

秋期講座

学ぶ
つながる
新しい自分

申込案内

Learning
Connecting
A New Self

申込方法	
申込期間	9月3日(日)～9月16日(土) 【窓口申込】月曜日を除く午前9時～午後9時 【WEB申込】24時間可 申込期間終了後も定員に満たない講座は随時受付する場合がありますので、開講する公民館・ふれあいセンター等にお問い合わせください。
申込方法	開講する公民館・ふれあいセンター等の窓口、またはWEB申込フォームよりお申し込みください。 申込期間内に定員を超えた場合は、抽選とします。(先着順ではありません。) 抽選の結果は、申込者全員に通知します。発送日は施設によって異なります。 なお、受講料・持ち物等については受講決定通知書にてお知らせします。
対象	市内在住、在勤、在学の方を優先。「一般」は16歳以上の方。
注意事項	①電話や郵送での申込みはできません。1人分まで代理人による申込みができます。 ②申込者が少ない場合や、災害、非常事態などにより、開講しない場合があります。 また、開講後も災害、非常事態などにより、中止・延期する場合があります。 ③抽選の場合、初めての受講者を優先する場合があります。 ④受講決定通知書が郵送された後、キャンセルする場合は早めにご連絡ください。 ⑤同じ講座名の「シニアパソコン教室」、「スマホ講座」は他館と重複して申し込むことはできません。 ⑥講座の内容等は、都合により変更する場合があります。 ⑦お申込みの際にお預かりした個人情報は、講座に関する連絡以外、利用しません。

講座の内容等について、詳しいことは開講する公民館・ふれあいセンター等にお問い合わせください。

西尾市教育委員会事務局 生涯学習課 (55-3515)

※スポーツ教室については西尾市交流共創部スポーツ振興課(54-0002)にお問い合わせください。

子ども対象講座、親子講座、
その他特別講座は
2～3ページをご覧ください。



生涯学習マスコット「マナビィ」

<一般講座>

中央ふれあいセンター



申込フォーム

(所在地) 錦城町162番地14
(問合先) 56-7722

No.	講座名	対象	日時	曜 回	内容	費用	定員	講師
5	世界の料理 ～中国料理編～	一般	10/14 午前10時～正午	土 1	中国のご家庭で作られている、みんな大好きな小籠包。皮から全て手作りです。焼き小籠包にさせていただきます。	受 200円 教 500円	12人	趙 秀娟氏
6	かぶせてください! エコクッキング ～鍋帽子で保温調理～	一般	10/3 午前10時～午後1時	火 1	お鍋をくるんで保温することで、光熱費の節約はもちろんのこと手間が省けて味がしみこみ、焦げ付かず、おいしいお料理ができます。	受 200円 教1,300円	15人	岡崎友の会
7	ビーズdeアクセサリ	一般	10/14 10/21 11/11 11/18 12/9 12/16 1/13 1/20 2/10 2/17 午前10時～正午	土 10	ビーズ・クリスタル等を使ってアクセサリを作っていきます。年齢を問わず楽しく作製していきます。	受2,000円 教5,000円	10人	古橋 美智子氏
8	シャドウボックス入門	一般	10/19 10/26 11/2 11/9 11/16 午前9時30分～11時30分	木 5	数枚の絵を立体的に重ね合わせて額に入れて飾ります。Xmasとお正月向けの作品ですので、お部屋が華やかになります。	受1,000円 教4,300円	8人	新實 映子氏
9	パン教室 OPEN! (午前の部)	一般	11/23 午前9時30分～正午	木 1	初心者でも大丈夫!2種類のパン作りに挑戦します。焼き立てのパンを試食でき、お持ち帰りもあっておうちでも楽しめます。	受 200円 教1,500円	12人	江本 理恵子氏
10	パン教室 OPEN! (午後の部)	一般	11/23 午後1時30分～4時	木 1	初心者でも大丈夫!2種類のパン作りに挑戦します。焼き立てのパンを試食でき、お持ち帰りもあっておうちでも楽しめます。	受 200円 教1,500円	12人	江本 理恵子氏
11	肩こり解消、 自宅にあるものを使った かんたん体操	一般	11/12 11/19 — — — 午後1時30分～3時	日 2	自宅にあるタオルを使ってかんたん体操、新聞紙を使って肩たたき棒の製作。冬に備えて学んで試そう!	受 400円	6人	鈴木 善之氏
12	呼吸器健康教室	一般	10/15 午前10時～11時30分	日 1	呼吸器の病気をお持ちの方、またそのご家族と一緒に呼吸法や生活の工夫を学びませんか。日常生活をよりよくするコツをお教えします。	受 200円	20人	認定看護師 青山 理氏
13	乳がんについて 知ろう!	一般 女性	11/5 午前10時～11時30分	日 1	乳がんってどんな病気? 早期発見のためのセルフチェックや乳がん検診、治療について一緒に勉強しましょう。	受 200円	20人	認定看護師 山中 明子氏
14	知っておきたい 認知症のこと	一般	12/3 午前10時～11時30分	日 1	誰もがなる可能性のある認知症。認知症についての正しい知識や認知症の人への接し方などを学びます。	受 200円	20人	認定看護師 余語 華代氏
15	秋の朝ヨガ	一般	10/5 10/12 10/19 10/26 11/2 午前9時30分～10時30分	木 5	呼吸に意識を向けながら、一つ一つのポーズをゆっくりと丁寧にっていきます。朝ヨガでスッキリ気持ちよく、元気に一日をスタートしましょう!	受1,000円	10人	下村 美由紀氏
16	女性のための朝ヨガ	一般 女性	11/16 11/23 11/30 12/7 12/14 午前9時30分～10時30分	木 5	呼吸に意識を向けながら、一つ一つのポーズをゆっくりと丁寧にっていきます。朝ヨガでスッキリ気持ちよく、元気に一日をスタートしましょう!	受1,000円	10人	下村 美由紀氏
17	西尾に残る徳川家康ゆかりの史跡や城巡り	一般	11/15 11/22 — — — 1回目午前10時～11時30分 2回目午前10時～午後2時30分	水 2	西尾市に残る徳川家康ゆかりの史跡や城について学びます。1回目は座学、2回目はバスで市内の史跡を巡ります。			Belink講師
18	誰でもできる 「ゆとりある生活」の 作り方	一般	10/31 11/7 — — — 午前10時～11時30分	火 2	心理学をとおして、心にゆとりのある生活を手に入れるきっかけを学びます。	受 400円	30人	足駕 雪絵氏 河野 早希依氏
19	西尾ぶらり歴史散歩 ～地図を見ながら あるこう～	概ね 50歳 以上 の方	10/11 10/18 10/25 11/8 11/15 午前9時30分～正午	水 5	今年は幡豆(中野郷)吉良(金蓮寺)一色(赤羽根城跡)西尾城下の史跡を巡ります。郷土の歴史を学びましょう。	受1,000円 教1,000円	15人	松井 直樹氏

西野町ふれあいセンター



申込フォーム

(所在地) 上町下屋敷17番地2
(問合先) 57-7636

No.	講座名	対象	日時	曜 回	内容	費用	定員	講師
20	楽しくキーボードを 弾いてみよう! (初級)※1	一般	10/13 10/27 11/10 11/24 12/8 12/22 — — — — 午後1時30分～3時	金 6	好きな曲を弾いてみよう～キーボードはあるけれど、使い方がわからない方、基本の操作を学びましょう。	受1,200円	8人	榊原 恵美子氏
21	折紙でお正月の壁飾り を作ってみよう	一般	11/22 11/29 — — — 午前10時～正午	水 2	折り紙でお花などを折ってお正月に飾れる和モダンなタペストリーを楽しく作りましょう。	受 400円 教1,800円	10人	浅井 真澄氏
22	わたしと家族の 「そうぞく」	一般	10/17 10/19 — — — 午後1時30分～2時30分	火・木 2	「相続」が「争族」にならないための準備を始めましょう!よりよい未来のために相続、ライフ&エンディングについて考えます。	無料	20人	黒川 恵氏 中根 美喜恵氏

※1…キーボード所有者限定