

《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	4/25、5/9・23、6/6(金) 10:00～12:00 全4回	一 般 20名	小坂井生涯 学習センター
自然観察教室①	初夏の桜淵公園の散策をします。新城市の花ササユリに会えることを期待しています。 ／藤原 優年	5/28(水) 8:00～15:10 全1回	一 般 20名	新城市 桜淵公園
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	6/4・18(水) 13:30～15:30 全2回	一 般 12名	小坂井生涯 学習センター
ふるさと歴史教室	菟足神社宮司川出氏の先祖「秦石勝」について、菟足神社所蔵「大般若経」（国指定重要文化財）の謎について学びます。 ／中村 重藏	6/10・17(火) 10:00～12:00 全2回	一 般 20名	小坂井生涯 学習センター
脳活と軽運動で 〇〇才若返り (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、健康で豊かな生活をおくるコツを学びます。 ／整体&リフレいなよし 稲吉 浩一	6/14・28、7/5(土) 10:00～11:30 全3回	一 般 20名	小坂井生涯 学習センター
クラフトテープで かごバックを作ろう	クラフトテープ工芸の基礎から応用まで学びます。生活で生かせるかごバックを作ります。 ／榊原 ひとみ	7/1・8(火) 10:00～12:00 全2回	一 般 20名	小坂井生涯 学習センター
骨・カルシウム セミナー (企業連携講座)	骨に欠かせないカルシウムなどの栄養素や、骨の健康を維持するポイントを学びます。 ／雪印メグミルク 食育・普及担当者	7/15(火) 11:00～12:00 全1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、スマホの基本的な使い方や安全に使うポイントなどを学びます。1部・2部のどちらかを選んでください。 ／ドコモ株式会社	7/22(火) 1部 9:45～12:00 2部 13:45～16:00 全1回	一 般 12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	9/3・17、10/1(水) 13:30～15:00 全3回	一 般 20名	小坂井生涯 学習センター
大人の 日々のパン②	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	9/13(土) 10:00～12:00 全1回	一 般 10名	小坂井生涯 学習センター

《小坂井西地区》

講 座 名	内 容 ／ 講 師	日 時・回 数	対象・定員	会 場
健康太極拳	簡単な動作を体験します。体を支える力、足を上げる力、バランスを保つ力を鍛えることで、様々な健身効果が得られます。 ／村田 正彦	4/4・11・18・25(金) 10:00～12:00 全4回	一 般 10名	小坂井生涯 学習センター
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	4/15・22 (火) 5/13・20 (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	幼児と親が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	6/4(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
健康体操教室 (健康づくり推進事業)	幼児音楽に合わせて楽しく全身運動をします。気持ちよく汗を流して、心身ともにリフレッシュします。 ／河原 郁恵	6/5・12・19 (木) 13:30～15:00 全3回	一 般 15名	小坂井 文化センター
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	6/20(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。はちみつパワーの秘密を学びます。 ／有限会社さんぼ道 市川 智代	6/21(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	6/25(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	6/28(土) 10:00～12:00 全1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。自分の体のセルフケアができるようになります。 ／藤田 京子	7/5、8/2(土) 14:00～15:30 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夏祭りで楽しく踊ることができるよう練習します。 ／野崎 妃三枝	7/11(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	9/23・30(水) 10:00～12:00 全2回	一 般 10名	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？ ～命をつなぐバッククッキング～ 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	9/9(火) 9:00～12:00 全1回	一 般 10名	小坂井生涯 学習センター