

令和8年度 後期 生涯学習講座 のご案内



申込方法

申し込みは、期限までに下記の二次元コードのリンク先の申込フォームから行うか、お近くの公民館または生涯学習課に備え付けの用紙にてお願いいたします。

2つ以上の講座を希望される方は、まとめて申請できます。

※申込者多数の場合は、講座ごとで抽選を行い、受講者を決定します。

抽選外で受講できない場合がありますので、あらかじめご了承ください。

なお、受講者の決定後、受講人数に余裕がある場合、追加募集を行うことがあります。

受講資格

市内在住または在勤の方

インターネットでの
お申し込みは、こちらから



申込フォーム

申込期限

令和8年8月12日(水)まで(必着)

結果通知

令和8年8月24日(月)以降、結果通知書を全員の方にお送りします。受講できることになった方は、通知書に指定された期日までに、その通知書と受講費用を講座が開催される公民館へ持参し、受講票を受け取ってください。

その他

諸事情により講座を中止させていただく場合があります。その場合は、各受講者宛てに公民館から連絡をさせていただきます。

令和8年度から、講座1回につき200円の受講料をいただきます。

(例えば、1講座4回の場合は800円となります。)

費用は全回分前払いです。欠席された分の払い戻しはありません。

受講料は講座の運営に活用します。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いします。

受付時間・申込場所

・24時間

ウェブ申込(上記二次元コードまたは江南市ホームページより)

・午前9時～午後5時(土曜日・日曜日も受け付けます)

古知野東公民館(〒483-8056 江南市宮後町清水161 TEL 56-1990)

古知野西公民館(〒483-8421 江南市東野町郷前11 TEL 53-0044)

古知野北公民館(〒483-8025 江南市和田町宮144 TEL 55-2416)

・午前9時～午後4時(平日のみ)

市役所生涯学習課(〒483-8701 江南市赤童子町大堀90 TEL 0587-50-0398)

講座名	ぬか床造り体験講座	生花で楽しむ フラワーアレンジメント	楽しいフラダンス
内容	昔ながらの手間をかけた漬物作りの講義と、腸内環境を整え免疫力を高めるためのぬか床造りを体験します。 みんなで楽しくぬか床を造り、完成したものをもち帰りいただけます。 ※1回完結の講座です。	きれいに作るテクニックを学び、季節を感じ楽しめます。 生花でパワーチャージしましょう。	基本のステップ、ハンドモーションを基礎から学びます。 ハワイアン音楽に合わせた全身運動で気分もリフレッシュ。 初心者大歓迎です。
持ち物	なし	花を切るはさみ、 ビニールの敷物	筆記用具、運動しやすい服装、 タオル、飲み物
曜日	土曜日	木曜日	水曜日
時間	13:30～15:00	10:00～12:00	10:00～11:30 (12/2のみ 13:30～15:00)
定員	32名（各回16名）	12名	20名
費用	1,700円 (材料費1,500円＋受講料200円)	8,100円 (材料代7,500円＋受講料600円)	1,500円 (資料代300円＋受講料1,200円)
学習プログラム	①11/21(土) ②2/20(土) ※1回完結の講座です。 同じ講座を、メンバーを替えて2回行います。	①11/26(木) クリスマスアレンジメント ②1/28(木) 基本のデザイン、 ラウンドアレンジメント ③2/25(木) 桃の節句のアレンジメント	①11/4(水) フラ・ハワイの歴史 基本のステップ、ハンドモーション みんなのフラ ②11/18(水) 基本のステップ、ハンドモーション みんなのフラ 2 ③12/2(水) ※13:30～15:00 基本のステップ、ハンドモーション みんなのフラ 3 ④12/16(水) 基本のステップ、ハンドモーション 月の夜は 1 ⑤1/6(水) 基本のステップ、ハンドモーション 月の夜は 2 ⑥1/20(水) 基本のステップ、ハンドモーション 月の夜は 3
講師	ぬか床造り職人 中野 弘毅	欧風花インスティテュート講師 仙石 真理子	ハラウ フラ オ レイ ミキオラ 教室講師 野崎 美帆
会場	古知野東公民館 実習室	古知野東公民館 実習室	古知野東公民館 会議室

講座名	ゆったり ヨガ	夢みる筆文字と やさしい手仕事	作って楽しむ・癒される 初めてのアロマ教室
内容	ゆっくりゆったりと動いて、座位ポーズを中心に毎回、体全体をほぐしていきます。	筆文字にやさしい手仕事をプラスし、心と体をふんわり整えていきます。 お守り薬草玉づくりや縁起の良い言葉を描くうちに気づけば心も体もやさしく巡っていく。 夢みる魔法のレシピ付き講座です。	自然な香りに癒されながら、アロマの基礎を学び、好きな香りでスプレーやリップ作り、セルフケア体験も楽しめる講座です。
持ち物	ヨガマット、タオル、飲み物、五本指ソックス（又は素足）	筆記用具、はさみ、ウェットティッシュ	筆記用具、ハンドタオル、飲み物、鏡（スタンド付きが便利）
曜日	金曜日	木曜日	木曜日
時間	10:00～11:30	13:30～15:30	10:00～11:30
定員	18名	8名	10名
費用	1,000円 （受講料のみ）	3,000円 （材料費2,200円＋受講料800円）	4,200円 （材料代等3,600円＋受講料600円）
学 習 プ ロ グ ラ ム	①10/2(金) 呼吸を意識する ②10/9(金) 力みを抜く ③10/16(金) のびのびと動く ④10/30(金) 一つ一つの動作をていねいに ⑤11/6(金) 日常生活に取り入れる	①1/14(木) ー心と体を温めるお守りづくりー ・玄米薬草ボールを作成します。 ・使い方をマスターし、元気に講座に参加できるよう、やさしい体の整え方を伝授します。 ②1/21(木) 縁起の良い四字熟語「長楽萬年」 ・言葉の意味を理解して文字の練習 ・仕上げは折り紙やパステルを使って楽しくアレンジ ③1/28(木) 縁起の良い四字熟語「大願成就」 ・言葉の意味を理解して文字の練習 ・仕上げは折り紙やパステルを使って、自分らしさも加えて楽しくアレンジ ④2/4(木) 縁起の良い四字熟語「笑門来福」 ・言葉の意味を理解して文字の練習 ・仕上げは折り紙やパステルを使って楽しくアレンジ ※言葉に込められた心も味わいながら楽しく描く。これまでのまとめをしながら、日常を少しだけ特別にする魔法をひろう。	①10/1(木) 香りを楽しむアロマの基本 エッセンシャルオイルの基礎を学び、好きな香りでクラフト作り ②10/15(木) 安心して使うための知識 オイルの選び方や安全な使い方を学び、天然素材でリップバーム作り ③10/29(木) セルフケア実践編 エッセンシャルオイルを使ったセルフヘッドケア&ストレッチ
講師	ヨガインストラクター 小島 香織	ココロ文字・夢ロゴアート・ 桜笑文字認定講師 伊藤 麗子	フィトアロマ認定インストラクター ヨガセラピスト 佐藤 千恵
会場	古知野西公民館 会議室	古知野西公民館 会議室	古知野西公民館 会議室

講座名	歴史を通して社会 (生き方)を学ぼう！	今さら聞けない スマホの基本	初めての詩吟
内容	歴史の解釈は新しい資料の発見によって日々変化しています。新しい解釈を用いて、より真実に近い人物の姿を探ります。歴史が苦手な方も、大歓迎！	生活をより便利に、楽しく実生活で役立つ使い方で学びます。教材「70歳からのスマホの使いこなし術 2」を使用します。	ストレッチ、腹式呼吸・発声法から始まり、漢詩の説明、作者について学び、詩吟を詠います。
持ち物	筆記用具、 スマートフォン（お持ちの方）	スマートフォン	筆記用具
曜日	土曜日	水曜日	木曜日
時間	10:00～11:30	13:30～15:30	10:00～11:30
定員	36名	15名	15名
費用	1,200円 (資料代400円＋受講料800円)	2,250円 (資料代1,650円＋受講料600円)	900円 (資料代300円＋受講料600円)
学習プログラム	①10/3(土) 愛知の二人の首相に見る戦争と平和 愛知出身の首相は海部俊樹、そしてもう一人は加藤高明。彼の偉大さを証明する、名誉回復のための渾身の授業！ ②11/7(土) 緊縮財政 V.S. 積極財政 一人を幸せにするのはどちら？－ 歴史上、積極財政＝悪、緊縮財政＝善と語られてきた。それはなぜ？どちらが民のためになった？江戸時代の経済史から日本の今を考える。 ③12/5(土) 時代を超えた発想力 －天才・小栗忠順－ 司馬遼太郎が「明治の父」と讃えた小栗忠順。その発想力はどこから生まれた？小栗の業績と生き方を探る。次期NHK大河ドラマの予習的授業！ ④1/16(土) 志を繋ぐ －細井平洲が日本の歴史を変えた?!－ 江戸幕府はなぜ崩壊した？その一因が愛知の儒者 細井平洲。彼の思想はどう広まり、日本をどう変えたのか？彼の哲学を考える。	①10/14(水) 音声入力 二次元コードの読み方 ②10/21(水) スマホの用語、画面上のマーク「アプリの取り扱い」 アプリの起動、切り替え、削除 ③10/28(水) 「Google検索とレンズ」 「ジェミニ(生成AI)の検索」 2つの検索方法 及び 回答の異なり	①10/15(木) ストレッチ、腹式呼吸・発声法、詩吟についての説明。 詩吟『本能寺』を聞いてみましょう。 詩吟『本能寺』の作者や内容についての説明を聞き、少しずつ習います。 ②10/22(木) ストレッチ、腹式呼吸・発声法 詩吟『本能寺』を少しずつ習います。 ③10/29(木) ストレッチ、腹式呼吸・発声法 詩吟『本能寺』を最後まで習い、一緒に詠いましょう。
講師	愛知教育大学講師 玉川大学客員教授 土井 謙次	デジタル推進委員（デジタル庁） 高齢者デジタルサポーター（愛知県） 丹羽 睿・中島 仁・長井 容子	江南市吟剣詩舞道連盟理事長 橋本 禎枝
会場	古知野北公民館 会議室	古知野北公民館 集会室	古知野北公民館 集会室

講座名	地元「江南」の 歴史をさぐる	簡単にできるチェアヨガ
内容	知られざる郷土江南の歴史を調べ、解き明かします。	イスに座って負担なくゆったりと行っていくヨガです。
持ち物	筆記用具、定規、 赤・青鉛筆（赤・青ボールペン）	飲み物、下に敷くバスタオル
曜日	土曜日	水曜日
時間	10:00～11:30	10:00～11:30
定員	20名	25名
費用	1,200円 （資料代600円＋受講料600円）	800円 （受講料のみ）
学 習 プ ロ グ ラ ム	①10/17(土) 小牧・長久手の戦い後の天正地震と大洪水 一秀吉の復興対策を調べるー ②11/21(土) 明治の旅行届と和田勝佐村の行商 ～昔、行商が商業の中心であつた～ ③12/19(土) 道標からみる江南地域の人々の行先 ※①～③はいずれも実習があります。	①11/4(水) 呼吸に合わせて体を動かして全身の巡りを良くしていきましょう。 ②11/11(水) 肩甲骨をほぐしていきます。 ③11/18(水) 股関節や太もも、足指を使っていきます。 ④11/25(水) 寒くて丸くなる背中まわりをスッキリさせていきます。
講師	「尾北郷土誌」編集者 江南郷土史研究会 渡邊 俊夫	チェアヨガ講師 澤田 万喜子
会場	古知野北公民館 集会室	古知野北公民館 会議室



