

VOL.15

平成 26 年 9 月 25 日

ライフロング

〒527-0039
東近江市青葉町 1-50
八日市文化芸術会館
TEL 0748-23-6862
IP 0505-801-6862
FAX 0748-23-6863

東近江市立八日市文化芸術会館 生涯学習センター機能的事業
指定管理者 公益財団法人 東近江市地域振興事業団

デジタルカメラ 初心者デビューコース

コンパクトでも一眼レフでも大丈夫！

「買ったばかりだから教えてほしい！」「基礎をしっかり覚えたい！」という方達のための講座です。
初めて使う方も、どんどん質問してください。この秋、あなたもデジカメデビューしましょう😊

10/7・14・28（火）PM7:30～9:30

- 会 場 湖東コミュニティセンター
- 定 員 12名（先着順）
- 受講料 2,000円（全3回分）
- 持ち物 お手持ちのデジタルカメラ・筆記用具
説明書や付属品があればお持ちください。



受講のお申し込みは、湖東コミュニティセンターまでお願いします。

整理収納アドバイス講座

スッキリ収納でくらしを見つめなおしませんか？
月1回の講座で、あなたも収納名人になりましょう！

10月24日（金）

「今年こそ年末にあせらないために② リビング編」

11月28日（金）

「今年こそ年末にあせらないために③ 押入れ・納戸編」

- 時 間 AM10:00～11:30
- 会 場 八日市文化芸術会館
- 受講料 500円（1回分）
- 持ち物 筆記用具
- その他 1回だけの受講もOKです！

受講のお申し込みは八日市文化芸術会館までお願いします。

ライフロング講演会 朗読のひろば（朗読と講演） 「いのちあること」

～お母さん、ぼく星になったよ～

10月23日（木）

会場：八日市コミュニティセンター

10月24日（金）

会場：市辺コミュニティセンター

- 時 間 AM10:00～11:00
- 講 師 白湯美栄子さん（絵本作家）
- 入場料 無料（どなたでもどうぞ！）

18歳で突然この世を去った息子。ただそばで生きて
いてくれれば、それだけで幸せだった・・・。

そんな気持ちが詰まった絵本をつくられた『お母さん』の朗読会です。

きもの着付け入門

和の生活。ステキでホッとすることがあります。着物生活、始めてみたいけどわからなくて不安、習ったけどちょっと忘れちゃったということはありませんか？

まずは、基本から始めてみましょう！“和を楽しむ暮らし”の知恵袋になりますように。「友人の結婚式に着物で出席してみたい」「着物を着てお出かけしたい」そんな想いを実現する第一歩として、ぜひご参加ください。

- 日時 11月8日・15日・22日(土)AM10:00~12:00
29日(土)AM9:30~11:30 (講座終了後、希望者は着物で昼食会へ)
- 会場 能登川コミュニティセンター
- 受講料 2,000円(全4回分) ●定員 20名
- 講師 廣瀬絹子先生(京都きものコンサルタント協会認定)
- 持ち物 袷の着物、袋帯又は名古屋帯、長襦袢、足袋、帯締め、帯揚げ、帯枕、前板。補正用タオル3枚、伊達締め2本、腰ひも4~5本、着物ベルトクリップ(洗濯ばさみOK)、和装下着



整理収納アドバイス講座 ~IN 能登川~

◇年末のお片付け◇ ~気持ちよく新年を迎えるための3つのポイント~
あわただしい師走に入る前に、ポイントを押さえておきましょう！

11月15日(土) AM9:30~11:00

- 会場 能登川コミュニティセンター
- 受講料 500円(1回分)
- 持ち物 筆記用具
- 定員 20名
- 講師 柳澤知伽先生(整理収納アドバイザー1級)



ライフロング講演会

「虐待から学んだ、幸せの扉を開く鍵」

講師 上原よう子さん(虐待防止活動家・NPO法人虐待問題研究所代表)

- ◇11月28日(金)PM 7:30~ 9:00 会場:八日市コミュニティセンター
- ◇11月29日(土)AM10:00~11:30 会場:南部コミュニティセンター
- ◇11月29日(土)PM 1:30~ 3:00 会場:中野コミュニティセンター

●入場料 無料(どなたでもどうぞ!) ●定員 各会場80席

講師自らの体験を語る涙なくしては聞けない壮絶な虐待の事実。虐待はもはや単純な問題ではなく複雑な社会環境の中で深刻に広がっています。今こそ一人ひとりが考えよう！子どもを守るとは？命を守るとは？私たちに何ができるのか・・・。



パソコン教室

◇画像・ファイル管理総合コース◇

11/11・18・25(火) PM7:30~9:30

◇インターネット基礎~応用コース◇

インターネット体験、ホームページの見方、ダウンロードなど。

11/14・21・28(金) PM7:30~9:30

- 会場 湖東コミュニティセンター
- 定員 各12名程度(先着順)
- 受講料 2,500円(教材費別途)
- 講師 西谷繁義さん(パソコン研究所)

受講のお申し込みは湖東コミュニティセンターまでお願いします。



薬膳料理講座

追加募集

定員まであと少し!

お早目にお申込み下さい!

11月30日(日)

AM9:30~PM1:30

- 会場 湖東コミュニティセンター
 - 参加費 1,500円(材料代込)
- お申し込みは
湖東コミュニティセンターへ

ゆる文字講座

~年賀状やクリスマスカード、大切な方へのメッセージに!~

◇筆ペンで書く基礎編◇

10/19(日)・11/22(土)・12/7(日)

AM10:00~12:00

- 会場 湖東コミュニティセンター
- 定員 10名程度
- 受講料 4,000円
- 材料費 2,000円
- 講師 川嶋和則先生

おもに初心者の人向きです。



受講のお申し込みは湖東コミュニティセンターまでお願いします。

◇応用パステルカラー編◇

10/16(木)・11/13(木)・12/4(木)

PM7:30~9:30

- 会場 湖東コミュニティセンター
- 定員 10名程度
- 受講料 2,500円
- 材料費 500円
- 講師 川嶋和則先生

おもに基礎編を受講された人向きです。

スッキリ交換会 開催しました!!

ライフロング講座「整理収納アドバイス」を受講された方を対象に「家で眠っているモノ、もったいなくて捨てられないモノ」を大切に使用していただける方へ、お譲りしましょう!と呼びかけたところ、たくさんの物が集まり、当日はたくさんの方々にお持ち帰りいただきました!

不要となっていたモノが、喜んで使用していただける方のところへ・・・。
モノにとっても、人にとっても、スッキリした一日になったことと思います。ご協力いただきましたみなさん、ご来場いただきましたみなさん、本当にありがとうございました。

事前申し込み不要。ご都合の良い日だけ会場へお越しください!

～お気軽に☆ココロもカラダもリフレッシュ♪の4講座～

男のヨガ入門



参加者は男性だけのヨガ講座。
キラクに気軽にお越しください!
呼吸を整え、リフレッシュ☆

10月 9日(木)、23日(木)
11月13日(木)、27日(木)

- 時 間：PM2：00～3：30
- 会 場：八日市文化芸術会館
- 受講料：1回500円
- 持ち物：水分補給用の飲物、タオル
- 講 師：山本いづみさん

有酸素運動とヨガで健康に



有酸素運動で代謝をよくし、ストレス解消!
ヨガのポーズと瞑想、呼吸法で心とカラダを
ひとつにしましょう!

当日受付・先着40名程度

10月1日(水)、15日(水)
11月5日(水)、19日(水)

- 時 間：AM10：00～11：30
- 会 場：蒲生コミュニティセンター
- 受講料：1回500円
- 持ち物：水分補給用の飲物、ヨガマット
- 講 師：山本いづみさん

リズム体操



リズム体操は、精選した動きと音楽が一つに
なった心地よい楽しい運動です。誰でもムリ
なくココロとカラダにやさしい健康づくりを
はじめましょう。

当日受付・先着40名程度

10月 2日(木)、16日(木)
11月 6日(木)、20日(木)

- 時 間：AM10：00～11：30
- 会 場：蒲生コミュニティセンター
- 受講料：1回300円
- 持ち物：水分補給用の飲物、ヨガマット
- 講 師：平出恵美子さん

親子で楽しくリトミック♪

リトミックは、音楽という素材を使い発達段
階にある子どもたちの総合教育を促します。
親子で楽しくカラダを動かしませんか?

10月22日(水)
11月26日(水)

- 時 間：AM10：00～11：00
- 会 場：蒲生コミュニティセンター
- 受講料：1回300円(親子一組)
- 持ち物：動きやすい服装でお越しください。
- 講 師：リトミック研究センター滋賀第一支局

当日受付・先着35組程度

◇「ライフロング」情報はホームページをごらんください◇

<http://yokaichi-bungei.com/lifelong>

八日市文化芸術会館のHPで、いろんな講座やイベント情報がご覧いただけます。
また、講座レポートや広報「ライフロング」も随時更新!どうぞアクセスしてみてください。

