

中学校区（地域学習圏）ごとの講座案内は『地域生涯学習だより』として年2回（前期号・後期号）発行しています。掲載した講座の受講申し込みや問い合わせは、後日地区に回覧する講座案内ちらしを見てから、地区担当の生涯学習推進員、または生涯学習指導員までお願いします。

受講者の決め方については、開催地区が優先です。他地区の講座に参加を希望される方は、申し込み期限までに定員に満たない場合参加することができます。詳しいことは、その地区担当の生涯学習推進員、または生涯学習指導員まで開講1か月位前にお問い合わせください。

《小坂井東地区》

講座名	内容 / 講師	日時・回数	対象・定員	会場
絵手紙教室	絵手紙の楽しさを初歩から学びます。季節の野菜や果物、花などを題材にして絵手紙を作ります。 ／白井 康雄	4/26、5/10・24、6/7(金) 10:00~12:00 全4回	一般 20名	小坂井生涯学習センター
和紙ちぎり絵①	和紙に図案を付け、ちぎり、台紙に貼って作品を完成します。和紙のもつ温かみや感触を感じながら制作します。 ／波多野 式部	5/29、6/19(水) 13:30~15:30 全2回	一般 12名	小坂井生涯学習センター
脳活と軽運動でいきいきマイライフ（企業連携講座）	脳を活性化するような簡単なゲームや講話を交えながら、睡眠の質を高め、認知症予防につながる軽運動を体験します。 ／整体&リフレいなよし 稲吉 浩一	6/8・15・22(土) 10:00~11:30 全3回	一般 20名	小坂井生涯学習センター
ふるさと歴史教室	6月11日は、元禄七年 宮司 川出宗直著「菟足神社本縁」について学びます。18日は、夏目可敬著「三河国名所図会」をもとに学び、小坂井村の江戸時代に思いをはせます。 ／中村 重藏	6/11・18(火) 10:00~12:00 全2回	一般 20名	小坂井生涯学習センター
はじめてのスマホ教室 アンドロイド版（企業連携講座）	初心者でもわかりやすく、スマホの基本から学びます。体験スマホを準備します。1部・2部のどちらかを選んでください。 ／ソフトバンク	7/16・23・30(火) 1部 10:00~12:00 2部 14:00~16:00 全3回	一般 各15名	小坂井生涯学習センター
認知症予防体操（健康づくり推進事業）	予防に効果のあるその場でもできる運動、椅子に座ったままでもできる運動などを無理なく、楽しく体験します。 ／伊藤 聖子	9/4・18・25(水) 13:30~15:00 全3回	一般 20名	小坂井生涯学習センター
自然観察教室①	初秋の葦毛湿原の自然や植物を観察しながら、湿原の散策を楽しみます。 ／藤原 優年	9/11(水) 9:00~15:00 全1回	一般 20名	豊橋市 葦毛湿原

《小坂井西地区》

講座名	内容 / 講師	日時・回数	対象・定員	会場
姿勢調整教室	ピラティスの動きで、良い姿勢を保つためのインナーマッスルを鍛えたり、身体の柔軟性を高めたりする運動を楽しく行います。 ／八石 淑恵	4/23・30、5/7・14(火) 10:00~11:30 全4回	一般 30名	小坂井生涯学習センター
親子体操教室	幼児と親と一緒に楽しむふれあい体操の教室です。親子のスキンシップを通して健康づくりに取り組みます。 ／志村 貴子	6/5(水) 10:00~11:30 全1回	幼児と親 20組	小坂井生涯学習センター
中高年の楽しい食卓①（健康づくり推進事業）	栄養のバランスを考えた健康づくりに役立つ料理教室です。おいしく食べられるよう工夫して調理します。 ／中西 孝子	6/21(金) 10:00~12:30 全1回	一般 16名	小坂井生涯学習センター
蜜蜂からの贈り物（企業連携講座）	蜜蜂から見た生態系について学習するとともに、蜂蜜の生絞りを体験します。 ／有限会社さんぼ道 市川 洋至	6/22(土) 10:00~12:00 全1回	親子・一般 10組	小坂井生涯学習センター
なつかしい歌をうたおう①	童謡・唱歌・演歌・フォークなど皆さんの知っている歌と一緒に楽しく歌います。 ／ぽこ♪あ♪ぽこ	6/26(水) 13:30~15:00 全1回	一般 30名	小坂井生涯学習センター
大人の日々のパン①	簡単にできて、しかも美味しさ満点のパンを作ります。焼きたてのパンの匂いは心も体も癒されます。 ／辻 良枝	6/29(土) 10:00~12:00 全1回	一般 10名	小坂井生涯学習センター
籐工芸教室①	籐の特性を生かした工芸品を作るための基礎・基本を学びます。実用品の制作に挑戦します。 ／鈴木 弘子	7/2・9(火) 10:00~12:00 全2回	一般 10名	小坂井生涯学習センター
からだ生き生きセルフケア&歌ストレッチ	体と心をほぐすツボと健康ストレッチを、懐かしの歌と一緒に楽しく学びます。 ／藤田 京子	7/6、8/3(土) 10:00~11:30 全2回	一般 20名	小坂井生涯学習センター
盆踊り講習会	恒例の盆踊りの講習会です。町内会で行う盆踊りを楽しく踊ることができるように練習します。 ／野崎 妃三枝	7/19(金) 19:00~21:00 全1回	一般 40名	小坂井生涯学習センター
陶芸教室①（企業連携講座）	土のこね方から様々な技法まで、楽しく学べる教室です。初心者の方も安心して参加できます。 ／尾藤工芸社 尾藤 博信	7/24・31(水) 10:00~12:00 全2回	親子・一般 10組	小坂井生涯学習センター
非常時に役立つクッキング	大災害発生！その時あなたは？～命をつなぐパッキング～災害等に備え、非常時に役立つ調理方法を学びます。 ／西川 賢次	9/10(火) 9:00~12:00 全1回	一般 10名	小坂井生涯学習センター

