

ライフロング受講生募集



ライフロングは市内4会場を拠点に、市内全域へ様々な学びの機会提供を行い、皆様の学ぶ意欲にお応えする生涯学習講座です。

**オンライン
申込開始!**

講座のお申込みはパソコンやスマートフォン等を使って申込ができます。
ライフロングのホームページから利用者登録後、講座の申込を送信してください。

申込 **3月17日(木)12:00開始** (定員あり先着順)詳しくは、裏面申込方法をご覧ください!
(利用者事前登録3月11日(金)9:00から開始)

お家からラクラク申込!



会場 八日市文化芸術会館 (記号:B)

B1・B2 フォークギター入門・フォークギター演奏編

今から始めたい人は入門編(B1)、コードの弾ける方は演奏編(B2)。ギターを弾きたい人、集まってください! みんなで弾き語り目標のギター講座です!

開講日/5/24.6/14.7/12.8/9.6.10/4.11/8.29.12/6.1/17
*12/18(日)クリスマスコンサート参加予定
各火曜日 B1...13:00~14:20 B2...14:40~16:00

受講料/各8,000円(10回講座分) 講師/泪(い)さん 定員/各12人
持ち物/フォークギター他 *楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。



B3 初めての和楽器講座 三絃を弾いてみよう!

和楽器に親しむ講座。まずは三絃(三味線)を弾いてみましょう。持ち方、弾き方の基礎を学び、簡単な民謡から始めましょう!(さくらさくら、黒田節など)

開講日/5/17.6/21.7/5.8/23.9/13.10/18.11/15.12/13
*12/18(日)クリスマスコンサート参加予定 各火曜日 10:00~11:30

受講料/7,000円(8回講座分) 講師/飯田 香織さん 定員/10人
持ち物/三味線(種類は問いません。お持ちでない方はレンタル数本あり)、筆記用具
*楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。



B4 ライアー(竖琴)講座~癒しのサウンド~

誰でも簡単に弾けるライアー。心が安らぐやさしい音色で曲を弾いてみましょう。(「いつも何度でも」でおなじみの楽器です)

開講日/5/18.6/15.7/6.8/17.9/7.10/5.11/16.12/7
*12/18(日)クリスマスコンサート参加予定 各水曜日 10:00~11:30

受講料/7,000円(8回講座分)
講師/ケール・ユニットさん 定員/12人(楽器貸出あり)
持ち物/筆記用具 *楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。



B5 MC講座~司会にチャレンジ!人前で話すコツ~

誰も人前で話すのは緊張するものです。落ち着いて話すコツ、声の出し方、原稿の読み方など基礎からしっかり学び、司会に必要な知識を身に付けて、実践してみましょう!

開講日/5/28.6/18.7/30.8/27.9/17.10/22.11/12.12/3
*希望者は12/18(日)クリスマスコンサートで実践予定
各土曜日 10:00~11:30

受講料/7,000円(8回講座分)
講師/浅居 笑さん 定員/10人 持ち物/筆記用具



B6 楽しいかんたんミニ鍵盤講座

ミニ鍵盤キーボードを使ってメロディーを弾く楽しさを味わいましょう。音符や弾き方がわからなくても大丈夫。指で押さえて音が出せるだけで楽しめます。

開講日/5/20.6/3.7/1.8/5.9/16.10/7.12/2.1/6.1
2/17.3/17 各金曜日 10:00~11:30

受講料/8,000円(10回講座分)
講師/東岸 佐優里さん 定員/14人
持ち物/ミニ鍵盤(鍵盤ハーモニカ可) 注文可(5千円程度)



B7 大道芸パフォーマー講座

ジャグリング、皿回し、ディアポロ、シガーボックス、デビルスティック、ポイなどの技をプロの大道芸人が指導! ちょっとした芸を身に付けて披露するのに最適講座です。

開講日/5/14.6/18.7/30.8/27.9/17.10/15.11/12.12/17.2/4.3/4
*12/18(日)クリスマスコンサート参加予定 各土曜日 10:00~12:00

受講料/7,000円(10回講座分)
講師/丸ちえろさん 定員/14人
持ち物/道具は随時購入できますのでご相談ください。



B8 ゆる文字リラックス講座

"ゆる文字"はストレスをときほぐす魔法の言葉。字が苦手な人でも描く楽しさをたっぷり味わうことができます。筆文字、パステルに加え、大きなゆるい文字寄せ書きも描きます! ココロとカラダのゆるめ方を伝授してもらいましょう。

開講日/5/25.6/22.7/13.8/24 各水曜日 10:00~12:00

受講料/4,000円(4回講座分)
講師/川嶋 和則さん 定員/14人
教材費/2,500円程度(テキスト、ゆる文字用筆ペンほか一式)



B9 パステル画講座

優しい色彩で描くパステル画。初めての人もやさしく描き方の基本を学べます。あなたに合ったカラーで素敵に描けるアートな時間を楽しみましょう!

開講日/4/27.5/25.6/22.7/13.8/24.9/28.
11/1.15.12/6.20.1/17.31.2/21.3/7 各火曜日
各水曜日 14:00~16:00

受講料/9,000円(12回講座分) 講師/オシタ ユミコさん
定員/14人 材料費/2,500円程度



B10 基礎から学ぶ書の講座

名前や実用的な金封の書から始めてみましょう。基礎から順番に①硬筆、②毛筆、③小筆と学んでいきます。美しい文字を目指して気軽に始めましょう!

開講日/5/19.6/2.7/7.8/4.9/8.29
各木曜日 10:00~12:00

受講料/4,500円(6回講座分)
講師/中島 陽子さん 定員/12人
持ち物/お持ちの筆、墨池、半紙ほか書道道具一式



B11・B12 ゆったりヨガ講座(午前の部)・(午後の部)

ゆったりと無理のない動きで身体と心を解放し、自分のペースでできる癒しのヨガ。心やすらぐ時間を共有し、スッキリした気分できいきと健康を保ちましょう。

開講日/4/19.5/17.31.6/7.21.7/5.12.8/9.23.9/6.10/4.18.
11/1.15.12/6.20.1/17.31.2/21.3/7 各火曜日

B11...午前の部 10:00~11:30 B12...午後の部 13:30~15:00
受講料/各12,000円(各20回講座分) 講師/山崎 達子さん 定員/各15人
持ち物/ヨガマット、タオル(ハーフボールヨガ(年2回予定)の回は材料費500円)



B13 チャレンジ!サイエンスキッズ

科学を考える心を育てます!今回のテーマは「モーターで動かそう」①最初のモーターとは?②スイスイ動くプロペラ船③え!タワシが走りまわる?

開講日/5/15.7/31.9/11 各日曜日 9:30~12:00
(2班に時間を分ける場合があります)

受講料/2,500円(3回講座分) 講師/藤澤 徹さん ほか
定員/20人 対象/小学生(保護者の参加をお願いします)
材料費1,000円(3回講座分)



B14 チャレンジ!ネイチャーキッズ

自然とともに過ごす私たち。一緒に生きるものや育つものに目を向ける体験型講座。今回は「日本の気候と暮らしの中にある自然」①梅と生き物②夏野菜たち③収穫祭と自然観察

開講日/6/5.8/7.10/23 各日曜日 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分)
講師/藤澤 徹さん ほか 定員/15人
対象/小学生(保護者の参加をお願いします)
材料費/初回に保険料150円・材料費が必要な場合はその都度集めます



当日受付・事前申込不要 B15 頭とからだ音楽deいきいき講座

リズム遊び、体を動かす、簡単なゲームを組み合わせて脳のトレーニング! 新企画スタンブラリーで楽しく参加! 思いっきり笑顔で脳力アップ活力アップの元気講座です!

開講日/4/15.5/13.6/17.7/15.8/19.9/30.
10/21.11/18.12/16.1/20.2/3.3/3
各金曜日 10:00~11:30

受講料/1回700円 講師/東岸 佐優里さん
定員/25人 持ち物/筆記用具



当日受付・事前申込不要 B16 男のヨガと健康運動

男性が気軽に参加できる運動不足解消のための男性だけのヨガと健康運動。季節にあったテーマで体を動かして体力を保つオススメ講座です!

開講日/4/14.28.5/19.26.6/9.23.7/14.28.8/18.25.9/8.22.10/13.27.
11/10.17.12/8.22.1/12.26.2/9.16.
3/9.16 各木曜日 14:00~15:30

受講料/1回700円 講師/山本 いつみさん
定員/15人 持ち物/タオル、飲み水、動きやすい服装



B17 ミュージック・サークル♪

自由に音楽を楽しむ集いです。楽器を持ち寄ってセッションしましょう！ギター、ウクレレ、三線、カホン、サンボニーヤ、オカリナ、ハーモニカその他アコースティックな楽器ならOK！いろんなジャンルの音で毎回のテーマ曲ほか合奏を楽しみましょう！

開講日/5/20、8/5、11/25 各金曜日 10:00~11:30
受講料/1回700円(要事前申込・空きがあれば当日参加可。
受講料は当日集めます)
講師/西川 修平さん 定員/25人程度
持ち物/楽器(大音量で演奏することはできません)



NEW

B18 介護を考えてみよう CLUE CARDって何?

~目からウロコが！知っておどろくあなたの気持ち~

介護福祉士からの心がこもったメッセージ！今直面している人も、今は縁のない人も、この時代に地域や家族の中で必要なことを知り、考えることから始めましょう！

開講日/5月26日 木曜日 10:00~11:30
受講料/700円 講師/小原 日出美さん
定員/10人 持ち物/筆記用具

CLUE CARD



ライフロング サークル

ライフロング講座からスタートし、サークルとして自主活動されているグループもあります。興味のある方はライフロングまでお問合せください。
・ウクレレ・スケッチ・三線・カホン・サンボニーヤ・写真・着物・花結び・ハンドベルなどの各サークル

会場 湖東コミュニティセンター (記号:K)

K1 こどもと楽しく英会話

親子で一緒に英語を学びましょう。歌やゲームを楽しみながら英語に親しみましょう。スキンシップと笑顔がいっぱい！

開講日/5/25、6/15、7/13、8/3、9/14、10/19、11/16、
12/14、2/1、3/1 各水曜日 10:15~11:15
受講料/8,000円(10回講座分)
講師/アンダーソン 幸子さん 定員/15組
対象/未就園児の親子 持ち物/バステル、水またはお茶



K2 リトミック教室

うたや楽器でリズム遊び、折り紙や画用紙で造形活動等を楽しみながら、音感・感性・創造性を育てます。

開講日/5/17、6/7、7/5、8/2、9/6、10/4、11/8、12/6、
1/17、2/7、3/7 各火曜日 10:00~11:20
受講料/8,000円(11回講座分)
講師/杉澤 麻規子さん 中村 幸恵さん 定員/15組
対象/未就園児の親子 持ち物/はさみ、のり、バステル、水またはお茶



K3 親子でクッキング

親子でいっしょに作って食べる楽しさと大切さを学びます。「やってみよう」や「できた」そして「おいしい」を体験しましょう。

開講日/5月29日 日曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/500円程度
講師/川上 かね子さん
定員/10組 対象/3~6歳児の親子
持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、上履き、水またはお茶



K4-K5-K6-K7 ABC教室

楽しく会話しながら発音や英語を学びましょう。

開講日/4/16-23、5/14-21、28、6/4-11、25、7/2-9、16、8/6-20、27、9/3-10、17、10/1-8、22、
11/12-19、26、12/3-10、17、1/14-21、28、2/4-18、25、3/4-11 各土曜日
K4...(4.5歳児)9:15~10:00 K5...(小1・2年)10:05~10:50
K6...(小3・4年)10:55~11:40 K7...(小5・6年)11:45~12:30
受講料/各20,000円(34回講座分) 教材費/2,800円
講師/アンダーソン 幸子さん 定員/各16人



★こども春期講座★

小学生対象 受講料/各800円 定員/各10人 ※材料費は開講時に集めます

K8 クレイクラフト「フルーツのトレイ」

5月4日(水)10:00~12:00 材料費/500円 講師/奥 時子さん 持ち物/工作用はさみ

K9 お茶の体験教室

5月4日(水)13:30~15:00 材料費/500円 講師/北田 千鶴さん 持ち物/足袋か白の靴下

K10 木工教室「ティッシュケース」

5月5日(木)10:00~12:00 材料費/500円 講師/西澤 麻友美さん 持ち物/汚れてもよい服装

K11 クラフト「流木で作る風景」

5月7日(土)10:00~12:00 材料費/500円 講師/廣瀬 正子さん 持ち物/持ち帰り用袋

K12 布花で「お花のボールペン」

5月8日(日)10:00~12:00 材料費/550円 講師/増山 いつみさん 持ち物/持ち帰り用袋



★こども夏期講座★

小学生対象 受講料/各800円 定員/各10人 ※材料費は開講時に集めます

K13 クレイクラフト「どうぶつ」

7月27日(水)10:00~12:00 材料費/500円 講師/奥 時子さん 持ち物/工作用はさみ

K14 お茶の体験教室

8月 4日(木)13:30~15:00 材料費/500円 講師/北田 千鶴さん 持ち物/足袋か白の靴下

K15 木工教室「オセロを作ろう」

7月28日(木)10:00~12:00 材料費/500円 講師/西澤 麻友美さん 持ち物/汚れてもよい服装

K16 クラフト「どんぐりリトワールド」

7月30日(土)10:00~12:00 材料費/700円 講師/廣瀬 正子さん 持ち物/持ち帰り用袋

K17 布花で「お花のケーキ」

7月29日(金)10:00~12:00 材料費/1,100円 講師/増山 いつみさん 持ち物/持ち帰り用袋



K18 キッズストリートダンス

小学生対象。リズムにのってキレイのあるストリートダンスに挑戦！ふるさとまつりやクリスマスコンサートのステージを体験しよう！

開講日/4/24、5/15、29、6/12、19、7/3、17、8/7、21、
9/4、18、10/2、16、23、11/3(木・祝)、27、12/4、18、
1/22、2/19、3/12 各日曜日 11:00~12:00
受講料/10,000円(21回講座分) 保険料/800円
講師/NAOTOさん 定員/20人 持ち物/動きやすい服装と靴



K19 はじめてのタップダンス

大人対象。タップダンスは音楽とダンスの楽しさを一度に味わえます。ほどよい運動量と脳トレでいつも笑顔がいっぱいです。

開講日/4/24、5/15、29、6/12、19、7/3、17、8/7、21、
9/4、18、10/2、16、23、11/3(木・祝)、27、
12/4、18、1/22、2/19、3/12 各日曜日 12:30~13:30
受講料/12,000円(21回講座分) 講師/NAOTOさん
定員/20人 持ち物/タップシューズ注文可(6,000円程度)



K20 写真ステップアップ

プロの写真家にやさしく学ぶ初心者のための講座です。撮れば撮るほど楽しくなります。自分の「好き」を撮りましょう。

開講日/4/24、5/15、6/12、7/3、8/7、9/18、
10/16、11/27、12/4、1/22、2/19、
3/12 各日曜日 13:30~15:30
受講料/10,000円(12回講座分)
講師/さわらぎ よしおさん 定員/20人 持ち物/カメラ撮影用具一式



K21 水墨画教室

墨一色で無限の広がりを表現する水墨画。初めて筆を持つ人にも丁寧に指導します。わび・さび・幽玄の世界を楽しみましょう。

開講日/4/20、5/18、6/8、7/13、8/3、9/14、10/5、26、11/9、
12/14、1/18、2/8、3/8 各水曜日 13:30~15:30
受講料/10,000円(13回講座分)
講師/紅谷 和子さん 定員/20人
持ち物/硯、墨、筆、下敷き、筆洗、水墨画半紙



K22 初めての絵画教室

水彩画を中心に学びます。描くことの楽しさを味わいながら技法や表現力を学びましょう。

開講日/4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17、
10/15、11/19、12/17、1/21、2/18、3/18
各土曜日 10:00~15:00
受講料/12,000円(12回講座分)
講師/大西 又一さん 定員/20人
持ち物/絵画用具一式(筆・絵具他)、スケッチブック



K23 絵画教室アートコース

油絵を中心に学びます。描くことの楽しさを味わいながら技法や表現力を学びましょう。

開講日/4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/22、10/20、11/17、12/22、
1/26、2/16、3/16
各木曜日 10:00~15:00
受講料/12,000円(12回講座分)
講師/大西 又一さん 定員/20人
持ち物/絵画用具一式(筆・絵具他)、スケッチブック



K24 陶芸教室

粘土からろくろを回し成形、釉掛け、焼成までの基本を学びます。造形の楽しみをぜひ味わってください。

開講日/4/19、5/17、6/21、7/12、8/23、9/13、10/18、
11/15、12/13、1/17、2/21、3/14 各火曜日 9:30~12:00
受講日の16:00までと翌日水曜日9:30~16:00は自習
受講料/10,000円(12回講座分) 材料費/別途
講師/山中 裕介さん 定員/20人 持ち物/陶芸用具一式



K25 たのしいフレイクラフト

どなたにも簡単!手軽に作れる粘土工芸です。自分だけのカワイイお花やステキな雑貨を作りましょう。

開講日/4/27、5/18、6/15、7/6、8/24、9/28、
10/19、11/16、12/7、1/18、2/22、3/15
各水曜日 10:00~12:00
受講料/10,000円(12回講座分) 材料費/各回1,000円程度
講師/奥 時子さん 定員/10人 持ち物/工作用はさみ



K26 がま口小物をつくろう!

お気に入りのプリント柄を選んでハンドメイドのがま口ポーチやがま口バッグを楽しみながらつくりましょう。

開講日/5/21、6/25、7/2、8/6、9/3
各土曜日 9:30~11:30
受講料/4,000円(5回講座分) 材料費/3,500円(5回分)
講師/中村 貴子さん 畑 清美さん 定員/10人
持ち物/裁縫道具、裁ちばさみ、チャコペン、ミシン(持参できる人)



K27 はじめての刺繍

針と糸とステッチの布があればできる魅力的な刺繍。基本的なステッチを覚えてアレンジを楽しみましょう!

開講日/5/31、6/14、7/12 各火曜日 13:00~15:00
受講料/2,500円(3回講座分)
材料費/1,000円程度(3回分)
講師/増永 陽子さん 定員/10人
持ち物/針山、ハサミ



K28 かぎ針編みとマクラメ雑貨

かぎ針編みでカワイイ簡単小物やマクラメ編みでタペストリーなどの雑貨をつくります。いつでもどこでもできる手編みを楽しみましょう。

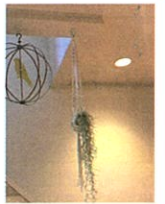
開講日/4/22、5/20、6/10、7/8、9/16、10/14、11/11、12/2
各金曜日 10:00~12:00
受講料/8,000円(8回講座分)
材料費/4,000円程度 講師/野田 由依子さん
定員/10人 持ち物/かぎ針8号、ハサミ、とじ針



K29 はじめてのマクラメ編み

マクラメ編みの基礎を学びながらオシャレな手づくりを楽しみます。やさしい指導で『プランツハンガー』づくりを体験してみよう!

開講日/8月5日 金曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/1,500円
講師/野田 由依子さん 定員/10人
持ち物/ハサミ



K30 はじめてのDIY

ホームセンターや100均等の身近にあるアイテムで、簡単・オシャレにDIY。便利で素敵なモノづくりの楽しさを体験しよう。今回は『宅配BOX』に挑戦!

開講日/5/26、6/23、7/7 各木曜日 10:00~12:00
受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/5,000円程度
講師/西澤 麻友美さん 定員/10人
持ち物/かなづち、軍手、電動ドリルドライバー(貸出有り)



R3年度作品

K31 スtringアートを楽しもう

木製の土台にきぎを打って糸をかけて制作する装飾アート。かわいい『ハリネズミ』の作品づくりを楽しみましょう!

開講日/6月4日 土曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/1,000円程度
講師/西澤 麻友美さん 定員/10人
持ち物/かなづち



K32 はじめての刺し子

運針でチクチク気軽にできるのが魅力の刺し子。一針刺すたびに幸せ気分。伝統柄をカラフルにアレンジしてハンドメイドを楽しみましょう。

開講日/5/25、6/22、7/6 各水曜日 13:30~15:30
受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/1,500円程度
講師/青山 美由子さん 定員/10人
持ち物/針山、ハサミ、30cmの定規、糸通し、指ぬき



K33 アーティフィシャルフラワーを楽しもう

耐久性とアレンジの幅の広さが魅力のアーティフィシャルフラワー。『ロバのキーホルダーと花束のポーチ』を作りましょう!

開講日/6月9日 木曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/2,500円
講師/増山 いづみさん 定員/10人
持ち物/布切りハサミ、持ち帰り用袋

NEW



K34 はじめてのアイシングクッキー

クッキーに絵やメッセージをデコレーションするアイシングクッキー。丁寧なレッスンでカワイイ『森のくまさん』を作りましょう!

開講日/5月27日 金曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/1,500円
講師/山根 知亜紀さん 定員/10人
持ち物/エプロン、手拭きタオル、持ち帰り用マチのある袋

NEW



K35 はじめてのキャンドルづくり

色と香りを選んでステキな『アロマソイキャンドル』づくりを体験します。蓋にタasselやチャームをつけて自分だけのオリジナルを楽しみましょう!

開講日/7月1日 金曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/1,000円
講師/山根 知亜紀さん 定員/8人
持ち物/エプロン、軍手

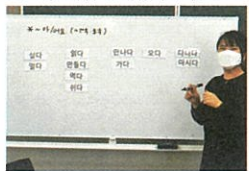
NEW



K36 はじめまして韓国語

韓国語の基礎と文字や発音を学び、簡単な会話を覚えます。韓国人講師が初めて韓国語を学ぶ人にわかりやすく指導します。

開講日/4/26、5/24、6/14、28、7/5、12、8/30、9/6、10/4、25、
11/15、29、12/6、20、1/24、31、2/7、21、3/7
各火曜日 10:00~11:30
受講料/16,000円(20回講座分)
講師/権 賢善さん 定員/15人
持ち物/筆記用具、ノート、テキスト(2,200円)



K37 たのしい韓国語初級

韓国語会話の基礎をゆっくり学びます。読み書きの次は日常会話にチャレンジしましょう!

開講日/4/14、28、5/19、6/2、16、30、7/14、
9/1、15、10/6、20、11/10、17、
12/1、15、1/12、26、2/9、3/2、16
各木曜日 10:00~11:30
受講料/16,000円(20回講座分)
講師/権 賢善さん 定員/15人
持ち物/筆記用具、ノート、テキスト(2,200円)



K38 たのしく脳トレ英会話

英会話の基礎を楽しく学びましょう。英語で楽しく会話することで脳を活性化しましょう。

開講日/4/22、5/13、27、6/10、24、7/8、22、8/5、9/2、16、10/7、21、
11/11、25、12/2、16、1/20、2/17、3/3、10
各金曜日 13:30~15:00
受講料/16,000円(20回講座分)
講師/アンダーソン 幸子さん 定員/20人
持ち物/筆記用具、ノート、テキスト(2,800円)、辞書



K39 はじめてのお茶

お茶のいただき方、点て方や作法の基本を学びます。和菓子をいただきながらゆったりとした時間を過ごしましょう。

開講日/4/21、5/19、6/16、7/14、9/15、10/13、
11/10、12/8 各木曜日 13:30~15:00
受講料/8,000円(8回講座分) 材料費/3,000円(8回分)
講師/北田 千鶴さん 定員/12人
持ち物/扇子(貸出有り)、足袋または白い靴下、お茶碗、ふきん



K40・K41・K42 パンとお菓子の教室(A・B・C)

初心者向き。やさしくおいしいパンとお菓子をつくりましょう。

K40…A(土曜)4/23,5/28,6/18,7/23,8/27,9/10,10/15,11/26,12/10,1/28,2/25,3/11 受講料/10,000円(12回講座分)
K41…B(土曜)5/14,7/9,9/3,11/12,12/3 受講料/4,000円(5回講座分)
K42…C(水曜)4/27,6/22,8/24,10/26,12/21 受講料/4,000円(5回講座分)
時間各9:00~12:00

材料費・諸経費/A…6,000円 B・C…各2,500円 講師/西村 芳子さん
定員/各15人 持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り容器、調理室用上履き



K43 かんたんな和菓子をつくろう!

季節や行事に合せた和菓子づくりを楽しみましょう。手づくり和菓子のやさしい甘さに癒されます。

開講日/4/26,5/24,6/28,7/26,8/30,9/13
各火曜日 9:30~12:00
受講料/5,000円(6回講座分)
材料費/3,000円(6回分)

講師/平井 妙子さん 定員/12人
持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り容器、調理室用上履き



K44 梅をつけよう梅しごと

梅の旬を迎えた時期の梅しごとで豊かな暮らしを楽しみます。お好みの塩味で梅干しをつけましょう。

開講日/6月17日 金曜日 13:30~15:30
受講料/800円 材料費/2,000円程度
講師/川上 かね子さん 定員/15人
持ち物/エプロン、三角巾、ふきん2枚、調理室用上履き



K45・K46 韓国の家庭料理

6月は「水キムチと冷やしそうめん」、9月は「チヂミ3種」をつくります。簡単でおいしい韓国料理を学びましょう。

開講日/K45…6月8日 K46…9月7日
各水曜日 10:00~12:00
受講料/各800円 材料費/各1,000円程度
講師/李知炫さん 定員/各15人
持ち物/エプロン、三角巾、ふきん、持ち帰り容器、調理室用上履き



会場 蒲生コミュニティセンター (記号:G)

G1 絵手紙教室

「下手がいい」、「下手でよい」が絵手紙の楽しさです。季節を描き、それに言葉を添えて、あなたの思いをハガキに託します。絵の描き方から言葉の選び方まで、分かりやすく学べます。初めての方大歓迎です。

開講日/5/20,6/17,7/15,8/19,9/16,10/21,11/18,12/16,1/20,2/17 各金曜日 10:00~12:00
受講料/7,500円(10回講座分) 材料費/2,500円
講師/垣見 真由美さん 定員/18人
持ち物/顔彩絵具、墨汁、絵皿、彩色筆(中)、割箸、水入れ



G2 筆ペン教室

「美文字」ブームです。「字に自信がない」、「書くことが苦手」と思っておられる方は是非どうぞ。基礎を学び、書くことを楽しみましょう!

開講日/5/21,6/11,7/9,8/20,9/17,10/8,11/12,12/10,1/14,2/11 各土曜日 13:30~15:00
受講料/7,500円(10回講座分) 材料費/3,500円
講師/松井 千祐さん 定員/15人
持ち物/筆ペン、フェルトの下敷、文鎮、鉛筆、消しゴム、定規



G3 やさしい英会話教室

簡単な一言フレーズを、色々な場面設定で学んでいきます。初心者同士、ゆっくりゆっくり、会話を楽しみながら自然に英語力をつけていきます。

開講日/5/13,27,6/10,24,7/8,22,8/12,9/2,16,10/14,11/11,25
各金曜日 10:00~11:30
受講料/8,500円(12回講座分)
講師/田中 志保美さん 定員/15人
持ち物/筆記用具、辞書・電子辞書ほか



G4 親子のABC教室(前期)

初めて英語に触れるお子様でも楽しみながら参加して頂けます。英語の歌やリズムに合わせて楽しく話す力、聞く力を育てていきます。

開講日/5/24,6/7,21,7/5,26,8/9,23,9/13,27
各火曜日 10:15~11:00
受講料/5,500円(9回講座分)
講師/大江 英美子さん 定員/未就園児親子15組
持ち物/クレヨン、はさみ、のり



G5 大人のためのはじめてのピアノ教室

「ピアノをひけるようになりたい」そんな思いをサポートいたします。キーボードで練習し、講師によるピアノ個人レッスンへと講座は進んでいきます。お気に入りの曲をひけるようになります!

開講日/5/12,26,6/9,23,7/21,28,8/11,25,9/8,22,10/6,13 各水曜日 10:00~11:30
受講料/8,500円(12回講座分) 教材費/1,000円程度
講師/大橋 久子さん 定員/15人
持ち物/筆記用具、キーボード(数台貸出あり)



G6 ステンドグラス教室

外国の貴重なガラスを使い、魅力的なオリジナル作品を作ります。ハンダごてを使用する本格的な技法の初級から中級コースです。

開講日/5/11,6/8,7/13,8/17,9/14
各水曜日 9:30~11:30
受講料/4,000円(5回講座分) 材料費/別途
講師/高村 晴美さん 定員/10人
持ち物/筆記用具、カッター、軍手、古タオル、はさみ、使い捨てゴム手袋



G7 日本画を基礎から学ぶ教室~初級から中級~(前期)

日本画の魅力は、半永久的に美しさを保ち続ける透明感のある色彩です。基礎を学んで頂き、自分らしい作品づくりへと進みます。中学生や働きながら絵を学びたい方、親子での参加も歓迎です。

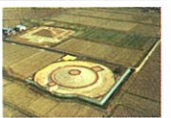
開講日/6/4,18,7/2,16,8/6 各土曜日 9:30~12:00
受講料/4,000円(5回講座分)(親子5,000円 中学生以上)
材料費/7,000円程度
講師/垣見 真由美さん 定員/10人
持ち物/鉛筆、練り消しゴム、筆、スケッチブック、タオル、エプロン、日本画絵具



G8 歴史講座(前期)

縄文、弥生、古墳時代から戦国時代、近代まで、毎回、遺跡や遺物等を手掛かりにして、それぞれの時代の人々の生活や文化、歴史的位置づけなどについて、楽しく学んでいきます。

開講日/5/7,6/4,7/2,8/6,9/3
各土曜日 13:30~15:00
受講料/4,000円(5回講座分) 教材費/1,000円程度
講師/伊庭 功さん(県立安土城考古博物館・学芸課長)
定員/15人



G9 文学の散歩道~百人一首を読む教室(前期)

「百人一首」は、古典の中で最も有名な作品集。歌人100人の珠玉の名歌を集めた「日本の古典の神髄」です。作者の人物像や時代背景を学びながら、その時代の人々の息吹と歌の魅力を感じていきます。美しい和歌の世界と一緒に楽しみましょう。

開講日/5/15,6/12,7/17,8/21,9/11
各日曜日 10:00~11:30
受講料/4,000円(5回講座分) 教材費/1,000円程度
講師/井上 次雄さん 定員/15人



G10 はじめての坐禅教室(前期)

「雑念をはらいたい」、「リフレッシュしたい」そんな思いを満たすことから注目を集める「坐禅」。静かに坐禅を組み、自分を見つめ直す貴重な時間を提供いたします。忙しい日々を送る方や、集中力を高めたい方におすすめです。小学高学年・中学生も親子でご参加頂けます。

開講日/4/24,5/15,6/26,7/10,9/11
各日曜日 10:00~11:15
受講料/4,000円(5回講座分)(親子5,000円)
講師/熊倉 美栄さん 定員/15人 服装/ゆったりした服装



G11 陶芸入門(前期)

粘土を手やろくろを使って成形し、窯で焼いて作品を完成させます。日常を離れ、ひんやりした土に触れ、作品作りに没頭しませんか。「完成したお皿やカップをお家で使う!」、格別ですよ。

開講日/5/15,6/19,7/17,8/21,9/18
各日曜日 9:00~12:00
受講料/4,000円(5回講座分) 材料費/3,000円程度
講師/中田 美穂さん 定員/12人
持ち物/スニーカーにパンツスタイルなど、動き易く汚れてもよい服装



G12 手縫いで作る!オンリーワンの革小物教室

革製品は、触り心地が良く、気品があります。使い続けることで色味が深くなり、ツヤも生まれてきます。そんな革の良さを体験いただき、作る楽しさを感じていただけます。今回は、可愛いミニポーチを作ります。

開講日/5月21日 土曜日 14:00~17:00
受講料/800円 材料費/4,000円程度
講師/梶原 由起子さん
定員/10人 持ち物/糸切りはさみ



NEW

G13 プロから学ぶお菓子の世界(前期)

お菓子づくりの基本から材料の選び方、失敗しないコツなど本格的なスイーツの作り方をプロのパティシエから楽しく学んでいきます。一流パティシエのノウハウと味をご家庭で再現できますよ。

開講日/5/14,7/9,9/10 各土曜日 9:30~12:30
受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/4,000円程度
講師/中原 明美さん 定員/18人
持ち物/エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用保冷袋



G14 プリザーブド・フラワーで仏花をつくりましょう!

暑い季節になると生花が枯れやすくお世話が大変ですね。そんな悩みを解決! 枯れないプリザーブド・フラワーを使って仏花を作ってみませんか?

開講日/6月26日 日曜日 10:00~12:00
受講料/800円 材料費/3,700円(器代含む)
講師/奥田 亜矢子さん 定員/18人
持ち物/ピンセット、ペンチ、筆記用具、お持ち帰り袋



G15 パン教室~世界のパンを作ろう~(前期)

「焼きたての美味しいパンをお家で簡単にできるようにしたい!」そんな想いにお応えする初心者でも安心してご参加いただける教室です。ドイツで修業した若手パン職人が丁寧に優しくお教えします。

開講日/4/23,6/25,8/27 各土曜日 9:00~12:00
受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/3,000円程度
講師/川田 志穂さん 定員/12人
持ち物/エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用保冷袋

NEW



G16 東近江の伝統料理を学ぶ!(前期)

東近江の食材を使い、地域で受け継がれてきたお祝いやお祭りのおもてなし料理をつくります。食べておいしく、体にもいい伝統料理! あなたの料理のバリエーションに加えてみませんか。

開講日/7月6日 水曜日 9:30~12:00
受講料/800円 材料費/700円程度
講師/大田 初代さん 定員/18人
持ち物/ブロン、三角巾、持ち帰り用容器または袋



G17 夏休み 木工教室~フォトスタンドをつくらう!

インテリアにもなるかわいい木工作品をつくらう!

開講日/7月28日 木曜日 9:30~10:30
受講料/700円
材料費/500円
講師/中川 浩子さん
定員/就園児~小学2年生 18人
持ち物/持ち帰り用袋



G18 夏休み 木工教室~ブックスタンドをつくらう!

インテリアにもなるかわいい木工作品をつくらう!

開講日/7月28日 木曜日 10:50~12:30
受講料/700円
材料費/1,000円
講師/中川 浩子さん
定員/小学3年生~中学生 18人
持ち物/持ち帰り用袋



G19 夏休み お菓子教室~あなたもパティシエ!

プロのパティシエから学ぶ本格デザート。ご自宅で簡単に作れるようになりますよ!

開講日/7月27日 水曜日 10:00~12:00
受講料/700円 材料費/700円
講師/中原 明美さん
定員/小・中学生 18人
持ち物/エプロン、三角巾、持ち帰り用保冷袋



G20 夏休み パン教室~ランチ・パックをつくらう!

パンを作ってみたい! というお子様に、初めてでも楽しく、美味しいパンが作れますよ!

開講日/7月25日 月曜日 9:30~12:30
受講料/700円 材料費/700円
講師/川田 志穂さん
定員/小・中学生 12人
持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タッパー



G21 夏休み 小学生・プログラミング教室

パソコン上でキャラクターを動かすプログラムを作って、プログラミングの基本を学びます。パソコン初心者でも簡単にプログラミングを体験できます。

開講日/8/1(月)・2(火)・3(水) 各10:00~12:00
受講料/2,000円(3回講座分)
借上料/パソコン1,500円(3回講座分)
講師/NPO法人湖南ネットしがの講師 定員/小学4~6年生 10人



G22 夏休み 中学生・プログラミング教室

自分で組み立てたレゴロボットを自由自在に動かすプログラムの作成を通して、プログラミングの基本と楽しさを学びます。

開講日/8/1(月)・2(火)・3(水) 各13:30~15:30
受講料/2,000円(3回講座分)
借上料/パソコン・ロボット1,500円(3回講座分)
講師/NPO法人湖南ネットしがの講師 定員/中学生 10人



G23 夏休み 天文教室

星空を映像(プラネタリウム)で楽しみながら、宇宙について学びませんか? 星座や星を探す体験やクイズを通して、身近な星空や宇宙について、楽しく学びます。親子でもご参加いただけます。

開講日/8月7日 日曜日 10:00~11:30
受講料/一人600円 親子一組1,000円
講師/井田 三良さん
定員/50人(小学生以上)(大ホール)



当日受付・事前申込不要 G24 うたの花束(前期)

歌うことは最も身近な健康法です。音楽療法や声楽の専門家に呼吸法や歌唱法の指導を受けながらピアノ伴奏に合わせて懐かしの名曲をみんなで楽しく歌います!

開講日/4/27,6/29,8/17,後期も3回開催予定
各水曜日 10:00~11:30
受講料/1回700円
講師/竹下 則子さん Nexusさん
定員/50人(大ホール)



当日受付・事前申込不要

G25 有酸素運動とヨガ 有酸素運動で心肺機能を強化して全身の血液循環を改善。ヨガで心とカラダをリフレッシュ!

開講日/4/11・25,5/9・23,6/13・27,7/11・25,8/8・22,9/12・26,10/3・24,11/14・28,12/12・26,1/16・23,2/6・20,3/6・20
各水曜日 10:00~11:30 受講料/1回700円 講師/山本 一いつみさん 持ち物/バスタオルかヨガマット、運動用靴、飲料水

G26 リズム体操 リズム体操は、音楽に合わせて体を動かす心地よく楽しい運動です。体にムリなく優しい健康づくり!

開講日/4/7・21,5/5・19,6/2・23,7/7・21,8/11・25,9/1・15,10/6・20,11/10・24,12/1・15,1/19・26,2/2・16,3/2・16
各木曜日 10:00~11:30 受講料/1回700円 講師/平出 恵美子さん 持ち物/バスタオルかヨガマット、運動用靴、飲料水

G27 親子で楽しくリトミック(0~3歳児) 音楽に合わせて動き、歌います。簡単な工作も楽しめます。リトミックでお子様の持つ「力」の発達を促します!(対象:0~3歳児親子)

開講日/4/27,5/18,6/22,7/27,8/24,9/21,10/26,11/30,12/21,1/25,2/22,3/15
各水曜日 10:00~11:00 受講料/1回600円 講師/リトミック研究センター滋賀第一支局の講師 *動きやすい服装でお越しください。

G28 親子で楽しくリトミック(3~6歳児) 音楽に合わせて動き、歌います。簡単な工作も楽しめます!リトミックでお子さんの持つ「力」の発達を促します。(対象:3~6歳児親子)

開講日/4/23,5/21,6/18,7/23,8/20,9/24,10/22,11/26,12/24,1/21,2/18,3/18
各土曜日 10:00~11:00 受講料/1回600円 講師/リトミック研究センター滋賀第一支局の講師 *動きやすい服装でお越しください。



Y-1~5 ★若者講座(対象:18歳~40歳未満の方) ★受講料各700円(諸経費実費) 詳しくはホームページをご確認ください

- | | | | |
|------------------------------|----------|-------------|---------------|
| ①「キャンプ・アウトドア編」 | 7月24日(日) | 10:00~13:00 | 愛郷の森(予定) |
| ②「30分で全身シェイプアップ編」 | 8月20日(土) | 13:30~15:00 | 五個荘コミュニティセンター |
| ③「スマホで簡単! インスタ映え写真編」 | 8月21日(日) | 10:00~11:30 | 湖東コミュニティセンター |
| ④「パーソナルカラーとパーソナリティカラーを見つける編」 | 8月28日(日) | 10:00~11:30 | 蒲生コミュニティセンター |
| ⑤「ドローン体験編」 | 9月17日(土) | 13:30~15:30 | 蒲生体育館 |



会場 能登川コミュニティセンター (記号:N)

N1 たのしいスケッチ講座

初心者にも描ける水彩スケッチ講座。講師の魔法の筆による指導でみるみる素敵な作品ができていきます。あなたもこの楽しさを始めてみませんか！

開講日/4/23,5/14,6/18,7/16,8/20,9/17,10/15,11/19,12/17,1/21,2/18,3/11 各土曜日 9:30~12:00
 受講料/9,000円(12回講座分) 教材費/実費
 講師/児玉 紘一さん 定員/15人
 持ち物/お持ちの鉛筆、筆、絵具など(初回に詳しい説明あり)



N2 動画かんたん投稿コース

マホでSNSへの投稿もできる！ちょっとおしゃれなカンタン動画制作体験講座！初心者対象に、撮影&編集方法をお伝えし、SNSへの投稿までやさしくアドバイスするわくわくかんたん講座です。

開講日/講座内容解説と基礎6/19、以後、撮影、編集~投稿 7/10,8/21,10/2,11/20,1/29
 各日曜日 10:00~12:00
 受講料/6,000円(6回講座分) 講師/さわらぎ よしおさん
 定員/12人 持ち物/動画の撮れる(撮影、再生がスムーズに行える)スマートフォン

NEW



N3 ゆる文字エンジョイ講座

"ゆる文字"は字の苦手な人ほど魅力たっぷり仕上がる魔法の文字。筆ペンとパステルとあなたのアイデアで描きましょう。

①ありがとうハガキ②暑中見舞い③大切な人へ贈ろう！

開講日/7/16,7/30,8/20 各土曜日 10:00~12:00
 受講料/2,500円(3回講座分)
 講師/小南 久美子さん 定員/14人
 教材費/1,500円程度(テキスト、ゆる文字用筆ペン、パステルほか用具一式)



N4 実践ワーク!スッキリ整理収納

3つの習慣で学ぶ整理収納術！①3つの習慣でリバウンドしない整理収納②3つの習慣を使ってキッチンの整理収納③おさらい実践ワークと整理収納相談会。参加者が自分自身の成功例失敗例を情報交換するのも楽しい講座。

開講日/6/4,7/2,7/30 各土曜日 10:00~11:30
 受講料/2,500円(3回講座分)
 講師/柳澤 知加さん 定員/14人



N5 ナチュラルガーランドを作ろう

N6 夏のクラフト~秘密の扉

自然の素材で作るナチュラルクラフト！空間をおしゃれに演出する装飾ガーランド(N5)と秘密の扉(N6)を作ります。お子様(5歳~小学生)とご一緒に親子参加もできる楽しいモノづくり講座2コースです。

N5...5月21日 土曜日 10:00~12:00 N6...8月6日 土曜日 10:00~12:00
 受講料/各800円 講師/廣瀬 正子さん 定員/各12人
 材料費/各1,300円程度 持ち物/ある方は精密ドライバー、カッター、定規



N7 介護を考えてみよう~CLUE CARDって何?

~目からウロコが！知っておどろくあなたの気持ち~

介護福祉士からの心がこもったメッセージ！今直面している人も、今は縁のない人も、この時代に地域や家族の中で必要なことを知り、考えることから始めましょう！

開講日/6月25日 土曜日 10:00~11:30
 受講料/700円 講師/小原 日出美さん
 定員/10人 持ち物/筆記用具



N8 カラダがよろこぶ料理シリーズ~ひと月で食べられる白味噌

人は一生に80,000回以上の食事をするそうです。健やかであることは食事から！免疫力を高めかつ美味しい料理への第1弾！白味噌(約1kg)+白味噌を生かす簡単2品を作ります。

開講日/6月4日 土曜日 13:30~15:30
 受講料/800円 講師/竹野 紗織さん 定員/12人
 材料費/2,000円程度
 持ち物/エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り容器、筆記用具



N9 こねずにできるお手軽パン!

初めての人がお家でもできるパン作り。ほとんどこねずに簡単に出来る！そんなお手軽かつ出来立てのおいしさが楽しめるハッピーなパン作りです。

開講日/5月28日 土曜日 9:30~12:00
 受講料/800円
 講師/佐藤 みち江さん 定員/14人
 材料費/800円程度
 持ち物/エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用袋、筆記用具



重要

【申込方法】

各講座のお申込みはパソコン、スマートフォン等からお願いします！

お申込みの流れは ①利用者登録 → ②受講申込 → ③受講料納入 → ④受付完了 の順となります。

★①利用者登録について 3月11日(金) 9:00 開始

- 八日市文化芸術会館ホームページ「ライブログ」[お申込みについて]から「申込」サイトに移動して、「利用者登録」ボタンを押し、登録画面に進みます。必要事項を入力後、利用規約を確認し、「同意して次へ」ボタンを押し、入力内容確認後「申込」ボタンを押します。登録したメールアドレスに登録確認メールが返信されるので、メール記載のURLにアクセスし、利用者登録を完了してください。登録確認メールで送られてきたIDと登録時のパスワードを大切に保管ください。この利用者登録により、IDとパスワードでログインするだけで受講申込ができます。(※注2)
- 詳しくは右のQRコード(または<http://yokaichi-bungei.com/lifelong>)からお願いします。

★②受講申込について 3月17日(木) 12:00 開始(時間前の送信はできません)

- 先着順の受付(仮受付)となります。
- 八日市文化芸術会館ホームページ「ライブログ」[お申込みについて]コーナーから「申込」サイトに移動して、ログイン後にお申し込みください。
- 右のQRコード(または<http://yokaichi-bungei.com/lifelong>)からお願いします。
- 注1:申込は1講座ずつとなります。複数の講座を受講される場合は、講座ごとにお申し込みください。
- 受講申込を送信いただいたアドレスへ、受信案内が自動返信されます。
- 注2:携帯電話等で迷惑メール対策をしている場合は lifelong-b@p-gakushu.jp からのメールを受信できるようにしておいてください。
- 注3:申込先着順に受付(仮受付)し、定員になり次第、締め切ります。ただし、申込数が定員を超えた場合でも、「キャンセル待ち」の申込ができます。「キャンセル待ち」申込は、キャンセルができた場合に申込順に繰り上げとなり、受講が可能となればご連絡させていただきます。

★③受講料納入について 3月24日(木) 9:00 開始

- ②受講申込後に③受講料を収めていただく④受付完了となります。受講料納入窓口及び時間を下表でご確認ください。
- 注4:納入開始日までに申込をされた方は、納入開始日から1週間(3月31日)、納入開始日後に申込をされた方は、申込日から1週間、それぞれ経過した場合、キャンセルとなりますのでご注意ください。
- 注5:「キャンセル待ち」申込をされた方は、受講可能な連絡を受けた日から、1週間以内に納入してください。
- 注6:一度納めていただいた受講料はお返しできません。



●受講料納入窓口	時間	月	火	水	木	金	土	日
八日市文化芸術会館	9:00-17:00	×	○	○	○	○	○	○
湖東コミュニティセンター	9:00-17:00	×	○	○	○	○	×	×
蒲生コミュニティセンター	9:00-17:00	○	×	○	○	○	×	×
能登川コミュニティセンター	9:00-17:00	△	△	△	△	△	×	×

- 4会場の講座受講料の納入と窓口対応ができます。(複数会場の講座受講料納入と窓口対応が可能)
- △ 能登川会場の講座受講料の納入と窓口対応ができます。(他の会場の講座受講料納入と窓口対応はできません。)
- × 別の曜日、別の会場をお選びください。

*教材費、材料費、保険料ほか諸経費は実費負担です。各講座の開講日に集めさせていただきます。

*諸事情により開講日や講座内容等に変更が生じることがあります。また、申し込みが少ない場合は開講しないことがありますのでご了承ください。

★パソコン、スマートフォンのご利用について事前に詳しくお知りになりたい方

- 八日市文化芸術会館で利用者登録、受講申込の方法等をご説明させていただきます。開館日の開館時間内(9:00~17:00)にご来館いただくか、お電話でお問合せください。

★登録や申込を窓口で希望される方(パソコン、スマートフォンをお使いにならない方)

- 窓口のパソコンから登録や申込をしていただくことができます。ご不明な場合はスタッフが丁寧にご説明とお手伝いをさせていただきます。
- 注7:申込開始直後は、窓口が混み合うことが予想されます。事前に登録や申込方法をご理解いただき、パソコン、スマートフォンからのオンライン申込をお勧めいたします。

★募集情報・空き状況等は八日市文化芸術会館ホームページをご覧ください! <http://yokaichi-bungei.com/lifelong/>

お問合せ◇八日市文化芸術会館 TEL 0748-23-6862 IP電話 050-5801-6862

◇湖東コミュニティセンター TEL 0749-45-0950 IP電話 050-5801-0950

◇蒲生コミュニティセンター TEL 0748-55-0207 IP電話 050-5801-0207

(能登川コミュニティセンターの講座は八日市文化芸術会館へお問合せください)

主催 (公財)東近江市地域振興事業団

(東近江市立八日市文化芸術会館 指定管理者)