人物を描く時の全身の分割の仕方、描き方、彩色。	画材一式、イーゼル、10号位の紙又はスケッチブック、数物 ◆1,500円
⑪ 初めてのネイルアート体験	6/2(水) 13:00～14:30	後藤 佳苗 (10名)	ネイルの綺麗に塗るコツや、質問にお答え致します。マニキュアとジェルネイルの違いを体験していただけます。	◆500円
⑫ 点字ってなに?	6/2(水) 13:30～15:30	中村 なるみ (10名)	点訳ボランティアをしてみたい方、点字に興味がある方、点字名刺を作ってみよう。	筆記用具
⑬ クロッシェのチャーム	6/2(水) 13:30～15:30	川松 由喜子 (8名)	透かし編みのモチーフにフェルトを貼り模様は浮きでてステキなチャームができます。	レース針0または2号(貸出可能) ◆500円
⑭ のし袋を書こう	6/2(水) 13:30～15:00	岩崎 清楓 (10名)	日常書くことの多いのし袋に筆ペンや小筆を用いて気楽に練習してみませんか。	◆筆ペン 500円、手本・教材代 100円
⑮ 風景画の描き方 (雨天中止)	6/3(木) 13:30～16:00	加藤 八重子 (10名)	風景を描く時構図のとり方、描き方。	画材一式、イーゼル(あれば)、携帯イス、スケッチブック、水筒、(野外のため)スポン、運動靴、長袖、帽子、彩色の為の水、数物
⑯ キッチン蒸留体験 (生姜)	6/3(木) 13:30～15:00	吉田 久美子 (8名)	1個の生姜から生姜の蒸留水・薬膳素材薬膳スープを作ります。香りを感じる食べる。	筆記用具、ミニハンカチ or タオル ◆1,000円

◆は教材費

17 前期 回数:10回 定員:7人

水彩画入門



絵を描く時どこから描くかということをはじめの方でもわかりやすく指導します。

講師 加藤 八重子

日時 6/12・26、7/10・24、8/7・28、
9/11・25、10/9・16
第2、4土曜 13:00~16:00

持ち物 古いタオル、筆記用具、消しゴム、水入れ、お手持ちの画材(えのぐ、筆など)

教材費 水彩道具10,000円程度

18 前期 回数:10回 定員:8人

かんたん水彩画



デッサンの経験がなくても水彩画のテクニックが段階的に短時間でマスターできます。

講師 永田 久美子

日時 6/3・24、7/1・15、8/5・19、
9/2・16、10/7・21
第1、3木曜 13:30~16:00

持ち物 水入れ、霧吹き、キッチンペーパー、えんぴつ、定規、ハサミ

教材費 初回回転10,000円程度

19 前期 回数:10回 定員:10人

アメリカンフラワー



ワイヤーを形づけて合成樹脂液で作るお花です。ステキなお花を作ってみませんか。

講師 清水 禎子

日時 6/7・21、7/5・19、8/2・16、
9/6・20、10/4・18
第1、3月曜 10:00~12:00

持ち物 ペンチ・ハサミ

教材費 1,500円/回

20 前期 回数:5回 定員:7人

とうげいをはじめよう



最初の作業はひも作り、粘土のひもを輪にして積上げ成形する技法。

講師 池田 文夫

日時 6/8、7/13、8/10、9/14、10/12

第2火曜 10:00~12:00

持ち物 前かけ、腕カバー

教材費 粘土1kg120円、釉薬代380円

21 前期 回数:10回 定員:7人

「基本の『き』からの着付け」



浴衣の着方と可愛い半巾帯の結び方着物は着崩れしやすいポイントを教えます。

講師 白子 久美子

日時 6/5、7/3、7/17・31、8/7・21、
9/4・18、10/2・16
第1、3土曜 10:00~12:00

持ち物 ゆかた、ゆかたスリッパ、履ひも4本、タオル2枚、前板、半巾帯、ピンチ、お手持ちの物を持ってきてください。足りないものがあれば用意します。小物類など

22 前期 回数:10回 定員:10人

たのしい着付け



お手持ちの着物をステキに着てみませんか? 初めての方も経験者の方も大歓迎です。

講師 西尾 洋子

日時 6/9・23、7/14・28、8/11・25、
9/8・22、10/13・27
第2、4水曜 10:00~12:00

持ち物 (前期・ゆかた):ゆかた、下着(ゆかたスリッパ)、半巾帯、履ひも 3本、帯板、伊達じめ1本、タオル 1枚、筆記用具

23 前期 回数:10回 定員:8人

洋裁教室



2種類の布地でキルト綿をはさんだ簡単ベストをリバーシブル仕立てで作ります。

講師 伊藤 真実子

日時 6/10・24、7/8・22、8/12・26、
9/9・23、10/14・21
第2、4木曜 9:30~12:00

持ち物 裁縫道具、ミシン持込可

教材費 布地3,500円(家に布地がある方は持参していただいても結構です)

24 前期 回数:5回 定員:8人

楽しい手編み



棒針を使ってベスト小物等、5回で完成できる作品づくりをします。初めての方は基礎を学び、編み物が楽しくなれるよう一緒に頑張りましょう。

講師 川松 由喜子

日時 6/14・28、7/12・26、8/9

第2、4月曜 9:30~11:30

持ち物 棒針6~8号、鉤針5または6号、はさみ、ものさし、筆記用具、毛糸など、当日準備できます

教材費 毛糸、棒針など約2000円

25 前期 回数:5回 定員:12人

気功健康法



気功は古くから伝わる、心と身体を癒す健康法です。気を養い健康寿命を伸ばします。

講師 鷺見 三重子

日時 6/9・23、7/14・28、8/11

第2、4水曜 19:00~21:00

持ち物 タオル、シューズ、お茶

26 前期 回数:5回 定員:7人

NEW やさしいバレトン



NY発フィットネス、バレエ、ヨガを含む新感覚のシェイプアップエクササイズです!

講師 中西 水季

日時 6/4、7/2、8/6、9/3、10/1

第1金曜 10:00~11:00

持ち物 飲み物、タオル、ヨガマット(バスタオルOK) 動きやすい服装(裸足で行います)

27 前期 回数:10回 定員:10人

らくらく健康吹き矢



健康維持のため、腹式呼吸で行なう吹き矢を楽しんでみませんか。

講師 伊藤 誠

日時 6/2・16、7/7・21、8/4・18、
9/1・15、10/6・20
第1、3水曜 10:00~12:00

持ち物 1回目は筆記用具、2回目以降は吹き矢の用具
教材費 入講後に購入(筒、矢、的、的紙)他、1セット約20,000円

28 前期 回数:10回 定員:10人

クラシックギター教室



ギターを持つことが初めての方、自己流でいまままで弾いてきた方、基礎から指導します。

講師 近藤 ナオ

日時 6/9・23、7/14・28、8/11・25、
9/8・22、10/13・27
第2、4水曜 14:00~16:00

持ち物 クラシックギター、譜面台、足台、チューナー
教材費 クラシックギター教本1,650円

29 前期 回数:10回 定員:8人

オカリナ初心者講座



もう一度音楽と接したい方に最適。簡単な曲が演奏できるまでを目指します。

講師 伊藤 正

日時 6/8・22、7/13・27、8/10・24、
9/14・28、10/12・26
第2、4火曜 19:00~21:00

持ち物 オカリナ、譜面台(百貨店で購入できる卓上レシビスタンドでも可)楽器は最初貸与、その後購入(すでにお持ちの方は購入不要)楽器3,300円~30,000円
教材費 200円

30 前期 回数:10回 定員:10人

パソコン入門



初心者向けに、パソコンの仕組み、操作方法について説明します。

講師 岡山 敏幸

日時 6/8・22、7/13・27、8/10・24、
9/14・28、10/12・26
第2、4火曜 13:30~15:30

持ち物 ノートパソコン(Windows10)、筆記用具
教材費 1,000円/10回

31 前期 回数:10回 定員:15人

スマホ・SNS活用講座



気軽にスマホの機能を学び、活用法とSNSの楽しみ方や分からないことを解決する。

講師 浜口 喜博

日時 6/5・26、7/3・17、8/7・21、
9/4・18、10/2・16
第1、3土曜 14:00~16:00

持ち物 Android・iPhone対応スマホ
教材費 テキスト代100円

32 前期 回数:10回 定員:12人

楽しいiPhone



Googleの無料サービスについて学んで、iPhoneを楽しく使いこなしましょう。

講師 大西 宗和

日時 6/17、7/1・15・29、8/12・26、
9/9・23、10/7・21
木曜 14:00~16:00

持ち物 iPhone、筆記用具
教材費 テキスト代500円(全10回分)

33 前期 回数:10回 定員:12人

楽しいAndroidスマホ



Googleの無料サービスについて学び、Androidスマホを楽しく使いこなしましょう。

講師 大西 宗和

日時 6/10・24、7/8・22、8/5・19、
9/2・16・30、10/14
木曜 14:00~16:00

持ち物 Androidスマートフォン、筆記用具
教材費 テキスト代500円(全10回分)

34 前期 回数:5回 定員:8人

認知症予防のアロマ



香りハーブクレイ薬膳を使用して嗅覚味覚を鍛え脳を活性化若々しさを保つアロマ。(更年期の方も)

講師 吉田 久美子

日時 6/22、7/27、8/24、9/28、10/26

第4火曜 10:00~12:00

持ち物 筆記用具、マグカップ、ピーカー、かくはん棒(準備できない方は斡旋します)
教材費 1,500円/回

35 前期 回数:5回 定員:8人

かわいいあんこのおやつ



季節の練り切りやあんこのお花を作ります。プレゼントにも喜ばれますよ♪

講師 桑原 梓

日時 6/9、7/14、8/11、9/8、10/13

第2水曜 10:00~12:00

持ち物 エプロン、布巾、手拭きタオル、お持ち帰り容器
教材費 1,500円/回

36 前期 回数:5回 定員:7人

はじめてのFP講座



身近だけど難しいお金のこと学んでみませんか?

講師 宮下 ふみ

日時 6/8・22、7/13・27、8/10

第2、4火曜 10:00~11:30

持ち物 筆記用具
教材費 コピー代500円

37 通期 回数:10回 定員:15人

ペン画入門



手軽に使えるドローイングペンを使って花、果物、野菜、風景を描きます。水彩で着色もします。

講師 岡田 佐江子

日時 6/4、7/2、8/6、9/3、10/1、11/5、
12/3、1/7、2/4、3/4

第1金曜 9:30~11:30

6/11、7/9、8/20、9/10、10/8、11/12、
12/10、1/14、2/11、2/25

第2金曜 9:30~11:30

持ち物 鉛筆H~2B、消しゴム
教材費 4,000円程度

38 通期 回数:10回 定員:7人

たのしい絵手紙



キャッチフレーズがヘタでいいヘタがいの絵手紙。親しい方に絵手紙出しましょう。

講師 伊藤 照子

日時 6/3、7/1、8/5、9/2、10/7、
11/4、12/2、1/6、2/3、3/3
第1木曜 10:00~12:00

持ち物 ・2B鉛筆、家があれば絵の具(ない場合買わないでください)、画材ピーマン、新聞、ティッシュ、水入れ、ハガキは準備します。
教材費 約10,000円

39 通期 回数:10回 定員:15人

抹茶で健康



日日は好日
ホッと一息
「和の暮らし」

講師 柴山 祐貴子

日時 6/5、7/3、8/7、9/4、10/2、
11/6、12/4、1/8、2/5、3/5
第1土曜 9:30~12:00

持ち物 懐紙、ふくさ、扇子、菓子切(お持ちでない方は初回にご購入の用意できます。)
教材費 1回500円(抹茶、菓子)座椅子あり

40 通期 回数:10回 定員:15人

書道に親しむ



基本の筆使いから始め、書道全般を広く浅く練習し、好きな書体で作品を作ります。

講師 小池 玲翠

日時 6/9、7/14、8/11、9/8、10/13、
11/10、12/8、1/12、2/9、3/9
第2水曜 9:30~11:30

持ち物 手持ちの書道用具一式(大筆、小筆、硯、下敷、文鎮、墨汁)
教材費 手本代、紙代(1回につき300円程度)、作品発表用の軸(3,000円程度)

41 通期 回数:10回 定員:10人

一から始める大人の書道



筆の持ち方から連筆まで一人一人手をとって丁寧に指導します。初心者の方も安心して始められます。

講師 岩崎 清楓

日時 6/17、7/16、8/20、9/17、10/15、11/19、12/17、1/21、2/18、3/18
第13:30~15:30

持ち物 書道具、新聞
教材費 手本代1,500円

42 通期 回数:10回 定員:8人

石のハンコを楽しもう



篆刻の初歩指導、好みの文字や干支印などを石に刻ってみましょう。用具は貸し出します。

講師 真田 九龍

日時 6/12、7/10、8/14、9/11、10/9、11/13、12/11、1/8、2/12、3/5
第2土曜 13:00~16:30

持ち物 シルバーグラス又は虫メガネ、印ふき古タオル
教材費 1,000/回 文化祭、文協まつり出品作印材は別途約2,000から2,500円

43 通期 回数:10回 定員:15人

ガラスアート



スタンドグラスニ比べお手軽に幅広く美しい彩りを楽しめます。

講師 佐橋 早苗

日時 6/22、7/27、8/24、9/28、10/26、11/23、12/14、1/25、2/22、3/8
第4火曜 13:30~15:30

持ち物 はさみ、カッターナイフ、15cm直定規、A4カッターマット、キッチンペーパー数枚、トレーシングペーパー、筆記用具
教材費 9,000円(年間) 初めて受講される方は道具代として2,185円必要です

44 通期 回数:10回 定員:12人

写真を撮って楽しもう



写真を楽しもう。自然散歩で風景撮影。撮影術を勉強会で習得し作品発表致します。

講師 小池 利隆

日時 6/5、7/3、8/7、9/4、10/2、11/6、12/4、1/8、2/5、3/5
第1土曜 10:00~12:00

持ち物 カメラ(機種は何でも可能)
教材費 資料代(コピー白黒10円 カラー40円)

45 通期 回数:10回 定員:12人

歌って学ぶ英語



幅広い音楽の歌詞を通して英語表現を学び実際に自分の言葉として唄うことを目指す。

講師 下里 梨花

日時 6/17、7/1、8/5、9/2、10/7、11/4、12/2、1/6、2/3、3/3
第1木曜 10:00~11:30

持ち物 A4クリアファイル(楽譜入れとして)、筆記用具、辞書
教材費 コピー代500円

46 通期 回数:5回 定員:12人

初心者用ばら栽培講座



お庭にばらの花を咲かせてみませんか。四季に応じたばらの手入れを習得できます。

講師 小島 治郎

日時 6/3、8/26、12/2、1/27、2/24

木曜 9:30~11:30

持ち物 筆記用具
教材費 2,000円

47 通期 回数:10回 定員:10人

基礎からのジェルネイル



ネイルの綺麗に塗るコツや質問にお答えいたします。マニキュアとジェルネイルの違いを体験していただけます。

講師 後藤 佳苗

日時 6/16、7/21、8/18、9/15、10/20、11/17、12/15、1/19、2/16、3/16
第3水曜 13:30~15:30

持ち物 ご自身でお持ちのネイル道具があれば(なければ購入できます)
教材費 テキスト代550円、ネイル道具10,000円程度

48 通期 回数:10回 定員:12人

手作りパンとお菓子講座



国産小麦で初めての方も家庭で本格的なパンを発酵の合間に季節の和洋菓子も。

講師 野田 知子

日時 6/3、7/1、8/5、9/2、10/7、11/18、12/2、1/6、2/3、3/3
第1木曜 10:00~12:30

持ち物 エプロン、手拭き、台ふき、筆記用具、お土産容器
教材費 1回1,000円×5回分前納(2分割で)

49 通期 回数:10回 定員:7人

老けにくい体を作る料理



肌・骨・血管・腸を若々しく保ち、肥満予防、ボケ防止の効果がある料理をご紹介します。

講師 岡本 真己子

日時 6/10、7/8、8/12、9/9、10/14、11/25、12/9、1/13、2/10、3/10
第2木曜 10:00~12:00

持ち物 エプロン、お持ち帰り用容器
教材費 1,500円/回

要 項

受講資格 一般成人(町内・外問わず)

受講料 町内在住・通勤者 1講座1回につき、500円
町外在住者 1講座1回につき、700円

開講初日に1講座回数分を集金します。(全額前納とします。)

※一旦納付された受講料は途中脱退されましても返金できません。

申込方法 郵便はがき、またはQRコード(ちらし表紙上部)からお申込みください。(電話不可)

締め切り 令和3年4月20日(火) (一社)東員町文化協会事務局必着

結果通知 お申込み者全員に5月中旬にお知らせします。

その他 応募多数の場合は抽選とします。

開講・不開講結果は5月12日(水)から総合文化センター窓口、当協会事務局入り口に掲示し、ホームページに掲載します。

申込について

- ①申込みの講座数の制限はありません。
- ②各講座とも6人以上の申込みがない場合は不開講となります。
- ③講習会場は総合文化センター内です。ただし、設定日・講習室は都合により変更になる場合があります。
- ④テキスト代、材料費、保険代その他の費用は受講者の実費負担です。
- ⑤キャンセルはご遠慮ください。やむを得ずキャンセルされる場合、キャンセル料が発生いたしますのでご注意ください。

はがき記入例

郵便はがき

5 1 1 0 2 5 1

東員町山田一七〇〇番地

一般社団法人 東員町文化協会
事務局 行

- ① 希望講座
(講座名を正確にご記入ください)
講座名 _____
- ② 住 所
〒 _____
町内在勤の方はお勤め先 _____
- ③ 名 前
(フリガナ) _____
- ④ 電話番号 (携帯番号可) _____