

生涯学習情報 かみかみはら



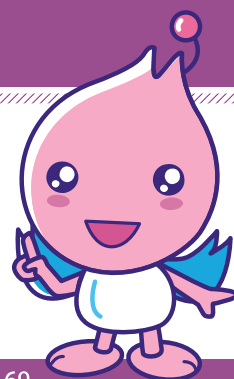
COURSES AUTUMN/WINTER

秋からの講座案内

2026
秋号
AUTUMN

目次

- 3 ライフデザインセンターの後期長期講座
- 13 登録講師企画講座
- 14 クラブ・サークル発表会
- 14 その他の講座
- 18 大学公開講座等



各務原市産業活力部 いきいき楽習課

〒 504-8555 各務原市那加桜町 1-69
各務原市役所北庁舎（産業文化センター 6 階）
TEL 058-383-1210（直通）

ライフデザインセンター 令和8年度 後期長期講座

■申込等のスケジュール

★月曜日は休館。西ライフデザインセンターのみ開館。

8/18	19	20	21	22	23	24★	25	26	27	28	29	30	31★	9/1	2	3	4	5	6	7★	8	9
火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水
抽選申込期間							抽選期間							当選発表・受講料支払期間								

■申込方法

インターネットでの申込方法

8月18日(火) ～ 27日(木)

- ①「各務原市 講座・教室」で検索。
(もしくは右記二次元コードから)
- ②「ライフデザインセンター講座」から希望する講座のあるライフデザインセンターをクリック。
- ③希望講座を選び、抽選申込フォームにて申し込み。
※迷惑メール防止設定を確認し@logoform.jpと@city.kakamigahara.gifu.jpからの2つのメールを受信できるように設定してください。
※認証メールが迷惑メールフォルダに入ることがありますのでご注意ください。

受付確認メールが届きます

当選者の発表は

9月2日(水) 午前9時までに

当選案内メールが届きます。
(届かない場合は落選です。)
各務原市ウェブサイトでも確認できます。

受講料のお支払は

9月2日(水) ～ 9日(水)

申込講座の担当ライフデザインセンター窓口で受付。9日までにお支払いがない方の当選は無効となります。
当選を辞退する方は、早めにご連絡ください。
※支払い後の受講料は、原則払い戻しできません。

窓口受付時間 午前9時～午後5時

※夜間受付は、申込場所へお問い合わせください。

窓口での申込方法

8月18日(火) ～ 27日(木)

希望講座の申込場所にある「抽選申込書」に必要事項を記入して提出。

窓口受付時間 午前9時～午後5時

当選者の発表は

9月2日(水) ～ 9日(水)

- ・各務原市のウェブサイトに掲載
「各務原市 講座・教室」で検索。
(もしくは右記二次元コードから)
- ・申込窓口で掲示 ★
申込時にお渡しした「抽選申込書(控え)」をご持参ください。

〈注意事項〉

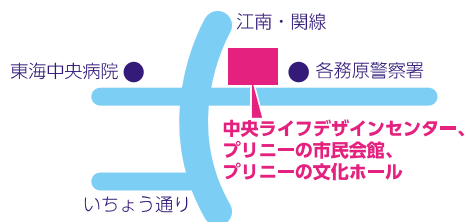
- ・抽選申込は、1講座につき1人1回までです。
- ・定員に空きがある講座は先着順で申込可能です。
- ・受講者には、仲間づくりのために名札を配布します。
- ・天候や講師の都合などにより、やむを得ず、講座の中止や延期する場合があります。
- ・講座が中止になり、受講料の返金が生じた場合は、返金手続きにご協力をお願いします。「領収書」はなくさないようお持ちください。
- ・講座で撮影した記録写真は、広報紙などに使用することがあります。
- ・友人やご家族など、一緒に受講を希望する場合でも抽選時の配慮はできません。
- ・対象の記載がない講座は、18歳以上対象となります。
- ・当選権利の譲渡はできません。
- ・受講希望者が、5人以下の講座は開講しません。
- ・申込多数の場合には、市内在住、在勤・在学の方を優先します。

中央ライフデザインセンター

☎058-389-1820 (月・祝日休館)

NEW

は当センターで
初開催される講座です



■住所 各務原市蘇原中央町2-1-8

◆申込方法は、2ページをご確認ください。

1 筆で楽しむ ゆったり書道時間			2 困ったときのお助けマン！スマホがもっと頼みになる		
火曜	10:00 ~ 11:30 (全8回)	講師 岡地 錦舟	火曜	10:00 ~ 11:30 (全5回)	講師 ハートランド株式会社 秋元 篤
定員 15人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 2,400円 教材費 1,600円	定員 16人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 無料
① 10/6 ② 10/27 ③ 11/17 ④ 12/1	⑤ 12/15 ⑥ 1/5 ⑦ 1/19 ⑧ 2/2	全8回の大人向けの書道講座です。書道を気軽に楽しみながら、自分と向き合う時間を一緒に過ごしませんか？書道が初めての方も昔やっていた方も大歓迎です。趣味として学びたい方にもおすすめです。	① 10/6 ② 10/27 ③ 11/17	④ 11/24 ⑤ 12/1	スマホの「あれ？」「どうするの？」をすぐに解決！文字入力が苦手でも、話しかけるだけでレシピやニュースを教えてくれる、頼れる便利な使い方を学びませんか？ ※前回 (令和8年前期講座) と同じ内容の講座です。初めて受講の方が優先です。
3 歩いて学ぶかかみがはら			4 ヨーロッパの文化に触れながら カンツォーネ・シャンソン etc...を歌おう！ NEW		
火曜	13:30 ~ 15:30 (全6回)	講師 大堀 等	火曜	13:00 ~ 14:30 (全5回)	講師 金光 順子 ダニエル・フォルロー
定員 16人	申込：中央ライフデザインセンター 開催：現地	受講料 1,800円	定員 30人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円
① 10/13 ② 10/20 ③ 10/27	④ 11/10 ⑤ 11/17 ⑥ 11/24	歴史ある町「かかみがはら」を歩きながら楽しく学びましょう。限られた回数ですが、出来るだけ広範囲のコースを作ってみました。と一緒に「かかみがはら」を歩いてみませんか。	① 10/6 ② 10/20 ③ 11/17	④ 12/15 ⑤ 1/5	旅気分を味わいながら、おしゃれにカンツォーネやシャンソンを歌いませんか。映画のシーンを思い出しながら「オー・ソレ・ミオ」や「枯葉」など、歌いやすい歌を選曲しました。楽譜が読めない方でも大丈夫です。講師の歌と生演奏も楽しんでいただきます。
5 【女性限定】ゆるふわ リンパマッサージ			6 【男性限定】メンズヨガ		
火曜	18:30 ~ 20:00 (全5回)	講師 宇津 恵美	火曜	19:00 ~ 20:15 (全8回)	講師 KIKUKO
定員 16人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円 教材費 500円	定員 10人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 2,400円
① 10/27 ② 11/24 ③ 12/22	④ 1/26 ⑤ 2/16	自分の心と身体をセルフリンパマッサージで緩めて、流して、愛でてあげよう！脚や首、肩、二の腕、デコルテを優しくほぐし、頭もすっきり。リフトアップ効果も目指します。	① 10/20 ② 11/10 ③ 11/24 ④ 12/8	⑤ 12/22 ⑥ 1/12 ⑦ 1/26 ⑧ 2/9	男性だけのヨガ。体が硬くても大丈夫です。自分と向き合う至福の時間を楽しみましょう。一緒に気持ちよく体を動かしてリフレッシュしましょう。 ※対象：18歳以上59歳以下の男性
			7 バッハを旅する クラシック音楽講座		
水曜	10:00 ~ 11:30 (全5回)	講師 波多野 有紀	水曜	10:00 ~ 11:30 (全5回)	講師 波多野 有紀
定員 50人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円	定員 50人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円
① 10/14 ② 11/25 ③ 12/23	④ 1/27 ⑤ 2/24	ヨハン・ゼバスティアン・バッハ。音楽家の肖像画は印象的でしたが、身近なようで身近ではない作曲家かもしれません。バッハとは日本語では小川という意味ですが、その音楽の世界は果てしない大海にも例えられます。バッハの世界を旅してみませんか？無伴奏ヴァイオリンソナタ、パルティータ全6曲を講座の日程のなかで全曲演奏します。	① 10/14 ② 11/25 ③ 12/23	④ 1/27 ⑤ 2/24	
8 絵絹に描く日本画 (初歩) NEW			9 【男性限定】おとこのバランスボール		
水曜	13:30 ~ 15:30 (全6回)	講師 島田 智博	木曜	10:00 ~ 11:15 (全5回)	講師 藤田 美香
定員 10人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,800円 材料費 3,000円	定員 10人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円 ボールレンタル料 1,500円
① 10/7 ② 10/21 ③ 11/4	④ 11/18 ⑤ 12/2 ⑥ 12/16	絵絹の産地各務原で織られた絹に絵を描く体験をします。色紙サイズ程の絵絹に膠(にかわ)で絵具を練ったリ水を使って暈(ぼか)したり、少し手間が掛かりますが楽しみながら作品完成を目指します。	① 10/1 ② 10/8 ③ 10/22	④ 11/5 ⑤ 11/19	バランスボールストレッチで心と体をほぐし、基礎体力・筋力づくりを楽しみながら行います。バランスボールの正しい基本姿勢の習得で、体幹を鍛え、腰痛予防、転倒防止へ。柔軟性を高め、動かしやすい身体づくりをめざしましょう。 ※対象：50歳以上74歳以下の男性

10	自然観察さんぽ ～秋・冬編～		
木曜	10:00～12:00 (全5回)	講師 ふれあいの森自然学校	
定員 16人	申込：中央ライフデザインセンター 開催場所：現地	受講料 1,500円	
① 10/15	④ 2/18	身近な自然と触れ合い、のんびり歩きながらお話を聞きます。樹木・草・鳥・昆虫など幅広く観察し、その見方・接し方を学びましょう。自然の中で五感をフル稼働させる楽しい講座です。	
② 11/19	⑤ 3/18		
③ 12/17			

12	Way Me® ～身体を整えるエクササイズ～ NEW		
金曜	10:00～11:15 (全8回)	講師 後藤 瑞季	
定員 20人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 2,400円	
① 9/25	⑤ 11/20	“自分で自分を癒そう”をコンセプトに、深い呼吸を促し、主に胸周りや背骨、股関節を丁寧にストレッチしていきます。心と身体両方から整えていき、姿勢や自律神経の調整を行います。	
② 10/9	⑥ 12/4		
③ 10/23	⑦ 12/18		
④ 11/6	⑧ 1/8		



11	国際薬膳師が伝える家庭薬膳 NEW		
木曜	18:30～20:30 (全5回)	講師 田辺 ユミ	
定員 24人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円 材料費 7,500円	
① 10/15	④ 1/28	夕方になると疲れて笑顔が消えていますか。食生活を見直すと、原因の分からなかったしんどさから解放されることがあります。身体を整える家庭薬膳はスーパーで揃う食材から行うので、一生モノの学びになります。薬膳茶をいただきながらの座学と料理実習のセット講座です。	
② 11/19	⑤ 2/18		
③ 12/17			



13	我が国の防衛について ～防衛省・自衛隊の取組について～ NEW		
金曜	10:00～11:30 (全5回)	講師 辰井 一成	
定員 20人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 1,500円	
① 10/16	④ 11/27	わが国周辺の厳しい安全保障環境や防衛省・自衛隊の取組について丁寧に説明いたします。弾道ミサイル落下時の行動については、具体的に説明するとともに体験してみましよう。	
② 10/30	⑤ 12/11		
③ 11/13			

14	デジタル一眼レフカメラ使い方講座 ～基礎編～ NEW		
金曜	13:30～15:00 (全5回)	講師 末松 グニエ 文	
定員 10人	申込：中央ライフデザインセンター 開催場所：中央ライフデザインセンター・現地あり	受講料 1,500円	
① 12/11	④ 1/29	一眼レフカメラを買ってみたものの使い方がよくわからない。家族の写真や風景写真、旅行先でどう使えばキレイな写真が撮れるのか？そんなお悩みの方にピッタリの講座です。※野外撮影時は現地集合・解散です	
② 12/25	⑤ 2/12		
③ 1/15			



15	金継ぎ入門		
土曜	10:00～11:30 (全7回)	講師 上山 明子	
定員 12人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 2,100円 教材費 12,000円	
① 10/10	⑤ 11/28	本格的な漆を用いた金継ぎを学びます。初心者には欠け、経験者は割れの修復に挑戦。大切な器を直しながら、ものを長く使う楽しさや美しさを感じていただけます。 ※手袋を着用しますが、漆が付着しますとかぶれる場合があります。	
② 10/24	⑥ 12/5		
③ 11/14	⑦ 12/12		
④ 11/21			

16	パパと子どものパン作り NEW		
土曜	10:00～12:30 (全5回)	講師 三浦 真由美	
定員 8組	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 2,000円 材料費 6,000円	
① 10/31	④ 1/30	かっこいいパン屋さんになりきって！パパと子どもと協力して、家族が喜ぶおいしいパンを作りましょう。国産小麦を使い、砂糖や油脂を控えたからだに優しい手ごねパンです。 ※対象：小学生と父親のペア	
② 11/7	⑤ 2/6		
③ 12/5			



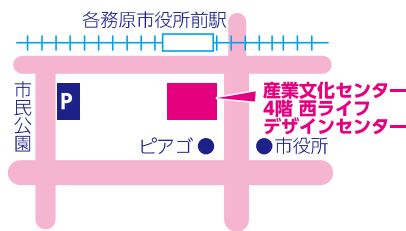
17	Excel をゆっくりじっくり学ぶ NEW		
日曜	9:30～11:30 (全8回)	講師 青木 貴宏	
定員 12人	申込・開催場所 中央ライフデザインセンター	受講料 2,400円 教材費 2,200円	
① 10/11	⑤ 11/15	Excel初心者の方、これから始める方を対象に効率の良いデータの入力、計算の入力、基本的な関数の使い方、表の作り方、グラフの作り方をゆっくりじっくり学びます。教材：日経BP『Excel2024セミナーテキスト基礎』	
② 10/25	⑥ 11/22		
③ 11/1	⑦ 11/29		
④ 11/8	⑧ 12/6		

西ライフデザインセンター

☎058-383-1121 (祝日休館)

NEW

は当センターで
初開催される講座です



■住所 各務原市那加桜町2-186 産業文化センター 4階

◆申込方法は、2ページをご確認ください。

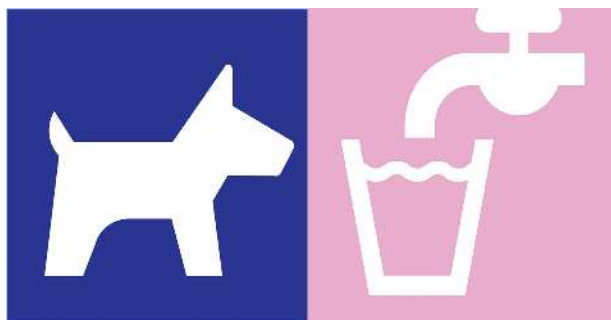
1	小池肇子先生の大人の百人一首		
月曜	10:00 ~ 11:30 (全5回)	講師 小池 肇子	
定員 40人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円	
① 10/19	④ 1/18	かるた取りや坊主めくりで馴染み深い「百人一首」。自然を詠んだ季節の歌や、大人だからこそ味わえる恋の歌を選び、当時の生活様式と時代背景を織り交ぜながら、やさしく面白く解説します。 ※前回とは違う歌を取り上げます。	
② 11/16	⑤ 2/15		
③ 12/14			

2	昭和の名曲 こころに沁みるメロディ		
月曜	13:30 ~ 15:00 (全5回)	講師 大谷 泰史	
定員 40人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円	
① 10/26	④ 1/25	昭和の名曲を生演奏と共に迎いませんか。今回は誰もが知っている懐かしのシンガーソングライターを取り上げます。懐かしいねと回想しながら、思い切り声を出し、楽しく脳を活性化させましょう。	
② 11/9	⑤ 2/8		
③ 11/30			

3	心地よいお手当法 ~ 「いざ」という時の備えを学ぶ~		
火曜	10:00 ~ 12:00 (全5回)	講師 小崎 幸恵	
定員 16人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円 材料費 1,500円	
① 9/29	④ 12/22	古くて新しい「おばあちゃんの智慧」と「陰陽五行」を学びます。「これを知っておくといざという時に役にたつ!」という心とからだをとのえる術(すべ)をキッチンにある食材や野菜、また季節ごとの野草を使って楽しく学びながらつくってみましょう!	
② 10/27	⑤ 1/26		
③ 11/24			

4	パチパチ弾こう! そろばんで脳トレ!		
火曜	9:30 ~ 11:00 (全5回)	講師 中村 亜綺	
定員 20人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円	
① 10/6	④ 12/1	人が健康に暮らしていくために必要とされる「考える・記憶する・話す・笑う」を楽しみながら鍛える、イマドキのそろばん講座。脳トレツールとして注目のそろばんで脳を活性化させましょう! そろばん初心者の方も、お気軽にどうぞ!	
② 10/20	⑤ 12/22		
③ 11/17			

5	南海トラフ地震に備える		
火曜	10:00 ~ 12:00 (全5回)	講師 各講師陣	
定員 30人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円	
① 10/6	④ 12/1	巨大地震はいつどこで起きるかわかりません。発生すれば広域に甚大な被害をもたらすと言われる南海トラフ地震や巨大地震等、地震のメカニズム、災害の備えについて学びます。岐阜大学、ぎふ木造建築相談センター、ソフトバンク、日本赤十字社、他各講師陣	
② 10/20	⑤ 12/15		
③ 11/17			



6	映える写真の撮り方「料理編」		
火曜	13:30 ~ 15:00 (全5回) ※②③は異なる	講師 みっばら康次	
定員 12人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階・現地	受講料 1,500円	
① 9/29	④ 11/10	盛り付け方など、映える写真のコツを初心者向けに解説します。スマホのカメラでもOK! 楽しく撮影ロケへも出かけましょう。 日程の②③は、名鉄鵜沼駅や犬山駅から徒歩15分程度の現地で集合解散の予定、別途現地での食事代が必要です。	
② 10/13	⑤ 11/24		
③ 10/27			

7	シリーズ日本漢詩鑑賞④「江戸時代前期の漢詩」		
火曜	13:30 ~ 15:30 (全6回)	講師 三島 徹	
定員 30人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,800円	
① 10/6	④ 12/1	江戸の漢詩文化は、朱子学を中心とした漢学の興隆と共に、多くの儒学者により発展を遂げましたが、実は学者や僧侶だけでなく、俳諧や川柳などの文芸と並んで盛んになり、やがては明治、大正へと興隆の一途をたどります。中でも著名な人々を取り上げ、鑑賞していきます。	
② 10/20	⑤ 12/22		
③ 11/17	⑥ 1/12		



8	心を癒す曼荼羅アート		
火曜	13:30～15:30 (全5回)	講師 平山 百合子	
定員 16人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円 材料費 2,000円	
① 10/13 ② 10/27 ③ 11/10	④ 11/24 ⑤ 12/8	無心で点を打つ、線を描く作業にはリラックス効果もあり、ストレス発散にもなります。初めての方でも曼荼羅アートを楽しんでいただけます。日常から自分を解放して豊かな時間を楽しんでみませんか？	



9	夜のメンズ椅子ヨガ			NEW
火曜	19:30～20:45 (全8回)	講師 増田 宏美		
定員 20人	申込：西ライフデザインセンター 開催：総合福祉会館3階	受講料 2,400円		
① 10/6 ② 10/13 ③ 10/20 ④ 10/27	⑤ 11/10 ⑥ 11/17 ⑦ 11/24 ⑧ 12/1	椅子を使用するヨガは、安定した状態で運動を行うため、腰や膝に負担がかかりにくいプログラムです。日頃のストレス解消、筋力アップを目指し、継続しやすい運動習慣を始めませんか？ ※対象：18歳以上の男性		

10	お料理男子！チューボーに集合！			NEW
水曜	10:00～12:30 (全5回)	講師 馬場 美穂		
定員 16人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円 材料費 4,000円		
① 10/28 ② 11/4 ③ 11/11	④ 12/2 ⑤ 12/23	包丁を握るのがひびきでも大丈夫！楽しくお料理を学びながら、家庭で役立つレシピや調理のコツを身につけます。作る楽しさ、食べる喜び、おしゃべりの時間も魅力！男性限定だから気軽に参加できる、笑顔あふれる料理講座です。 ※対象：18歳以上の男性		

11	ベビーとママのおとのさんぽみち			NEW
水曜	10:30～11:30 (全5回)	講師 安藤 風季 三輪 真子		
定員 10組	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 2,000円 材料費 500円		
① 10/14 ② 10/28 ③ 11/11	④ 12/2 ⑤ 12/16	やさしい音やリズムにふれながら、親子でほっこりする時間を過ごしましょう。プロの演奏家の音楽を聴いたり、音に合わせて体を動かしたり、季節のかんたんな工作を楽しんだり。ベビーもママも、にこにこ笑顔になれるあたたかな講座です。 ※対象：1歳以上の未就園児と保護者		



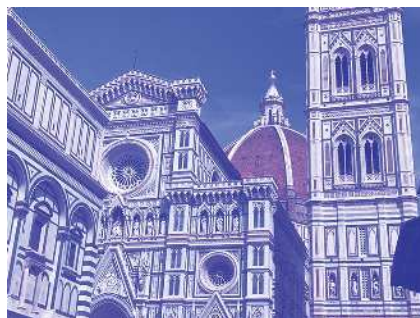
12	天然繊維・ウールを知る！			NEW
水曜	13:30～15:30 (全5回)	講師 各講師陣		
定員 30人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円		
① 9/30 ② 10/14 ③ 10/28	④ 11/11 ⑤ 12/9	天然繊維のウールは、羊の毛を原料とした動物繊維です。環境にやさしく、優れた特性が見出されるウールについて、多角的に楽しく学びます。岐阜市立女子短期大学、まえばりクリーニング本舗、羊飼いの日本毛織、テキスタイルマテリアルセンター各講師陣(第5回は市のバスで現地見学、開始時間が異なります。)		

13	暮らしの歳時記			NEW
水曜	13:30～15:00 (全5回)	講師 服部 和代		
定員 30人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円		
① 10/21 ② 11/4 ③ 12/2	④ 1/6 ⑤ 2/3	陰陽五行説をもとに、日本の暦や季節行事に込められた意味を学ぶ講座です。古くから日本人が大切にしてきた「自然と調和した暮らし」と日本人の精神性について深掘りします。日々を心豊かに過ごすヒントとなるでしょう。		

14	体幹鍛える 夜のメンズピラティス		
水曜	19:30～20:45 (全8回)	講師 中村 順子	
定員 20人	申込：西ライフデザインセンター 開催：総合福祉会館4階	受講料 2,400円	
① 10/7 ② 10/14 ③ 10/21 ④ 10/28	⑤ 11/4 ⑥ 11/11 ⑦ 11/18 ⑧ 11/25	ピラティスは、骨格を整え、内臓の代謝活動を上げることによって脂肪燃焼、自律神経の調整をし、バランスの良い身体を目指すエクササイズです。初心者向けにやさしく指導します。 ※対象：18歳以上の男性	

15	ボンジョルノ・イタリア！～各都市の魅力をたずねて～		
木曜	10:00～11:30 (全5回)	講師 岩田 依子	
定員 30人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階	受講料 1,500円	
① 9/24 ② 10/22 ③ 11/26	④ 12/17 ⑤ 1/21	イタリアという国をつくっている北から南までの様々な各都市について、その地の有名な歴史から知られざる歴史、または様々な史跡や町の文化・・・などイタリアへの旅行気分楽しく学びませんか？日常会話で使われるイタリア語も教わります。	

16	映えるパン、焼いてみた！			NEW
木曜	10:30～12:00 (全5回)	講師 石原 恵里佳		
定員 16人	申込：西ライフデザインセンター 開催：総合福祉会館3階	受講料 1,500円 材料費 5,000円		
① 10/15 ② 10/29 ③ 11/12	④ 11/26 ⑤ 12/10	トースターを開けた瞬間、広がる焼きたての香り！国産素材にこだわった、かんたんに出来ちゃうパン作りを楽しみましょう。初心者大歓迎！おうちでも楽しめる持ち帰り生地付きです。		



17 笑顔咲く テーブルマジック NEW			18 宇宙ロケット・衛星の最前線 NEW		
木曜	19:00～20:30 (全6回)		講師	足立 正勝	
定員 10人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階		受講料	1,800円 教材費 1,000円	
①	10/1	④	11/19	ロケットの誕生から現代の宇宙開発、衛星技術の進化まで、人類が空を超えて宇宙を目指してきた壮大な歴史を紐解きます。航空のまち、各務原から宇宙への扉を開く旅のはじまりです。岐阜大学、元三菱重工業(株)H-IIA/Bロケット打上執行責任者、川崎重工業、各講師陣	
②	10/15	⑤	12/3		
③	11/5	⑥	12/17		
ベテランマジシャンが、初心者向けマジックをゆっくり丁寧に伝授します。何歳からでも不器用でも大丈夫！脳トレも兼ねながら、誰かを笑顔にする一芸を身に付けましょう。講師所属団体による、とっておきのネタ披露もお楽しみに♪					

19 女性のためのゆったりピラティス			20 哲学で読む般若心経		
金曜	13:15～14:30 (全6回)		講師	MIYAKO	
定員 20人	申込：西ライフデザインセンター 開催：総合福祉会館4階		受講料	1,800円	
①	10/16	④	11/6	「ピラティス」とは体のインナーマッスルを強化しながら全体のバランスをとることでいくことでしなやかに動く身体へと導いていく健康的なエクササイズです。一緒にチャレンジしてみませんか？ ※対象：18歳以上の女性	
②	10/23	⑤	11/13		
③	10/30	⑥	11/20		

21 くずし字で読む「信長公記」首巻 一若き日の信長一					
金曜	13:30～15:00 (全5回)				
定員 20人	申込：西ライフデザインセンター 開催：産業文化センター4階		受講料	1,500円	
①	10/30	④	1/15	信長の一代記「信長公記」全16巻のうち、信長が京へ上洛するまでの出来事を記載した首巻の読み解きを中心に、色々な関連資料を見ながら、楽しく古文書を学びます。	
②	11/20	⑤	2/19		
③	12/18				

22 朝のトリニティーヨガ・ピラティスプラス			23 古代中国の傑物たち		
土曜	9:45～11:00 (全8回)		講師	林 里美	
定員 20人	申込：西ライフデザインセンター 開催：①②④⑤⑦⑧総合福祉会館4階 ③⑥河川環境楽園そよかぜテラス		受講料	2,400円	
①	9/26	⑤	10/24	ゆったりとした呼吸で、日ごろのこわばった身体をほぐしていきます。姿勢を改善し、筋肉バランスも整えていきましょう。心穏やかな時の流れを感じ、さわやかな朝を迎えましょう！(③⑥は河川環境楽園そよかぜテラスで外の風を感じながら行います。)	
②	10/3	⑥	11/7		
③	10/10	⑦	11/14		
④	10/17	⑧	11/21		

①	10/24	④	1/23	古代中国で歴史に名を残すのは「聖人君子」だけではありません。常識を打ち破るような異才たちの驚くべき逸話を学び、その異色の人生から古代中国の壮大な歴史物語の奥深い魅力を味わいます。	
②	11/28	⑤	2/13		
③	12/26				

～楽しく講座を受講して、認定証をもらおう！～

市が開催する各種生涯学習講座を受講すると、1回の受講につき、1単位がもらえます。100単位修得すると、「学習歴認定証」が授与されます。みなさんも講座を受講して100単位修得から目指してみませんか？

最高記録の方は1600単位受講していっぱいいます。みなさんも最高記録目指して、様々な講座を受講してみましょう。

そして、ぜひ学習の成果を身近なまちづくりに活かしてみてください！



市政情報をLINEでお知らせします

防災情報、イベント情報、子育て情報などを配信します

登録はこちら



東ライフデザインセンター

☎058-384-0507 (月・祝日休館)

NEW

は当センターで
初開催される講座です



■住所 各務原市鵜沼朝日町3-163-2

◆申込方法は、2ページをご確認ください。

1	からだに優しいパン作り講座 ～あこ天然酵母と国産小麦を使用～		
火曜	10:00～13:00 (全5回)	講師 横山 優華	
定員 8人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター	受講料 1,500円 材料費 6,000円	
① 10/6	④ 1/19	あこ天然酵母と国産小麦を使用した、くせがなく、小麦の香り高い毎日食べても飽きがこないパンを作ります。初めての方でも大丈夫。酵母の扱い方からパンの焼き上げまで丁寧に指導します。 ※対象:18歳以上で、お持ち帰り生地付きのためご自宅にオーブンがある方。	
② 11/17	⑤ 2/16		
③ 12/15			

2	花&クラフトのプレミアムレッスン NEW		
火曜	10:00～12:00 (全5回)	講師 伊佐治 幸奈	
定員 10人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター	受講料 1,500円 材料費 16,000円	
① 10/6	④ 1/19	月1回、季節ごとの華やかな花材のアレンジを楽しみます。ハロウィン、Xmasオーナメント、お正月、アレンジフラワーなど、心ときめく5作品。穏やかな気持ちでプレミアムな時間を過ごしましょう。	
② 11/17	⑤ 2/2		
③ 12/15			

3	いざという時使える 実用筆ペン習字 NEW		
火曜	13:30～15:00 (全7回)	講師 岩井 明美	
定員 10人	申込:東ライフデザインセンター 開催:10/20のみ陵南福祉センター	受講料 2,100円 教材費 1,500円	
① 10/6	⑤ 12/15	手軽な筆ペンを使って美しい文字が書けるように練習します。祝儀袋、年賀状の宛名、芳名帳への記帳などで困りません。書道経験がなくても大丈夫、自分の字に自信がもてます。	
② 10/20	⑥ 1/12		
③ 11/17	⑦ 1/19		
④ 12/1			



4	1日10分から始める 暮らしの整理収納講座		
水曜	10:00～11:30 (全5回)	講師 伊藤 恭子	
定員 12人	申込:東ライフデザインセンター 開催:10/28・11/11のみ陵南福祉センター	受講料 1,500円 資料代 500円	
① 10/28	④ 12/9	何から始めていいのかわからない!と感じている方に、無理なく続けられる整理収納のコツを学びます。探し物の時間を減らし、安心して快適に暮らせる住環境づくりを目指します。	
② 11/11	⑤ 12/23		
③ 11/25			

5	かんたん着付け♪ 半幅帯&名古屋帯		
水曜	13:30～15:00 (全8回)	講師 板津 由子	
定員 8人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター	受講料 2,400円	
① 11/25	⑤ 1/27	着付けは敷居が高いと思っている方、軽くて扱いが楽な半幅帯から始めましょう。徐々にステップアップ、名古屋帯の結び方まで覚えます。着物や帯、道具は1点200円から貸出OK。着物を一人で着られるように一緒に練習しましょう。対象:女性	
② 12/9	⑥ 2/10		
③ 12/23	⑦ 2/24		
④ 1/13	⑧ 3/10		

6	はじめてのウクレレ		
水曜	19:00～20:30 (全8回)	講師 倉知 誠	
定員 20人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター	受講料 2,400円	
① 11/18	⑤ 1/20	楽器の持ち方、チューニングの仕方、コードや音階の指の押さえ方など基礎から習い、メロディーも弾けるよう目指します。ハワイアンの名曲をウクレレの穏やかな音色で奏でてみませんか。 ※楽器無料貸出有、自宅への持ち帰り不可。	
② 12/2	⑥ 2/3		
③ 12/16	⑦ 2/17		
④ 1/6	⑧ 3/3		

7	やさしい手編み		
木曜	9:30～11:30 (全6回)	講師 宮嶋 敏子	
定員 10人	申込:東ライフデザインセンター 開催:10/15・22・11/12は陵南福祉センター	受講料 1,800円	
① 10/8	④ 11/12	初心者でも失敗することなく、棒針を使ってオシャレな手袋と靴下を編みます。手編みの防寒グッズで寒い冬もぽかぽかに! ※持ち物:棒針(5本針)、毛糸、洋裁用メジャー、ノートほか	
② 10/15	⑤ 11/19		
③ 10/22	⑥ 12/3		

8	骨盤リセット ～ペルヴィス®ワーク～		
木曜	13:15～14:30 (全6回)	講師 アヤコ	
定員 20人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター	受講料 1,800円	
① 11/19	④ 12/10	健康と美容の要である骨盤を中心に全身を調整することで体の不調和を緩和します。腰痛、首・肩のコリなどの予防、改善につなげましょう。あなた“本来の動き”を一緒に取り戻しましょう。 ※持ち物:ヨガマット	
② 11/26	⑤ 12/17		
③ 12/3	⑥ 12/24		

9	手作りお菓子工房		
金曜	9:30～12:00 (全5回)	講師 奥村 里美	
定員 8人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター	受講料 1,500円 材料費 6,000円	
① 10/9	④ 12/25	キャロットケーキやアップルパイ、チョコレートシュニッテン、プッシュドノエルにムース・オ・ポテロンなどの5種類。本格派のお菓子作りを基本から学ぶことができます。初めから自分で仕上げる工程が本講座の醍醐味です。	
② 11/27	⑤ 1/8		
③ 12/11			

10		脳活！そろばん塾			
金曜	10：00～11：30（全5回）		講師 林 愛子		
定員 10人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター		受講料 1,500円		
①	11/27	④	1/8	パチパチそろばんをはじくことで、楽しみながら脳や手指を鍛えます。さらに読み上げ算やフラッシュ暗算にも挑戦！ 集中力や計算力がUPすれば、買い物の際など日常生活に役立ちます。 ※そろばんは無償貸与。	
②	12/11	⑤	1/29		
③	12/25				

11		楽しく学ぶおいしい防災料理教室			
金曜	10：00～12：30（全5回）		講師 高山 菜々子		
定員 12人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター		受講料 1,500円 材料費 5,000円		
①	10/2	④	1/15	ご自宅の備蓄食は、賞味期限切れになっていませんか？スーパーマーケットで買える備蓄しやすい市販品を使用します。停電や断水を想定した災害食のパリエーションも紹介します。カードゲームで楽しく防災が学べて、日常生活に防災を取り入れられる料理教室です。メニューは、オムライス・サバ缶カレー・きのこグラタンなどです。	
②	11/20	⑤	2/5		
③	12/4				

12		再発見！日本茶の魅力～岐阜ゆかりのお茶と器に親しむ～ NEW			
土曜	10：00～11：30（全5回）		講師 古西 由佳		
定員 12人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター		受講料 1,500円 材料費 4,000円		
①	10/3	④	1/16	私たちの身近にある日本茶の基本を学び、白川茶や揖斐茶など岐阜県ならではのお茶の魅力にもふれていきます。また、美濃焼をはじめとする岐阜の器文化に親しみつつ、日本茶の淹れ方を体験し、香りや味わいの違いも感じてみましょう。	
②	11/21	⑤	2/20		
③	12/19				

13		冬から早春に楽しむ～里山自然ハイキング～			
土曜	9：00～15：00（全5回）※3/20のみ8：30～です。		講師 鷺見 守康 横山 えり子		
定員 16人	申込：東ライフデザインセンター 開催：現地（11/28・3/20のみ集合場所は東ライフデザインセンター）		受講料 3,000円		
①	11/28	④	2/20	自然観察をしながら山を歩きます。①伊木山②北山③ロマンチック街道と中山道④薬師前山・大岩山⑤岐阜市畜産センター公園 ※対象：18歳以上 ※持ち物：野外活動ができる服装、トレッキングシューズ（くるぶしを包めるタイプ）、ザック、飲み物、弁当、雨具など	
②	12/19	⑤	3/20		
③	1/16				

14		ほぐしてスッキリ！全身セルフケア			
土曜	9：30～11：30（全5回）		講師 仁科 善光		
定員 15人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター		受講料 1,500円		
①	11/14	④	1/9	アロマの香りの中で、ツボなどを押して自分でセルフケアをしていきます。全身をほぐして毎日スッキリな日を過ごせるようにしていきます。	
②	12/5	⑤	2/13		
③	12/26				

15		絵とともに楽しむお伽草子 NEW			
土曜	13：30～15：00（全5回）		講師 岐阜大学教育学部准教授 末松 美咲		
定員 30人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター		受講料 1,500円		
①	10/10	④	1/30	「お伽草子」は、室町時代から江戸時代前期に作られた短編の物語です。本講座では、親しみやすい絵入りのお伽草子を取り上げ、本文と挿絵を読み解きます。中世の人々の想像力やことばの面白さに触れてみましょう。	
②	11/21	⑤	2/27		
③	1/23				

16		懐かしのディスコワールドへようこそ			
土曜	14：00～15：15（全5回）		講師 AKIKO		
定員 25人	申込・開催場所 東ライフデザインセンター		受講料 1,500円		
①	11/14	④	12/12	70年代後半～90年代に一世を風靡したディスコサウンドやポップスに合わせて思いっきりダンスを楽しみましょう♪運動が苦手な方も大丈夫！ダンスに元気をもらって心も体も健康に！目指せ！骨密度＆筋肉量アップ	
②	11/28	⑤	12/19		
③	12/5				

17		小学生対象「大好きな本の魅力を絵本にしよう」 NEW			
日曜	10：00～11：30（全5回）		講師 高田 浩史		
定員 10人	申込：東ライフデザインセンター 開催：11/8のみ陵南福祉センター		受講料 1,000円 教材費 800円		
①	10/11	④	1/31	本が好き！絵本が好き！という小学生のための絵本づくり講座です。また、文の書き方の基本も学びます。好きな本の魅力を絵本に仕上げる工程を学び、オリジナルの絵本づくりにチャレンジすることで、「できた！」の達成感が子どものやる気を育てます。	
②	11/8	⑤	2/14		
③	12/13				

18		森の案内人と学ぶ～自然観察と森の素材でクラフト製作～			
日曜	9：30～11：30（全5回）		講師 土岐 学		
定員 15人	申込：東ライフデザインセンター 開催：10/18・11/15・12/20は現地 1/17・2/21は東ライフデザインセンター		受講料 1,500円 材料費 500円		
①	10/18 各務野自然通庭の森	④	1/17	里山や公園で自然を観察し、森の仕組みや生態系を五感で感じ、森と人との関わり方を学びます。また、クラフト製作を通して木との関わりを深め、SDGsに関係する項目を学ぶことで環境に対して考察します。	
②	11/15 伊木山	⑤	2/21		
③	12/20 河川環流公園				

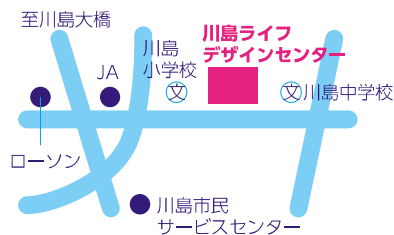
19		親子のアトリエ～わくわく工作			
日曜	10：00～12：00（全5回）		講師 奥田 祐子		
定員 10組	申込：東ライフデザインセンター 開催：10/18のみ陵南福祉センター		受講料 2,000円 材料費 2,500円		
①	10/18	④	1/10	親子と一緒に工作をしながら、子どもの想像力を育む講座です。ハロウィンやXmas、メタルエンボスアート、モールドールなどを作りながら子どもの感性や表現力を引き出してあげましょう。 ※対象は3歳～小学3年生以下の子どもと保護者（二人一組）	
②	11/29	⑤	1/17		
③	12/6				

川島ライフデザインセンター

☎0586-89-3686 (月・祝日休館)

NEW

は当センターで
初開催される講座です



※川島大橋は現在通行止めになっております。「各務原大橋」や、
県道川島三輪線「平成川島橋」を迂回路としてご利用ください。

■住所 各務原市川島河田町1028-1

◆申込方法は、2ページをご確認ください。

1	[40～80代女性限定] ゆるめるストレッチ × パレエ体幹 NEW		
火曜	10:00～11:30 (全5回)	講師 Naoko	
定員 15人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,500円	
① 10/6 ② 10/27 ③ 11/10	④ 11/24 ⑤ 12/1	①「ゆるめるストレッチ」で凝り固まった体をほぐし、②「体幹トレーニング」で弱った体幹筋力を鍛え、③「パレエステップ」で楽しく笑顔に！新たな自分を発見！運動不足、体の硬い方、どなたでも始められる医師監修のもと開発された健康プログラム ※対象:40～80代の女性	



2	からだ喜び 薬膳スパイスカレーと彩りメニュー		
火曜	10:00～13:00 (全5回)	講師 馬場 美穂	
定員 16人	申込・開催場所 川島健康福祉センター	受講料 1,500円 材料費 4,000円	
① 10/20 ② 10/27 ③ 11/24	④ 12/8 ⑤ 12/22	数種のスパイスを組み合わせ、自家製スパイスカレーを作りましょう！肝機能の向上、認知症予防、コレステロール低下等、健康効果があるといわれています。また、旬野菜を使用した簡単ヘルシー副菜も紹介します。	

3	豊かな暮らしを育むアロマセラピー ～人生を心地よく整える香り時間～		
水曜	9:30～11:30 (全5回)	講師 小野木 美佳	
定員 12人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,500円 材料費 11,500円	
① 10/21 ② 11/18 ③ 12/16	④ 1/20 ⑤ 2/17	香りを暮らしに取り入れ、心と体の健康づくりに役立てるアロマセラピーを学びます。薬剤師の視点から、化学的・東洋医学的な考え方を交えながら学び、自分らしい健康的な暮らしに役立てましょう。 ※毎回、アロマスプレー、パーム、オレンジボマングーなどのクラフトを作ります。	

4	大人のための「かきかた」		
水曜	13:30～15:30 (全6回)	講師 井上 弥紀	
定員 12人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,800円	
① 10/7 ② 10/21 ③ 11/4	④ 11/18 ⑤ 12/2 ⑥ 12/16	自分らしく読みやすい字を目指して、ひらがな・カタカナ・漢字の基礎を学びながら、バランスよく整った字を書く練習をしていきます。ボールペンで気軽に始められる初心者向けの講座です。	

5	グランドピアノを聴いて学ぼう！クラシック音楽史		
水曜	13:30～15:00 (全5回)	講師 縣 友里恵 ほか	
定員 40人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,500円	
① 10/14 ② 11/11 ③ 12/9	④ 1/27 ⑤ 2/10	ピアニストの奏でるグランドピアノの音色とともに、音楽の学びを深めます。演奏を通して、ヨーロッパの国々や日本などの作曲家の楽曲に触れてみましょう。ゲスト演奏家をお招きする回もお楽しみに！	

6	見て、聴いて、感じて育つ おやこリトミック		
木曜	10:30～11:30 (全5回)	講師 松井 泉 美保子	
定員 10組	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 2,000円	
① 10/15 ② 11/5 ③ 11/19	④ 12/3 ⑤ 12/17	親子で音楽やリズムに親しみながら、五感をたっぷり刺激。楽器遊びや、ふれあい遊びで創造力や集中力、自己肯定感を育みます。心と脳の健やかな成長を応援します。対象:令和8年10月1日時点で10ヶ月児～2歳半の子と保護者	

7	スマホの中はどうなる？お金・契約・データのデジタル終活 NEW		
木曜	13:30～15:00 (全6回)	講師 吉田 いづみ	
定員 12人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,800円 材料費 500円	
① 10/8 ② 10/22 ③ 11/12	④ 11/26 ⑤ 12/10 ⑥ 12/24	これからの終活は“スマホの中”の整理も大切。お金・契約・データを安全に管理し、家族へ安心して引き継ぐための基本を学ぶ講座です。	

8	源氏物語の女性たち		
木曜	13:30～15:00 (全5回)	講師 小池 肇子	
定員 30人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,500円	
① 10/15 ② 11/19 ③ 12/17	④ 1/21 ⑤ 2/18	『源氏物語』は千年余りの長きにわたって読み継がれてきました。主人公の光源氏のまわりに登場する個性豊かな女性たちに注目して物語を読んでいきます。	

9	脚のお悩み解消ピラティス		
木曜	13:30～15:00 (全5回)	講師 小川 智恵美	
定員 15人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター	受講料 1,500円	
① 10/22 ② 11/26 ③ 12/24	④ 1/28 ⑤ 2/25	脚の歪みを整えることで、姿勢も歩き方も変わります！美しい脚を目指したい方にも、元気に歩きたい方にもぴったりの、やさしいピラティスレッスンです。	

10 みんなでゴルフ			
金曜	13:00～14:30 (全8回)		講師 松原 登由
定員 12人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：アルパトロス神置		受講料 2,400円 ボール代 別途※
① 10/2	⑤ 11/6	スイングを中心に基本から学習します。一人ひとりのレベルに合わせて、わかりやすく指導していきます。ゴルフで運動不足を解消しましょう。7番アイアン、ドライバー、パター、あればPW（貸出可）を使います。 ※ボール代 1,000円程度/回（プリカ購入）	
② 10/9	⑥ 11/13		
③ 10/16	⑦ 11/20		
④ 10/23	⑧ 11/27		

12 ワンダー！地球と自然のふしぎ再発見 NEW			
土曜	10:00～12:00 (全5回)		講師 岐阜県環境教育推進員
定員 25人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：河川環境楽園水辺共生体験館		受講料 無料 材料費 300円
① 10/10	④ 11/28	【国交省：水辺共生体験館】×【県環境教育推進員】×【市生涯学習】のコラボ講座です。自然の多様性を軸に、循環と関わり合いを再発見。SDGsにも通じます。観察や体験もあります。 ※対象：中学生以上	
② 10/24	⑤ 12/12		
③ 11/7			

13 子どもお絵かき教室			
土曜	1部: 9:30～10:20 2部: 10:40～11:30 (全6回)		講師 暮石 樹
定員 各12人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 1,200円
① 10/24	④ 12/12	「自由にのびのびと」「描きたいものを描きたいように」「個性を伸ばす」が、講師の指導コンセプト。絵が好きな子はもっと好きになり、少し苦手な子も楽しく。スケッチブックB4サイズ・クレヨン・クレパスを使います。 ※対象：小学1～3年生 ※1部と2部は同じ内容	
② 11/14	⑤ 1/9		
③ 11/28	⑥ 1/23		

15 かぎ針で楽しむ 透かし編みニット NEW			
土曜	13:30～15:30 (全6回)		講師 浅野 和恵
定員 10人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 1,800円 材料費 3,000円
① 11/7	④ 12/12	初心者の方から、少し編み物経験のある方も楽しめる講座です。かぎ針編みの基本を学び、秋から春先まで長く活躍する、大人かわいい透かし編みニットを制作します。手作りならではの温もりと、自分だけの一着を編む楽しさを味わってみませんか。色は14色の中から選びいただけます。	
② 11/14	⑤ 12/26		
③ 11/28	⑥ 1/9		



17 はじめよう！韓国語			
土曜	14:00～15:30 (全10回)		講師 朴 美花
定員 12人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 3,000円 教材費 2,200円
① 10/3	⑥ 12/19	韓国語は日本語と文法や単語が似ているので日本人が学びやすい言葉です。韓国語に興味ある方や韓国旅行を考えている方、韓国語学習を始めませんか？韓国出身の講師が初めから優しく指導します。	
② 10/17	⑦ 1/16		
③ 11/7	⑧ 1/30		
④ 11/21	⑨ 2/20		
⑤ 12/5	⑩ 3/6		

11 茶室で聞く 岐阜ゆかりの偉人たち			
金曜	13:30～15:30 (全5回) ※11/13は13:00～16:00		講師 林 憲和 ほか
定員 18人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 1,500円 お茶代 200円/回
① 10/9	④ 1/8	岐阜ゆかりの偉人たちの足跡をたどりながら、日本文化の源流と発展を学びます。和歌・禅・茶の湯・日本画を通して美と精神に触れてみましょう。11/13は古今伝授の里フィールドミュージアムを見学します。	
② 11/13	⑤ 2/12		
③ 12/11			

国交省×岐阜県×各務原市のコラボ講座



- 植物メインの自然観察
- 水の循環
- 環境とSDGs
- 気候変動と私たちの暮らし
- 水質しらべと、そこから見えてくる自然環境

14 睡眠改善の座学とストレッチ実践			
土曜	14:00～15:30 (全5回)		講師 仁科 善光
定員 16人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 1,500円
① 10/10	④ 1/23	睡眠の質を高めるための基礎知識と、自宅でもできる睡眠ケアのストレッチを、栄養睡眠カウンセラーから学びます。	
② 11/14	⑤ 2/13		
③ 12/5			



16 可愛い楽しい！「消しゴムはんこの世界」			
土曜	13:30～15:30 (全5回)		講師 笹木 紅凜
定員 16人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 1,500円（一般） 受講料 2,000円（親子参加） 1,000円（中学生） 材料費 1,000円
① 11/14	④ 2/13	絵柄や文字を彫った「消しゴムはんこ」で自分好みのカードを作ります。図案や作品例を用意しますので「絵心が無い」と心配な方も大丈夫。はんこをいくつも押ししたり色や配置を工夫すると表現は無限です。 ※対象：小学4年生以上（小学生は保護者同伴。）	
② 12/12	⑤ 3/13		
③ 1/9			

18 シカクから広がるカタチ 創作折り紙			
日曜	13:30～15:00 (全5回)		講師 KFDおりがみサークル
定員 20人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター		受講料 無料 教材費 500円
① 11/29	④ 1/24	脳トレや指先運動を楽しみながら、日本に古くから伝わる伝承折り紙や季節の創作折り紙に挑戦。創造力を育み、世代を超えた交流を通して作品作りを楽しみましょう。 対象：小学生以上・大人可	
② 12/6	⑤ 2/7		
③ 1/10			



19 プロの彫金師に学ぶシルバーアクセサリー作り NEW	
日曜	13:30～15:30 (全5回)
講師	下村 綾子
定員 8人	申込・開催場所 川島ライフデザインセンター
	受講料 1,500円 材料費 10,000円
① 11/8 ② 11/29 ③ 12/20	④ 1/24 ⑤ 2/21
初めての方でも安心！プロの彫金師に学びながら、「ロストワックス技法」で自分だけのシルバーアクセサリーを作りましょう。（ペンダントは同一のもの1つ、リングは選択肢の中から1つ制作。）	

川島ライフデザインセンター稲羽会場

問い合わせ先：川島ライフデザインセンター
☎0586-89-3686（月・祝日休館）

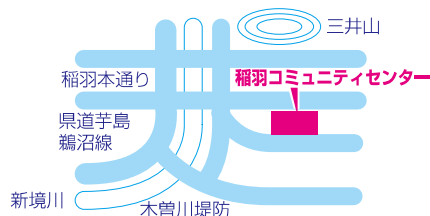
■住所 各務原市上戸町3-324 稲羽コミュニティセンター

◆申込方法は、2ページをご確認ください。

※受講料のお支払いは川島ライフデザインセンターとなります。

NEW

は当センターで
初開催される講座です



1 美容を味方に 肌・髪・心を整えるセルフケア時間 NEW	
火曜	10:00～11:30 (全5回)
講師	清水 ゆか
定員 20人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター
	受講料 1,500円 材料費 3,300円
① 10/20 ② 11/17 ③ 12/15	④ 1/19 ⑤ 2/16
髪の変化、肌の乾燥、疲れやすさ…。その原因と向き合い、アロマオイルなどを使用して自分にあったケアを学びます。自律神経やホルモンのバランスを整え、自然体で輝く笑顔の毎日を目指します。	



2 レコードで楽しむ昭和歌謡と昭和の暮らし	
火曜	10:00～12:00 (全5回) ※12/22は9:30～12:30
講師	稲川 和宏
定員 20人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター ほか
	受講料 1,500円
① 10/27 ② 11/10 ③ 11/24	④ 12/8 ⑤ 12/22
温かな音色のレコードで、昭和の名曲をじっくり味わうひととき。最終回は「昭和日常博物館」の企画展を訪れ、音と共によみがえる昭和の記憶を回想しましょう。	

3 和歌と日本語〈古今集②～四季のうた～〉	
水曜	10:00～11:30 (全6回)
講師	篠田 治美
定員 20人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター
	受講料 1,800円
① 10/7 ② 10/21 ③ 11/4	④ 11/18 ⑤ 12/2 ⑥ 12/16
和歌史における古今集の位置や特色を捉え、私たちの中に潜む感性の源を見つめます。「恋」と「四季」という古今集の二つの大きな柱のうち、今回は「四季のうた」を読み、自然と人間の関係を、ことばと表現（修辞）に留意しつつ鑑賞します。 ※古今集のすべての歌が掲載されている本必携。岩波文庫「古今和歌集」など	

4 ベビーと楽しむ造形教室	
木曜	10:30～11:30 (全8回)
講師	渡辺 悠太
定員 10組	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター
	受講料 3,200円 教材費 1,000円
① 10/8 ② 10/22 ③ 11/12 ④ 11/26	⑤ 12/10 ⑥ 1/14 ⑦ 1/28 ⑧ 2/25
乳幼児にとってもアート「造形遊び」は生活の一部です。カラダ全体でいろいろな体験をしながら心の安定や意欲、豊かな感性を身に付けていきます。今しかないお子さんの「表現」を一緒に楽しみましょう。 ※対象：1歳以上の子と保護者	

5 セルフ筋膜リリース	
木曜	13:30～15:00 (全6回)
講師	りはれくしょん/田島嘉人 (平成医療短期大学教授) ほか
定員 25人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽東福祉センター
	受講料 1,800円
① 10/1 ② 10/15 ③ 10/29	④ 11/5 ⑤ 11/19 ⑥ 12/3
体の疲れがなかなか取れないのは、筋膜の癒着が原因かも。筋膜の柔軟性を高め、癒着をほぐす「筋膜リリース」。自分でできる方法を学び、柔らかな体、姿勢改善、痛み解消、免疫力アップを目指します。	

6 日本語 深掘りっ !!!	
木曜	13:30～15:00 (全5回)
講師	野口 晃一郎
定員 20人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター
	受講料 1,500円
① 10/22 ② 11/12 ③ 11/26	④ 12/10 ⑤ 1/14
ライター・フリーアナウンサーの講師が「日本語」をテーマに、間違っって使っているかもしれない日本語、今さら聞けない言い回し、美しい言葉づかいなど、楽しくわかりやすく掘り下げながら解説します。	

7 女性のためのゼロからはじめる健康マージャン	
金曜	13:30～15:30 (全10回)
講師	小野 幸一 浦島 正寿 長縄 隆
定員 15人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター
	受講料 3,000円
① 10/2 ② 10/9 ③ 10/16 ④ 11/6 ⑤ 11/13	⑥ 11/20 ⑦ 12/4 ⑧ 12/11 ⑨ 12/18 ⑩ 1/8
今、脳トレとしてのマージャンが人気です。この講座は「マージャンはやってみたいけど何も知らないから」という初心者の方だけを対象として、マージャンを一から指導します。マージャンのルールなど全く知らない方、この機会に始めてみませんか？ ※対象：女性。経験のある方はご遠慮下さい。	



8 声のしくみを知って楽しく歌おう		
金曜	10:00～12:00 (全6回)	講師 奥野 靖子 大谷 泰史
定員 28人	申込：川島ライフデザインセンター 開催：稲羽コミュニティセンター	受講料 1,800円 歌本代 1,430円
① 10/9	④ 1/29	知っているようで知らない声の出し方や腹式呼吸などの発声の基礎を学びながら、よく知る愛唱歌を明るく楽しく歌いましょう！自分の声の変化に驚きますよ。毎回途中で休憩をはさみます。 ※指定の歌集をお持ちでない方は初回に購入
② 11/13	⑤ 2/12	
③ 1/8	⑥ 3/12	

登録講師企画講座

登録講師企画講座とは、「学びたい人」と「教えたい、伝えたい人」とをつなぐ、講座です。

出前講座などでも活躍中の各務原市の生涯学習登録講師自身が、講座の企画・運営を行います。

<申込方法>

①か②いずれかの方法でお申込みください。

①ライフデザインセンター窓口

希望講座の申込場所までお越しください。

②ウェブサイト

「各務原市 登録講師企画講座」で検索

もしくは右記二次元コードからお申込みください。



<申込締切>

各講座の内容欄をご覧ください。

応募者多数の場合は抽選です。結果は当選者にのみメールまたは電話にてご連絡いたします。

<受講料等の納付>

受講料・材料費等は、講座初回にお支払いください。
詳しくは受講決定通知のメールをご覧ください。

<申込先> 受付時間 午前9時～午後5時（月・祝日休館）

中央ライフデザインセンター

各務原市蘇原中央町2-1-8 ☎058-389-1820

西ライフデザインセンター ※月曜日開館

各務原市那加桜町2-186 産業文化センター 4階
☎058-383-1121

東ライフデザインセンター

各務原市鵜沼朝日町3-163-2 ☎058-384-0507

※注意事項やその他詳細については、市ウェブサイトや申込時にご確認ください。

1	初心者でもできる！ からだが好き発酵料理と簡単アレンジ NEW	講師 小林 秀恵	定員 8人
火曜	10:00～11:30 (全5回)	10/6、10/13、10/20、10/27、11/10	
日本の伝統料理である、発酵料理で腸活！塩麹を使った、家で簡単なアレンジを学びます。毎日の生活にとり入れて、元気なからだづくりに役立てましょう。料理は持ち帰ります。 【申込締切】9/10			
		受講料 1,500円 材料費 6,000円	
申込・開催場所：中央ライフデザインセンター			

2	盆踊り	講師 丹羽 豊広	定員 30人
火曜	10:00～12:00 (全8回)	10/20、10/27、11/17、11/24、 12/15、12/22、1/19、1/26	
盆踊りや伝承民謡を耳で聴きながら全身を動かし、楽しく踊ってみませんか。ストレス解消にもなります。初心者大歓迎です。			
【申込締切】10/6		受講料 2,400円	
申込・開催場所：中央ライフデザインセンター			

3	ハート オブ ヨガ ～心と体をいたわるセルフメンテナンスヨガ～	講師 大月 若葉	定員 8人
水曜	10:15～11:30 (全10回)	10/7、10/14、10/21、10/28、11/4、 11/11、11/18、11/25、12/2、12/9	
心と体を健やかにすることを目的に、リラックスしながら行うヨガです。ポーズを通して呼吸を深めたり、筋肉を鍛えます。一人一人のペースを大切にしたいヨガなので、どなたでも無理なく楽しくできる内容となっています。 【申込締切】9/20			
		受講料 3,000円	
申込・開催場所：中央ライフデザインセンター			

4	基礎から学べるフラワーアレンジメント	講師 林 律子	定員 10人
金曜	10:00～11:30 (全6回)	10/30、11/20、12/25、1/15、 2/12、3/5	
基本的な花の挿し方を丁寧に教えます。クリスマスの飾りやお正月花など、季節の花をアレンジする時間を楽しみましょう。完成した作品を自宅に飾る喜びを味わってください。 【申込締切】8/27			
		受講料1,800円 材料費9,500円	
申込・開催場所：西ライフデザインセンター			

5	健康麻雀 はじめの一步!	講師 赤澤 正恵	定員 8人
土曜	13:30～15:30 (全8回)	10/3、10/10、10/17、10/31、 11/7、11/14、11/21、12/5	
麻雀＝難しそう・・・確かに難しいです。だから楽しいのです！やってみよう、一緒にはじめの一步を踏み出しませんか？ ※対象：麻雀初心者、18歳以上の女性（学生不可） 【申込締切】8/27			
		受講料 2,400円	
申込・開催場所：西ライフデザインセンター			

6	楽しく学ぶ庭木の剪定	講師 剪定ライフサークル	定員 10人
金曜	9:00～11:00 (全5回)	10/2、10/9、10/16、10/23、10/30	
美しい庭木づくりを目標に、剪定(マツ)は実践学習を通して、常緑樹・落葉樹・花木などに共通する基本的な剪定を身につけます。 【申込締切】9/10			
		受講料1,000円 教材費等1,000円	
申込：東ライフデザインセンター 開催場所：鵜沼宿・貞照寺			

クラブ・サークル発表会

クラブ・サークルの皆さんが、
日頃の活動の成果を発表します。
入場は無料です。たくさんの方の
ご来場をお待ちしております。



発表会	日付	場所	備考	詳細
中央ライフデザインセンター クラブ・サークル発表会	10/3(土) 10/4(日)	中央ライフデザインセンター プリニーの文化ホール	ステージ発表、作品展示やワークショップの開催、お茶席や焼菓子、和菓子、そばなどのバザー、市民吹奏楽団・蘇原中学校吹奏楽部の演奏(予定)	中央ライフデザインセンター 058-389-1820
西ライフデザインセンター クラブ・サークル発表会	3/13(土) 3/14(日)	産業文化センター 1階 あすかホール 4階 西ライフデザインセンター	作品展示とステージ発表。 茶席、食事、バザーも予定しています。	西ライフデザインセンター 058-383-1121
東ライフデザインセンター クラブ・サークル発表会	10/25(日)	陵南福祉センター	フロア・ステージ発表、作品展示、 バザーを予定しています。	東ライフデザインセンター 058-384-0507
川島ライフデザインセンター クラブ・サークル発表会	10/31(土) 11/1(日)	川島ライフデザインセンター 川島中学校体育館	ステージ発表、作品展示、バザー 濱島秀行クラシックコンサート 川島中学校吹奏楽部の演奏	川島ライフデザインセンター 0586-89-3686
稲羽地区 クラブ・サークル発表会	9/26(土) 9/27(日)	稲羽コミュニティセンター	ステージ発表、作品展示 上田賢 & 大谷泰史 音楽コンサート	川島ライフデザインセンター 0586-89-3686

親子自然体験講座（中央ライフデザインセンター）

各務野自然遺産の森で、親子で自然体験をしてみませんか。
季節に合った楽しい講座がたくさんあります。
詳細やお申込みは、市ウェブサイトから！

開催日時	講座内容
9月20日(日) 10:00~12:00	昆虫食が未来を救うのか!? 知って、見て、食べてみよう
10月31日(土) 10:00~12:00	きのこ博士と歩く 野生のきのこ観察会
12月12日(土) 9:00~11:00	冬のバードウォッチング
3月未定 10:00~12:00	川上先生と昆虫観察しよう



- 対象 中学生以下の子どもとその保護者、一般大人
- 申込方法 市ウェブサイト、電話、窓口から申込み(抽選)
- 申込先 中央ライフデザインセンター
各務原市蘇原中央町2-1-8
058-389-1820(月・祝日休館)

親子自然体験講座



そらはくの講座

詳細は、
ウェブサイトをチェック!

そらはく



●岐阜かがみがはら航空宇宙博物館（愛称「空宙博（そらはく）」） ☎058-386-8500



空宙博 岐阜かがみがはら
航空宇宙博物館
GIFU-KAKAMIGAHARA AIR AND SPACE MUSEUM

空宙博（そらはく）では、飛行機やロケットなど、
航空と宇宙について、楽しみながら学ぶことができます。
ウェブサイトからチェックしてください。



初心者対象 後期スポーツスクール

市内在住・在勤・在学の方を対象にした、初心者のためのスポーツスクールを開催します。
講座詳細・申込方法は市ウェブサイト(右記二次元コード)または、下記担当へご確認ください。



●スポーツ課（産業文化センター7階） ☎058-383-1231

NO.	講座名・行事名等	趣旨・内容
1	さわやか太極拳	緩やかな運動で全身を使い、転倒予防や体力向上に役立ちます。初めての方でも楽しく出来るように基本動作から分かりやすくお教えします。どなたでも気軽にご参加ください。
2	はじめてのアーチェリー	自分の体格や腕力に合った道具を使えば、子どもからお年寄りまで幅広く楽しむことが出来ます。“弓から放たれた矢が一直線に的の中心に吸い込まれていく”こんな体験をあなたもしてみませんか。
3	いきいきバドミントン	初心者を対象にルールの説明から基本となるラケットの持ち方など、ゲームが出来るように楽しく指導します。
4	スマイルバレーボール	ボールになれるところからはじめ、レシーブ、トスなど基本動作を学びます。協会の指導者が分かりやすく丁寧に指導します。
5	これからハンドボール	走・投・跳、全てが揃っているスポーツ、それがハンドボールです。一度体験してみると、その魅力のとりこになること間違いなしです。ぜひ、その楽しさを味わってみてください。
6	走る！跳ぶ！投げる！陸上競技	走る、跳ぶ、投げる等のスポーツの基本を楽しく学びましょう。連盟公認コーチが丁寧な指導をします。
7	オーレサッカー	土のグラウンドとは違い、天然芝でのサッカーはケガも少なく、ボールの扱いも非常に簡単です。まずはボールになれることからはじめ、ゲームが出来るよう協会が指導します。

●各務原市施設振興公社（産業文化センター1階） ☎058-371-2846

NO.	講座名・行事名等	趣旨・内容
1	代謝・体力向上のためのダイエットバランスボールクラス	代謝を上げて健康的にダイエットされたい方に向けたダイエットバランスボールクラスです。普段から運動習慣がない方でも、楽しく有酸素運動や筋肉トレーニングができます。
2	楽しい新体操	ボール・フープ・リボンなどを中心としたリズム体操をはじめ、マット運動、柔軟体操、バレエレッスンなどを行います。楽しく体を動かしましょう！保護者さんもサポートしてお子さんの体操を見守っていただきます。
3	ヨガ体操	ゆっくりした呼吸と動作で、体内のバランスを整えよう！体が柔軟になると腰痛・肩こりの防止にもなり、続ける事で生活習慣病予防にも最適です！
4	大人から始めるダンス	バレエの要素を取り入れたバーレッスンやストレッチ等で、こわばった筋肉をほぐし、美しい姿勢とバランスの取れた身体を目指します。自由に楽しく動きながら、心身を解放していきましょう。

健康づくり推進課の講座 ☎058-383-7258

健康づくり推進課では様々な講座の開催を予定しております。
講座詳細・申込方法は市ウェブサイト(右記二次元コード)をご確認ください。



講座名・行事名等	趣旨・内容				
シニアのeスポーツ教室 (3期) (対象:65歳以上の方)	「パズルゲーム」や「リズムゲーム」など対戦型のテレビゲームを行い、参加者同士でコミュニケーションを取りながら楽しく交流します。(事前申込が必要です。) ※3期の申込方法は、広報各務原9月号をご確認ください。				
	場 所: 蘇原福祉センター 期 間: 11/6～12/25 (金曜日) 全8回 時 間: 9:30～11:00 定 員: 20人 (抽選) 受講料: 無料		場 所: 川島会館 期 間: 11/6～12/25 (金曜日) 全8回 時 間: 13:30～15:00 定 員: 20人 (抽選) 受講料: 無料		
リズムでいきいき教室 (3期) (対象:65歳以上の方)	音楽を取り入れ、リズムに合わせたストレッチや運動を行います。楽しみながら、運動、認知機能などの向上を目指します。(事前申込が必要です。) ※3期の申込方法は、広報各務原10月号をご確認ください。				
	場 所: 蘇原コミュニティセンター 期 間: 12/14～2/22 (月曜日) 全6回 時 間: 1部 9:30～10:30 2部 11:00～12:00 定 員: 各40人 (抽選) 受講料: 無料	場 所: 稲羽コミュニティセンター 期 間: 12/8～2/16 (火曜日) 全6回 時 間: 13:30～14:30 定 員: 45人 (抽選) 受講料: 無料	場 所: 鷺沼福祉センター 期 間: 12/3～2/18 (木曜日) 全6回 時 間: 10:00～11:00 定 員: 35人 (抽選) 受講料: 無料	場 所: 鷺沼福祉センター 期 間: 12/4～2/19 (金曜日) 全6回 時 間: 10:00～11:00 定 員: 45人 (抽選) 受講料: 無料	場 所: 那加福祉センター 期 間: 12/11～2/26 (金曜日) 全6回 時 間: 10:00～11:00 定 員: 45人 (抽選) 受講料: 無料
企業・団体向け 健康教育	専門職(保健師・管理栄養士・歯科衛生士・理学療法士)による出前講座(健康講座)を実施します。 場 所: お申込者様で会場を準備してください 期 間: 開庁日 時 間: 開庁時間(平日午前8時45分から午後4時30分まで) 定 員: 5名以上 受講料: 無料 ※事前申し込み(実施日の2カ月前)が必要です				

図書館講座

●中央図書館 ☎058-383-1122

図書館では本に関する様々な講座の開催を予定しております。

講座詳細・申込方法はホームページ(右記二次元コード)をご確認ください。

問い合わせ: 中央図書館

tel:058-383-1122

川島ほんの家

tel:0586-89-5610

もりの本やさん tel:058-370-7175

中央ライフデザインセンター図書室

tel:058-383-2125



講座名・行事名等	趣旨・内容	講座名・行事名等	趣旨・内容
やってみよう! どきどきわくわく 図書館の仕事 (図書館おしごと体験)	図書館で働く人たちはどのような仕事をしているのかな? 窓口カウンターでの本の貸出体験や本の返却、本探し体験を行います。 日 時: 9/23 10:00 ~ 12:00 対 象: 小学1年生~4年生(低学年は同伴者必要) 定 員: 6人(申込順) 受講料: 無料 受 付: 事前申込	ブックGO! 図書館まつり2026 「お願い!本のお医者さん」	本の修理ボランティアさんがお医者さんになって、あなたの大切にしている本をよみがえらせてくれます。修理してほしい本のある方はお持ちください。 日 時: 10/31 13:00 ~ 15:30 備 考: 後日、修理した本をお返しします。
推し本de おしゃべり会 (ビブリオバトル)	参加者がおすすめの本の魅力を3分で紹介しあい、その中でいちばん読みたくなった本に投票して、みんなでイチオシの本を決めます。 推し本を語りたい方、一緒に楽しみましょう。 日 時: 10/25 10:30 ~ 11:30 対 象: 16歳以上 定 員: 8人程度(申込順) 受講料: 無料 受 付: 事前申込	ブックGO! 図書館まつり2026 「豆本しおりを作ろう」	金具の先に小さな豆本をつける素敵なしおりを各務原西高校生と一緒に作ります。 日時: 11/1 10:00 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00 対 象: どなたでも 定 員: 80人(各回30分・10人) 受 付: 事前申込
ブックGO! 図書館まつり2026 「音読で脳活を!! ~読書バリアフリー事業~	詩や言葉をみんなで声に出して音読を楽しみませんか。 音読のあとに、点字つき絵本の棚や大活字本などを案内する読書バリアフリーミニツアー(15分程度)もあります。 日 時: 10/31 11:00 ~ 11:30 (終了後希望者はミニツアー) 定 員: 10人程度(申込順) 受講料: 無料 受 付: 事前申込	中央図書館を めぐる新発見の旅 (図書館探検ツアー)	中央図書館にはみんなの知らないヒミツの部屋がいっぱい。 さあ、一緒に図書館を探検しよう! 日 時: 11/23 10:00 ~ 11:30 対 象: 小学生以上(低学年は同伴者必要) 定 員: 10人 受講料: 無料 受 付: 事前申込
ブックGO! 図書館まつり2026 「オリジナル ミニノート作り」	本のしくみを知って、自分だけのミニノートを作ります。 ①②共通 受講料: 無料 受 付: 事前申込 ① 日 時: 10/31 13:30 ~ 14:00 対 象: 小学1年生~4年生とその保護者 定 員: 6組(申込順) ② 日 時: 10/31 14:30 ~ 15:30 対 象: 小学5年生以上 定 員: 8人(申込順) 持ち物: 縫い針、はさみ	製本講座 ~御朱印帳作り~	本のしくみを学びながら自分だけのオリジナルご朱印帳を作ってみよう。 日 時: 11/4 10:15 ~ 12:00 場 所: もりの本やさん・森の交流館 講 師: 田中 稔(製本業) 対 象: 一般 定 員: 8人(申込順) 受講料: 1,000円(材料費) 受 付: 事前申込

埋蔵文化財調査センターの講座 ☎058-383-1123

埋蔵文化財調査センターでは埋蔵文化財に関する様々な講座を開催しております。講座では、市内の埋蔵文化財からわかる郷土の歴史を学んだり、古代のアクセサリーを作ることができます。

講座詳細・申込方法はホームページ(右記二次元コード)をご確認ください。



講座名・行事名等	趣旨・内容	講座詳細
埋蔵文化財調査センター レギュラー講座	①埋蔵文化財バックヤード見学: 遺跡の発掘調査で出土した埋蔵文化財の整理作業の様子や遺物収蔵庫を見学します。普段、見ることができない調査の裏側を案内します。 ②土器・石器鑑定局: 個人で所有している土器・石器の種類や年代を鑑定します。 ③埋文学習相談室: 調査研究のためのテーマ探しや、遺跡・埋蔵文化財の参考資料など、調査のヒントを紹介します。	対 象: 小学生以上 所要時間: 約30分 受 講 料: 無料 受 付: 事前予約
	勾玉(まがたま)づくり: 勾玉は縄文時代から古墳時代につくられたアクセサリーです。市内では主に古墳から多く出土しています。講座では、本物と同様の石材を使用して、自分だけの勾玉を作ります。	対 象: 小学生以上 所要時間: 約2時間 受 講 料: 300円 受 付: 事前予約

歴史民俗資料館の講座 ☎058-383-1361

講座名・行事名等	趣旨・内容	講座詳細
第3回@えぎぬ展	本市で生産される絵絹を使用した作品展を開催します。会期中、どなたでも参加できる「生糸」で織る機織ワークショップ「みんなとつなぐ物語」を開催します。 ※織った布は持ち帰れません	展示会の会期: 10月31日(土) ~ 11月29日(日) 10:00 ~ 17:00、ワークショップの日時は11月3日(火・祝)、8日(日)、15日(日)、28日(土)の10:30 ~ 12:00、13:00 ~ 15:00(3日は16時まで)。各回お一人15分程度の体験となります。広報紙11月号に詳細を掲載予定
各務原野外セミナー	市内の史跡について、学芸員の解説を聞きながら現地を歩く講座です。	広報紙2月号に詳細を掲載予定
川島歴史さんぽ	川島地域の史跡について、木曾川文化史料館で資料で学んだあと、実際に歩いてみる講座です。	広報紙2月号に詳細を掲載予定

子育てを支援する講座

●こども政策課 ☎058-383-1555

乳幼児を持つ保護者のための「育児講座」「お薬講座」「料理講座」「子育て支援講座」などを予定しています。子ども館で開催する講座、行事などのお知らせは、市のウェブサイト「ポケット」の「子ども館であそぼう」でご案内しています。LINEでも配信中!

さくら子ども館／☎058-383-7613 あさひ子ども館／☎058-370-0500
うめま子ども館／☎058-379-1177 そはら子ども館／☎058-383-5285
かわしま子ども館／☎0586-89-2634



講座名・行事名等	趣旨・内容	講座詳細
子育て講演会	子どもは可愛い。でも子育ては、大変な面もたくさんあります。たくさんの育児情報があふれる中で、ゆったりとした気持ちで子育てができるコツを、子育て支援30年の「ぴっかり先生」にうかがいます。	日 時：10/1(木) 10:00～11:45 講座名：子育て講演会 講 師：子育てカウンセラー 愛着支援技法研究会・代表 萩原 光 氏(ぴっかり先生) 演 題：子育てで一番大切なのは「安心感」です～親も子も楽になる、子育てのポイント～ 場 所：産業文化センター 1階 あすかホール

少年自然の家の講座

☎058-370-5280



講座名・行事名等	趣旨・内容	講座名・行事名等	趣旨・内容
English Day Camp	ミニ国内留学に挑戦します。英語を使った楽しいアクティビティを通じて、英語への興味や意欲を高める内容です。 開催日：10/3 対 象：小学校4年生～中学1年生 定 員：30名	あつまれ! 冬あそび隊	1泊2日のキャンパイベントです。冬の自然を感じながら、仲間と一緒に野外炊事や焚火・基地作りに挑戦します。 開催日：1/16～1/17 対 象：小学校4年生～6年生 定 員：20名
ファミリー宿泊デー	秋の自然の中で、テント泊やアウトドア料理、焚火を楽しみます。キャンプ初心者でも安心して参加できる内容です。 開催日：11/7～11/8 定 員：10家族	自然の家でひろく科学のトビラ ②～④	博物館や科学館の専門スタッフによる実験や観察を通して、科学の不思議や楽しさを学びます。 開催日：②9/19 ③12/13 ④2/7 対象・定員：回により異なる
ぼくらの秋キャンプ	1泊2日のキャンパイベントです。秋の自然を感じながら、仲間と一緒に野外炊事や焚火、テント泊を楽しみます。 開催日：10/17～10/18 対 象：小学校4年生～6年生 定 員：20名	プラネタリウム 市民公開・天体観望会 星を観る会	季節ごとの星座や天体の見どころを生解説で紹介します。天体観望や星を観る会では月や木星、土星などの天体を望遠鏡で観察します。
クリスマス特別投影・お花見特別投影	プラネタリウムでは季節の星座の探し方や天体の魅力について分かりやすく解説します。あわせて絵本の読み聞かせや天体観望も行います。 開催日：クリスマス特別投影 12/19 お花見特別投影 3/13	ファミリーデー ②③④	②「小枝のペンづくり」または「自然物クラフト」(選択制) ③段ボール窯でピザ焼き体験 ④家族で楽しむ山登り～伊木山トレッキング～ 開催日：②1/24 ③2/20 ④3/21

教育センター「すてっぷ」の講座

☎058-383-7291



講座名・行事名等	趣旨・内容	講座名・行事名等	趣旨・内容
机に向かうその前に、家庭でできる学びの準備～こども園と小学校を見てきた私から伝えたいこと～	来春就学する子どもをもつ保護者を対象に、小学校の学びについてお話しします。 9/5(土) 時 間：14:00～15:30 場 所：教育センター研修室 講 師：認定こども園 元園長 受講料：無料 受 付：事前予約必要(託児有、先着順)	苦手な克服 楽しく跳び箱	跳び箱のコツを楽しく学んで、身に付けよう。 10/24(土) 時 間：14:00～15:30 場 所：那加第二小学校 講 師：教育センター職員 受講料：無料 保険料：50円 受 付：事前予約必要(抽選制) 講師：教育センター職員 対 象：小学3年生～小学6年生(10人)※保護者の同伴が必要
ゲーム・ネット(SNS)にハマる子どもの背景～生きづらさとSOS～	ゲーム・ネット・動画にハマる子どもとの接し方や関わり方を学ぶ。 9/19(土) 時 間：14:00～15:30 場 所：教育センター研修室 講 師：各務原病院 臨床心理士 山本 彩 受講料：無料 受 付：事前予約必要(託児有、先着順)	不登校が教えてくれること～子どものこころについて、一緒に考えてみませんか?～	不登校の子の心を一緒に考えてみましょう。 11/7(土) 時 間：14:00～15:30 場 所：教育センター研修室 講 師：ながら心理相談室 臨床心理士 佐藤 貴代 受講料：無料 受 付：事前予約必要(託児有、先着順)
親子でEnglish!! ハロウィン(小1・小2)	ハロウィンをテーマに、ネイティブと一緒に楽しく英語で遊ぼう。 10/17(土) 時 間：10:00～11:30 場 所：教育センター研修室 講師：ネイティブスピーカーと地域講師 受講料：無料 受 付：事前予約必要(抽選制) 対 象：小1～小2児童とその保護者(15組)	親子でEnglish!! クリスマス(年中・年長)	クリスマスをテーマに、ネイティブと一緒に楽しく英語で遊ぼう。 12/19(土) 時 間：10:00～11:00 場 所：教育センター研修室 講師：ネイティブスピーカーと地域講師 受講料：無料 受 付：事前予約必要(抽選制) 対 象：年中児・年長児とその保護者(15組)

社会福祉協議会の講座

☎058-383-7610



講座名・行事名等	趣旨・内容	講座詳細
要約筆記体験講座	手話の取得困難な中途失聴者や難聴者のコミュニケーション手段として要約筆記を広く体験をととして学びます。市内在住、在勤の方を対象とします。 ※要事前申込	開催日：2/6～2/27までの毎週土曜日(全4回) うち1回のみの参加も可 時 間：10:00～12:00 場 所：総合福祉会館3階 集会室 定 員：20名 受講料：無料

岐阜大学公開講座

岐阜大学では、様々な公開講座を実施予定です。
公開講座に関する情報は、岐阜大学ホームページをご覧ください。

【岐阜大学HP】 <https://www.gifu-u.ac.jp/>

【問い合わせ先】 ※公開講座の申し込みについては、実施部局に直接ご連絡ください。

教育学部 058-293-2243 連合創薬医療情報研究科 058-230-7602

地域科学部 058-293-3002 高等研究院科学研究基盤センター 058-293-3352

応用生物科学部 058-293-2834 地域連携推進本部地域協学センター 058-293-3880



講座名・行事名等	趣旨・内容
【教育学部】言葉の学ぼう 文化を学ぼう 楽習会(がくしゅうかい)	ものづくりの一環としての本を作っていく日本及び中国での「出版」を共通テーマに、文学・語学との関連を連続講義する予定。
【教育学部】2026 視る・考える・創る「形と数」の教室 - 創造力豊かな数学インベーターへ -	ものづくりに対する「デザイン思考」の有用性を理解する。
【教育学部】大学の植物自然史研究資料専門講座	教育学部郷土博物館植物標本庫を管理する大学の研究者が、他にはない特別な資料をその研究活動の背景とともに案内・解説。
【教育学部】親子天文教室	望遠鏡の製作と、天体観察を通じて、地球や宇宙に関する興味・関心を高める。
【教育学部】音楽教育講座「小学生から大学生を対象とした音楽器講座1,2」	吹奏楽部等で音楽器を担当している生徒の、楽曲へのアプローチ法、基礎的な奏法の習得を図る。
【教育学部】教員養成系の大学を目指す高校生のためのピアノ演習講座	教員養成系大学志望の高校生に具体的なピアノ全般の指導と練習法を行う。
【教育学部】中高生および教員のための音楽入門&合唱クリニック(3)~(5)	音楽の基礎的な知識や発声法、曲の実践的な助言を行い、音楽技術を向上させ歌の楽しさを知る。
【教育学部】中高生のための美術教室「美術教育講座説明会・デッサンの基礎」	造形活動の基礎となるデッサンの基礎技法を知り表現力を高める。デッサンの講評・指導を行う。
【教育学部】木彫教室	バンドソー、のこぎり、彫刻刀等を使い、フスの木を用いて自分の作りたいものを制作する。
【教育学部】中高生のための美術教室「美術教育講座説明会・デッサンの基礎」	造形活動の基礎となるデッサンの基礎技法を知り表現力を高める。
【教育学部】中高生のための美術教室「手の鉛筆デッサン」	デッサンの実技及び入試デッサンや受験に対するアドバイスを行う。

講座名・行事名等	趣旨・内容
【教育学部】木目金を用いたアクセサリ製作	当研究室で独自に製作した木目金に簡単な金属加工を施し、オリジナルのアクセサリ製作を行う。
【地域科学部】地域科学部発~人生百年時代の教育講座IV~	人生百年時代を生き抜くために必要な教養について、研究成果を踏まえて発表。
【応用生物科学部】応用生物科学部中学生のための体験科学講座	科学の面白さ、生物の不思議を体験することで、理科への興味・関心を高める。
【応用生物科学部】紅葉の森を歩こう	紅葉の秋の天然林を樹木観察しながら散策し、貴重な森林に触れ、森や樹木に関して知識を得る。
【応用生物科学部】冬の森を歩こう	雪で覆われた天然林の中を樹木観察しながら散策、貴重な森林に触れ森や樹木への知識を得る。
【応用生物科学部】食べられる生命大学農場で学ぶ	1泊2日で畜産施設の見学及び実際の作業を体験し、家畜生産に関する理解を深め食育につなげる。
【応用生物科学部】味噌作り	麹、米、大豆から味噌を作成することによって、加工食品への理解を深める。作った味噌は半年ほど熟成後持ち帰ることが可能。
【連合創薬医療情報研究科】先端を往く連合創薬医療情報研究科	本研究科が構築しているユニークな教育、研究体制とともにその成果を紹介する。
【高等研究院科学研究基盤センター】生命科学の扉を開く~科学研究と先端機器がつくる未来~	科学研究における最先端の装置を見てそれらの装置が支える様々な研究内容について講義で学ぶ。
【地域連携推進本部地域協学センター】SDGs×地(知)の拠点「ネイチャーポジティブを地域の力に(仮)」	ネイチャーポジティブの考え方と地域実践事例を共有し、生物多様性の回復が地域の持続可能な発展と相乗効果をもたらす方策を考える。

東海学院大学・東海学院大学短期大学部公開講座

☎058-389-2969

講座名「前向きに生きる ~大学は知の宝庫~」

【申込み方法】 9月募集開始 1.電話 2.FAX 3.E-mail (次の事項をご記入ください。)

①郵便番号 ②住所 ③氏名 ④氏名フリガナ ⑤電話番号 ⑥受講を希望する回(複数可)

【問い合わせ・申込み先】 東海学院大学・東海学院大学短期大学部公開講座係

《TEL:058-389-2969 FAX:058-371-9851 E-mail:library@tokaigakuin-u.ac.jp》



NO.	講座名・行事名等	開催日	講師・会場・定員	趣旨・内容
1	さあ！俳句を始めましょう。 ~俳句をつくると幸せで長生き~	10/5 (月)	13:30~15:00 【講師】西田拓郎 【会場】図書館中セミナー室 【定員】40人	これからの人生をどう充実させるか迷っているあなた。今がチャンスです。俳句を始めましょう。俳句入門者は健康で長生き。とても楽しい時間ですよ。①俳句の作り方を伝授しますので、まずは作ってみましょう。②好きな俳句を鑑賞してみましょう。③俳句をもとに語り合ってみましょう。
2	わくわくポッチャ交流会 ~スポーツライフを楽しんで前向きに生きていこう~	10/20 (火)	13:30~15:00 【講師】和田誠司 【会場】東体育館1階 【定員】48人	ユニバーサルスポーツとして注目されるポッチャを手軽に楽しめる「わくわくポッチャ」(本学オリジナル)を体験し、スポーツの楽しさや喜びを感じます。する「楽しくプレイをする」みる「楽しそうなプレイを見る」支える「かんたんコートづくりを手伝う」知る「ポッチャの楽しみ方を知る」
3	レジリエンスと語学学習 ~しなやかな心を育む~	10/30 (金)	13:30~15:00 【講師】広瀬八重子 【会場】図書館大セミナー室 【定員】100人	ゴムボールは、壁や床に打ち付けられても、もとの形に戻りながら、跳ね返ってきます。「レジリエンス」とは、さまざまな逆境や試練から立ち直る心の力です。本講座では、苦学意識や挫折経験をもつ人が多い「語学学習」を例に挙げながら、日常生活にも生かせる、「レジリエンス・トレーニング」の基本を紹介いたします。
4	体力測定で健康寿命を延ばそう	11/6 (金)	13:30~15:00 【講師】田中克実 【会場】東体育館1階 【定員】40人	健康寿命とは、病気や障害がなく、元気に過ごせる年数のことです。体力測定は、健康寿命を延ばすための重要なステップです。測定を通して、筋力、持久力、バランスなどの現状を把握し、それに合わせた運動や生活習慣の改善を考えてみましょう。
5	宇宙は老化のアクセラレーター： 宇宙でそして地上でどう生きるか？	11/12 (木)	13:30~15:00 【講師】森田啓之 【会場】図書館大セミナー室 【定員】100人	宇宙に行くと、人は「急速に老化する」一そんな側面があることをご存じですか？有人月探査計画や民間宇宙飛行の進展により、宇宙は身近になりつつありますが、そこには健康上の大きな課題が存在します。そしてその多くは、地上の高齢者の問題と驚くほど共通しています。本講演では、その共通点を手がかりに、宇宙と地上の未来の生活を考えます。
6	ぐっすり眠って、いきいき生きる ~今日からできるやさしい快眠習慣~	11/18 (水)	13:30~15:00 【講師】大浦真一 【会場】図書館大セミナー室 【定員】100人	睡眠は心と体の健康を支える大切な土台です。本講座では、良い眠りのための生活習慣や「眠れないとき」の対処法を分かりやすくお伝えします。さらに、やさしく触れることで安心感を高める「タッピングタッチ」を体験し、今日から実践できるリラックス法を学びます。ぐっすり眠って、前向きにいきいきとした毎日を過ごしましょう。
7	江戸の出版	11/27 (金)	13:30~15:00 【講師】アンドリュー・デュアー 【会場】図書館大セミナー室 【定員】100人	江戸の人々は最大の好きでした。読書離れや活字離れと懸念される今日では考えられないほど、出版は盛んでした。でも、今のようない書店もほとんどありませんでした。江戸の人はどうやって本を手に入れたのか？どんなものを読んでいたのか？そしてその本はどのように作られたのか？江戸の本箱を開いてみます。
8	オリジナル楽器で聴く「幻想交響曲」 ——ペルリオーズはどんな音を聴いていたのか	12/11 (金)	13:30~15:00 【講師】菅野道雄 【会場】図書館大セミナー室 【定員】100人	ペルリオーズ(1803-69)はフランスのロマン派が生んだ最初の天才作曲家です。中でも「幻想交響曲」は、ベートーヴェン以後の最高の交響曲の作品と評価されています。今日は、その新しさをより味あえるオリジナル楽器の演奏でこれを聴いてみることにします。
9	現代アート	12/17 (木)	13:30~15:00 【講師】北村武志 【会場】図書館大セミナー室 【定員】100人	「現代アート」って何？ 難しそうで取っ付きにくいイメージ・・・ 5人の現代アートに関わる作家を通して、「現代アート」を分かりやすく紐解いていきます。

岐阜聖徳学園大学 公開講座 co_colab-ML@shotoku.ac.jp

岐阜聖徳学園大学では様々な講座の開催を予定しております。
 なお、本誌掲載の講座は一例となります。講座のラインアップ・詳細・申込方法は、
 ホームページ(右記二次元コード)をご確認ください。

※各講座ごとに定員が設けられております。申込多数の場合は抽選となります。

【問い合わせ先】 岐阜聖徳学園大学 地域・社会連携センター事務局 Mail co_colab-ML@shotoku.ac.jp



NO.	講座名・行事名等	趣旨・内容	NO.	講座名・行事名等	趣旨・内容
1	サクセスフル・エージングと老化予防	本学と岐阜南ロータリークラブ間の連携協定に基づいた寄附講座となります。今年度は福富医院院長 福富 悌氏による「サクセスフル・エージングと老化予防」についての講座を実施いたします。	4	森からのまなざし ～ 幼い人と生きるって こんなにも幸せだ～	この四半世紀、ハケ岳の森で出会ってきた子どもたちの物語を、スライド&トークという形で皆さんと分かち合いたいと思います。子どもの育ちを語る言葉は年々複雑になっています。一方で、子どもと共に生きるってこんなにも幸せなんだという事実は変わりません。保育の経験年数に関わらず、誰もが子どもと共に生きる意味を考えたいような時間になると思います。
2	FC岐阜 体幹トレーニング	筋力アップやシェイプアップなどを目的とした初心者向け体幹トレーニング教室です。FC岐阜のアスレチックトレーナーが楽しく指導します。	5	お話から繋がる、 心と心。	絵本や絵本コミュニケーションの面白さと大切さ、絵本に込めた想い、絵本作家として活動してきた経緯を、絵本60冊以上刊行し、全国を年間200本以上講演で動いてきた絵本作家の視点から語ります。多くの方に読み聞かせの楽しさを知ってもらうため、参加の方との掛け合い読みも試みます。
3	日本語に隠された 秘密を 明らかにしよう!	ふだん何気なく使っている日本語には、気づきにくい秘密がたくさん隠されています。そんな秘密のいくつかについて、一緒に明らかにしてみたいと思います。	6	運動チャレンジ 聖徳プロジェクト	たくましく生きるために体力は必須です。走・跳・投の運動遊び、マット運動、跳び箱などを体育専修の学生と一緒に動きながら指導します!楽しく動き込んで体力を上げましょう!

岐阜市立女子短期大学 公開講座 ☎058-296-3131

【講座の申込方法】

岐阜市立女子短期大学ホームページの公開講座の申込フォーム
 または、Eメール(講座名、氏名、フリガナ、郵便番号、住所、年齢、
 電話番号を記入)。
 申込者多数の場合は抽選。

【申込・問合せ】

岐阜市立女子短期大学 総務管理課
 岐阜市一日市場北町7番1号
 TEL 058-296-3131
 E-mail office19@gifu-cwc.ac.jp



講座名・行事名等	趣旨・内容	開催日時	講師	場所・定員・費用	申込締切
ITパスポート 資格講座	ITパスポートは、ITを活用するすべての社会人・これから社会人となる学生が備えておくべき、ITに関する基礎的な知識が証明できる国家試験です。本講座は資格取得を通して、ITを正しく理解し、業務に効果的にITを活用することのできる力を身に付けることを目的とします。	11/2(月)・9(月)・16(月) 全3回 18:00～20:00	国際コミュニケーション学科 講師 長谷川 旭	【場所】 岐阜市立女子短期大学 【定員】 30人 【費用】 受講料1,500円/回	【申込締切】 各講座の2週間 前の月曜日必着
中国語検定対策講座 初級(中検準4～4級) レベル	本講座では、中国語検定試験のリスニング力と筆記力を総合的に強化します。毎回の授業では、まず最初の70分の中検1～2回分のリスニング試験を実施し、問題の特徴や解答のポイント、リスニング力を高めるコツを解説します。実践を重ねながら、確実に得点を積み上げていきます。残りの20分では、1対1で筆記問題の練習結果を確認します。そのため、毎回の授業までに中検問題集を2回分解いてくる必要があります。講座内ではその結果をもとに苦手分野を明確にし、効果的な対策を立てます。毎週の成果を確認・修正しながら、弱点を得意源に変えていくことを目指します。	10/6(火)・13(火)・20(火)・27(火)、 11/10(火)・17(火) 全6回 16:20～17:50	国際コミュニケーション学科 講師 王 張璋	【場所】 岐阜市立女子短期大学 【定員】 10人 【費用】 受講料1,000円/回	【申込締切】 各講座の2週間 前の火曜日必着
中国語検定対策講座 中級(中検3級) レベル	本講座では、中国語検定試験のリスニング力と筆記力を総合的に強化します。毎回の授業では、まず最初の70分の中検1～2回分のリスニング試験を実施し、問題の特徴や解答のポイント、リスニング力を高めるコツを解説します。実践を重ねながら、確実に得点を積み上げていきます。残りの20分では、1対1で筆記問題の練習結果を確認します。そのため、毎回の授業までに中検問題集を2回分解いてくる必要があります。講座内ではその結果をもとに苦手分野を明確にし、効果的な対策を立てます。毎週の成果を確認・修正しながら、弱点を得意源に変えていくことを目指します。	10/9(金)・16(金)・30(金)、 11/6(金)・13(金)・20(金) 全6回 9:00～10:30	国際コミュニケーション学科 講師 王 張璋	【場所】 岐阜市立女子短期大学 【定員】 10人 【費用】 受講料1,000円/回	【申込締切】 各講座の2週間 前の金曜日必着
繊維製品品質管理士 (TES) 受験対策講座	「繊維製品品質管理士(TES)」は、繊維製品を取り扱う専門家に与えられる資格です。テキストと過去問題集を中心に、試験問題のポイントをわかりやすく解説します。特定回のみ部分受講も可。 ※TESの受験を予定している方が対象	10月～2027年7月の原則第2金曜日 (1月～2月は第3金曜日) 全10回 19:00～20:50	デザイン環境学科 准教授 太田 幸一	【場所】 岐阜市立女子短期大学 【定員】 10人 【費用】 受講料1,500円/回 ※別途、指定したテキストを 各自で用意(12,540円予定)	【申込締切】 各講座の2週間 前の金曜日必着

中部学院大学 公開講座

シティカレッジ関(関キャンパス)

☎0575-24-9460

様々なジャンルから約80講座をラインアップ

詳細につきましては、右のQRコードからご覧ください

申込受付 2026年9月1日～



バランスボールエクササイズ



スポーツカレッジ

☎0575-29-3003

- ★ チャレンジキッズ(特別な支援が必要な子どものための運動教室) : 年中～中学生
- ★ バレーボールアカデミー : 小学5年生～中学生のバレーボール経験者
- ★ バスケットボールアカデミー : 中学生のバスケットボール経験者



チャレンジキッズ



福祉カレッジ 介護福祉士実務者研修

☎0575-24-9460

「介護福祉士」(国家資格)の受験に必須
 通信課程(自己学習)+通学授業(スクーリング:7日間)

★「介護福祉士等修学資金貸付制度」を利用し
 条件をクリアすれば、受講料が実質無料に!



各務原市の生涯学習

生涯学習は、生涯にわたって主体的に継続して行う学習のことです。

各務原市の生涯学習講座のねらい

心豊かな人生を送ることができるよう、あらゆる機会に学習ができること、また、その成果を活かし、地域に貢献する人を育てることが、行政が実施する生涯学習の目的です。

市では、それぞれの学びと、その成果を地域に活かそうとする活動を後押ししています。

学びの機会の充実、学びの成果の活用

学びの機会の充実

多様なジャンルの講座やクラブ・サークル活動での継続した学びと仲間づくり

- 教養を高める講座
- 体を動かす講座
- 自然にふれる講座
- 趣味の講座
- 認定クラブ・サークルの学習活動 など

学びの成果の活用

■認定クラブ・サークルの地域活動

「出張！クラブ・サークル」や、「まちづくり担い手マッチング事業」など

■「生涯学習登録講師」の活躍

出前講座や、登録講師による企画講座の開催

生涯学習で学んだことを通して
仲間づくり、まちづくり
に活かしましょう

1

知識や技術
能力の向上



「登録講師企画講座」
「レジンアクセサリー」

2

自分らしさ、
再発見



普段の活動の成果を発表する
「クラブサークル発表会」

3

仲間づくり
いきがいづくり

4

郷土愛を感じ
身近なまち
づくり活動へ



「出張！クラブサークル」

出前講座 出張！クラブ・サークル



市職員や生涯学習登録講師、市認定クラブ・サークルが皆さんのもとにお伺いし、学びたいこと・やってみたいことのお手伝いをします！是非ご活用ください。10人以上の団体の方がお申込みできます。

メニューは、冊子もしくは市ウェブサイト(上記二次元コード)。



ロビーピアノコンサート 演奏者募集



市役所エントランスロビーでピアノを弾いてみませんか？演奏者募集中です。

(事前予約必要)

また、お時間のある方は演奏を聴きにお立ち寄りください。



今後の開催予定：8/12、8/13、9/8、10/13、10/14、11/11、12/24、1/7、2/16、3/24 正午から

詳しくは市ウェブサイト(上記二次元コード)。