



現在までの延べ受講者数1,900名、市民教授74名!!!



～市民大学きたもと学苑～

キタガク 講座案内

『学びたいあなた』 『教えたいあなた』 『あなたが主役です』

平成21年度 前期講座 【4月～9月】



全55講座募集

申込期間

A日程 平成21年3月2日(月)～3月13日(金)

B日程 平成21年3月2日(月)～6月12日(金)

【申込みに当たってのお願い】

1. 受講の流れ

受講の申込み【①郵送による申込み②窓口での申込み】 ⇒ 申込み締切り後にキタガク事務局より返信用ハガキ(申込講座確認書兼受講料等納入依頼書)を送付 ⇒ 受講料等の納入、受講者証の受領 ⇒ 受講

2. 講座の申込み

●申込期間 **A日程 平成21年3月2日(月)～3月13日(金) 必着**

B日程 平成21年3月2日(月)～6月12日(金) 必着

受講の申込みは、①郵送、②窓口のいずれかをお願いします。ただし、土・日曜日および祝日は窓口での受付業務は行っていません。

①郵送による申込み：講座ごとに所定の往復はがきに必要事項を記入の上、往信・返信両方に切手を貼付して、キタガク事務局までお送りください。

②窓口での申込み：講座ごとに所定の往復はがきに必要事項を記入の上、返信用ハガキに切手を貼付して、キタガク事務局へお持ちください。

※定員を超えた場合は抽選とさせていただきます。

講座の開催の有無、抽選結果などは応募者全員に返信用はがきでお知らせします。

3. 受講料等の納入

上記「2 講座の申込み」①または②の方法により申込みをされますと、申込み締切日より1週間程度でキタガク事務局から返信用はがきで「申込講座確認書兼受講料等納入依頼書」を送付します。

●**受講料等の納入**：「申込講座確認書兼受講料等納入依頼書」を持参のうえ現金で納入ください。

A日程 3月19日(木)～26日(木) ※土・祝日を除く

また、**3月20日(金・祝)**のみ午前9時から正午まで同所で受付けます。

B日程 6月18日(木)～24日(水) ※土・日曜日を除く

また、**6月20日(土)**のみ午前9時から正午まで同所で受付けます。

●**納入場所** キタガク事務局 [北本市教育委員会 生涯学習課内(市役所敷地内第4庁舎2階)]

ア 受講料等は一括前納です。

イ 学苑運営費は、前期分として最初に受講する講座で納入していただければ、同期に受講する2つ目以降の講座での納入は不要です。

ウ 釣り銭のないようにご準備ください。

エ 原則として、納入していただいた受講料等は返金できませんので予めご了承ください。

A日程【4～6月に講座開始されるもの】※申込期間：3月2日（月）～13日（金）必着

No.	講座名 内容	会場 講座日時	講師	学苑運営費【前期】 受講料、その他	定員・対象 持ち物など
1	【健康体操】元気ハツラツ！健康リフレッシュ体操（全8回） ストレッチ主体のリズム体操です。ウォーミングアップ、ストレッチ、簡単なリズム運動で体をほぐし汗をかきましょう。	文化センター 4/10(金)・17(金)・5/1(金)・ 8(金)・15(金)・22(金)・29(金)・ 6/12(金) 10時30分～11時40分	渡辺 すみ江 ・市内、近隣市で 健康体操を20年 以上指導中	1,000円 4,000円(500円×8 回) 	30名 40～50歳代の女性 バスタオル、フェイス タオル、運動靴、動き やすい服装
2	【健康体操】元気のみなもと“イキイキリフレッシュ体操”（全4回） 心身を整える治療的意味をもった31の動作の自衛衛(じきょうじゅつ)は健康増進とリハビリも兼ねた体操です。	中央地域学習センター 5/8(金)・15(金)・22(金)・ 29(金) 13時30分～15時	中島 やす子 ・自衛衛普及会大 宮支部指導員・市 内公民館等で指導 中	1,000円 2,000円(500円×4 回)	20名 20歳以上 動きやすい服装、浴 用タオル
3	【マット運動と跳び箱】（全3回） マット運動や飛び箱が好きなお子も嫌いな子も、集中して、練習し、柔軟性を高めたり、転がったり跳んだりする楽しさを味わってみませんか。	体育センター 7/28(火)・29(水)・30(木) 15時30分～17時 	樋田 雪江(とよ だ・ゆきえ) ・健康運動指導士 ・器械体操指導歴 20年	免除 1,500円(500円×3回)	15名 小学校低学年 運動のできる服装・運 動靴・タオル・飲み物
4	【イス体操】ひざに負担のかからないイス体操（全3回） イスに座ったままの軽体操で、血液循環を良くしたり、筋神経系機能や脳機能の改善が期待できます。	文化センター 5/12(火)・6/16(火)・7/14(火) 14時～15時30分 	樋田 雪江 ・健康運動指導士 ・介護予防運動指 導員	1,000円 1,500円(500円×3回) *別途、教材費100 円	15名 40歳以上 男性大歓迎 運動のできる服装、 靴タオル、飲み物、空 気ボール(20cm位)
5	【ダンス教室】社交ダンスを踊って健康になろう！（全10回） 初心者の方、上達されている方も基本に戻ってはじめてみませんか？踊る楽しさとコミュニケーションの教室にどうぞ！	中丸学習センター 4/8(水)・15(水)・22(水)・ 29(水)・5/13(水)・20(水)・ 27(水)・6/3(水)・10(水)・17(水) 13時30分～15時	栗原 弘子 ・社交ダンス教師 資格 ・公民館カルチャ ー25年	1,000円 5,000円(500円×10 回) 	15名 6年生以上 親子参加歓迎 運動のできる服装・ 靴、タオル
6	【山登り講座】憧れの名山に登ろう！中高年のための山登り講座（全2回） 憧れの名山やアルプス級の山々を目指したい方へ。装備を整えて、今から準備をしていけば、夏には目指す山の頂上に立てますよ。	文化センター 4/18(土)・25(土) 13時30分～16時30分 	古川 一雄 ・日本自然保護協 会自然観察指導員	1,000円 1,000円(500円×2 回) *別途、教材費 600円(夫婦で野参加 の場合は1名分で 可)。	15名 45歳以上 *ご夫婦の参加歓迎 筆記用具
7	【はじめてのハンドベル】（全6回） トーンチャイムとミュージックベルを使用し、楽器の持ち方、鳴らし方、楽譜の読み方等、基本から学習します。	公団地域学習センター 4/14(火)・28(火)・5/12(火)・ 26(火)・6/9(火)・6/23(火) 13時30分～16時	岩田 俊子 日本ミュージック ベル協会会員	1,000円 3,000円(500円×6回) *別途、教材費2,000 円	10人 どなたでも 白の綿手袋、蛍光ペ ン(2～3色)
8	【手打ちそば教室】はじめての手打ちそばと簡単そば料理（全4回） はじめての方でも長くつながったそばが打てます。また簡単なそば料理も作ります。ぜひ気楽にお越しください。	本町西高尾学習センター 5/12(火)・19(火)・26(火)・ 6/2(火) 9時～14時	早川 澄雄 ・調理師・そば打ち 指導歴8年 ・北本エンジョイそ ばクラブ代表 ・HP検索“早川庵”	1,000円 2,000円(500円×4 回) *別途、材料費 4,000円(各回2回の そば打ちを含む)	12名 一般、どなた でも、女性でも楽に打 てます 三角巾(バンダナ等)、 エプロン、タオル、持 ち帰りパック
9	【手打ちそば教室】美味しい手打ちそばを打とう（全5回） 最も美味しいといわれる二八そばが簡単に打てます。1講座で2回打ちます。最終回は10割そばにチャレンジします。そばの他に一品も作ります。	本町西高尾学習センター 5/16(土)・23(土)・30(土)・ 6/6(土)・13(土) 9時30分～14時	内藤 信行 ・調理師 ・北本エンジョイそ ばクラブ師範代 ・三國ココロそば クラブ代表	1,000円 2,500円(500円×5回) *別途、材料費5,000 円(各回2回のそば打 ちを含む)	10名 中学生以上 三角巾(バンダナ等)、 エプロン、タオル、持 ち帰りパック
10	【男の料理教室】男の台所塾“基本の料理”（全3回） 以前から料理に興味を持っていたが今更誰かに教えてもらうのは気が引けるとお考えのあなた！！諦めるのは早いです。自分にこれなら作れるという得意料理を身につけてはいかがですか？	中丸学習センター 4/12(日)・19(日)・26(日) 9時半～12時	斉藤 幸展 ・調理師 ・あさひ料理教室 代表	1,000円 1,500円(500円×3回) *別途、材料費2,100 円	20名 50歳以上 三角巾(バンダナ等)、 エプロン、ハンカチ、 タオル2枚、筆記用具
11	【健康食生活講座】「四群点数法による栄養と料理のバランス」(全3回) 食と健康には深い関係があり、生涯努力して実践することが大切といわれています。簡単に栄養バランスの取れるこの食事法を習得してみませんか。	中央地域学習センター 5/13(水)・20(水)・27(水)・ 9時30分～11時30分	丸山 寿子 ・女子栄養大学生 涯学習講師 ・料理教室25年	1,000円 1,500円(500円×3回) *別途、教材費400 円 テキストがない場合は別途1,050円受講時集金有	15名 20歳以上 筆記用具、電卓
12	【命理学講座(基礎)】北京大学でもやっている命理学(五行占いに挑戦しよう！)(全10回) 四柱推命で命を知り、各自に何が向いているかを知り、効率よく生きてゆきましょう。一緒に勉強しませんか？	公団地域学習センター 5/9(土)・16(土)・23(土)・ 30(土)・6/6(土)・13(土)・ 20(土)・27(土)・7/4(土)・ 11(土) 13時～16時	内藤 協子 ・命理学研究所会 員	1,000円 5,000円(500円×10 回) *別途、教材費 8,100円(四柱推命鑑 定要覧を含む)	5名 18歳以上 筆記用具、ノート

※ 高校生以下の学苑運営費(1,000円)は免除です。

A日程【4～6月に講座開始されるもの】※申込期間：3月2日(月)～13日(金)必着

No.	講座名 内容	会場 講座日時	講師	学苑運営費【前期】	定員・対象
				受講料、その他	持ち物など
13	【油絵教室】簡単・素敵に風景と花を描きましょう(全4回) アメリカ発祥の「ポップ・ロス」画法を用いて教え、また「ペインティングナイフ」を使用し、独特な描き方で花を描きます。二枚の作品ができます。ぜひ参加ください。	中丸学習センター 4/18(土)・25(土)・5/2(土)・ 9(土) 13時30分～16時30分 	服部 美英 ・油絵歴40年 ・自宅教室開催 ・ホームページ「服部美英」検索	1,000円 ----- 2,000円(500円×4回) * 別途、材料費10,000円	10名 中学生以上 エプロン、雑巾4枚
14	【ガーデニング講座】ヨーロッパ風ミニガーデンに挑戦してみませんか!!(全3回) 自分で作る、育てる喜び、心の癒しにもなるガーデニングにあなたも参加してみませんか!!どなたにもできます。	本町西高尾学習センター 4/21(火)・6/2(火)・7/7(火) 10時～12時 	浪井 弘子 ・英国国立ハッキングバスケット協会日本支部ハッキングマスター ・ジャパンフラワーフェスティバル 2007 埼玉県知事賞受賞	1,000円 ----- 1,500円(500円×3回) * 別途、材料費9,000円	15名 10歳以上 園芸用スコップ、ハサミ、手袋、エプロン
15	【写真アルバム講座】思い出の写真を心のこもったページに!(全3回) 思い出の写真を世界にひとつの想いのこもったページに楽しく作り上げていきます。気楽に参加しませんか?	中丸学習センター 6/12(金)・19(金)・26(金) 9時～12時	佐藤 和代 ・自宅、市内公民館で教室開催中 ・市内公民館祭りにてアルバム展示	1,000円 ----- 1,500円(500円×3回) * 別途、材料費2,500円	8名 18歳以上 はさみ、同じテーマの写真6～8枚、練習用写真3枚
16	【たのしい折り紙教室】(全5回) 折り紙は日本の伝統です。そして、すばらしさを伝承していきたいのです。三角形・四角形の箱、ポチ袋、くす玉やかわいい花などを折っていきます。気楽にご参加ください。	中央地域学習センター 5/8(金)・15(金)・22(金)・ 29(金)・6/12(金) 13時30分～15時30分	山田 幸代 ・公民館、高校でボランティア ・自宅が教室	1,000円 ----- 2,000円(500円×4回) * 別途、材料費50円	20名 20歳以上 * 初心者歓迎 ノート、鉛筆、はさみ
17	【陶芸教室】自分で作った茶碗でお茶会をしましょう!(全3回) 形成から、器が仕上がるまでの工程や、手法を指導します。子供のころに戻って、粘土遊びをしながら、オリジナル器を作りましょう。	文化センター 4/1(水)・8(水)・4/22(水) 13時～16時 	田光 明 ・陶芸歴30年 ・自宅工房で陶芸教室7年 ・文化センターで陶芸クラブ、子ども陶芸教室講師	1,000円 ----- 1,500円(500円×3回) * 別途、材料費2,800円	20名 20歳以上 筆記用具(鉛筆)、エプロン、タオル2枚(古くて可)
18	【彫金教室工房】彫金で作るはじめての銀プチペンダント(全4回) かなづち、糸のこ、バーナーなどを使用し、昔からの彫金技法でオリジナル銀透かしペンダントトップを楽しく製作します。	野外活動センター 5/12(火)・19(火)・26(火)・ 6/2(火) 9時30分～11時30分	原口 美喜磨 ・東京芸術大学大学院卒 ・スペイン万国博覧会出品 ・茨城つくば美術館5人展出品	1,000円 ----- 2,000円(500円×4回) * 別途、教材費8,000円	12名 18歳以上 筆記用具、デザインノート、古布(ハカマ)1枚
19	【染色教室】北本の自然を染めよう(全4回) 季節の草花木を使い、その時だけの色を染めて、身の回りのものに利用してみませんか。	東地域学習センター 4/2(木)・9(木)・5/7(木)・ 14(木) 13時～16時	保科 敏夫 ・体験学習多数あり	1,000円 ----- 2,000円(500円×4回) * 別途、材料費1,700円	8名 20歳以上 ゴム手袋、エプロン
20	【パッチワーク講座】藍染め(古布)で作るポシェット(全4回) 古布の藍染めを使用しポシェットと財布を作ってみませんか。お出かけにちょっとお洒落です。ぜひご参加下さい。	文化センター 6/5(金)・12(金)・19(金)・26(金) 9時30分～11時30分 	清水 光枝 ・[財]日本手芸普及協会会員 ・埼玉伝統工芸館特別展 ・モンゴルアートギャラリー個展予定	1,000円 ----- 2,000円(500円×4回) * 別途、材料費2,500円	10名 女性 ボール紙(A3)、鉛筆、裁縫道具
21	【手芸講座】はじめてのビーズアクセサリー(全3回) 今人気の「ビーズ」、編み方の基本を習得して、あなただけのアクセサリーを身につけてみませんか。平成20年後期講座と同じネックレスとブレスレットを作ります。	南部学習センター 6/29(月)・7/6(月)・13(月) 9時30分～11時30分	丸山 寿子 ・[財]日本余暇文化振興会認定ビーズスキル	1,000円 ----- 1,500円(500円×3回) * 別途、教材費3,500円	15名 18歳以上 はさみ、筆記用具、目打ち、菓子箱等の入れ物(30×20×高さ4～5cm)
22	【消しゴムはんこ教室】かんたん!かわいい消しゴムはんこを作ろう(全2回) 思ったより簡単でかわいい、楽しいはんこ作りです。作ったはんこでオリジナルうちわやカードを一緒に作りましょう。	文化センター 6/13(土)・20(土) 13時30分～15時30分 	今川 茂美 ・消しゴムはんこインストラクター ・学校などで指導歴あり	1,000円(小学生無料) ----- 1,000円(500円×2回) * 別途、材料費900円	12名 小学4年生以上 (小学4・5年生は保護者同伴)
23	【フラワーアレンジメント教室】暮らしの中のフラワーアレンジメント(全5回) 一年の生活の中で、季節や行事にぴったりのフラワーデザインを、自分の手で作ってみませんか?新しい発見ができるでしょう。	文化センター 4/11(土)・5/9(土)・6/13(土)・ 7/11(土)・9/12(土) 10時～12時	森 邦子 ・一葉式いけ花上席教授 ・マミフラワーデザインスクール講師資格	1,000円 ----- 2,500円(500円×5回) * 別途、材料費7,000円	20名 一般 花ばさみ(なければキッチンばさみ)

※ 高校生以下の学苑運営費(1,000円)は免除です。

A日程【4～6月に講座開始されるもの】※申込期間：3月2日(月)～13日(金)必着

No.	講座名 内容	会場 講座日時	講師	学苑運営費【前期】	定員・対象
				受講料、その他	持ち物など
24	【はじめてのアロマテラピー講座】若く・美しく・健康に！(全6回) 安心手作りアロマで美しく健康に！フェイシャルソープ、若返り化粧水、オイル、日焼け止め、香りブレンド、ハンドマッサージを実演します。	文化センター 4/10(金)・5/8(金)・6/12(金)・ 7/10(金)・8/28(金)・9/11(金) 10時30分～11時30分	上田 久美子 ・英国IFA認定アロマテラピスト、インターナショナルアロマレディコーディネーター協会代表	1,000円 3,000円(500円×6回) *別途、教材費 3,000円	16名 一般 筆記用具、マグカップ (ハーブティーを飲みます)
25	【はじめてのアロマテラピー講座Ⅱ】若く・美しく・健康に！(全6回) 安心手作りアロマで美しく健康に！ひざ、かかとクリーム、バスオイル、しっとりボディソープシャンプー、足つぼマッサージを実演します。	中丸学習センター 4/3(金)・5/1(金)・6/5(金)・ 7/3(金)・8/7(金)・9/4(金) 10時30分～11時30分		1,000円 3,000円(500円×6回) *別途、教材費 3,000円	16名 一般 筆記用具、マグカップ (ハーブティーを飲みます)
26	【スピリチュアルヒーリング講座】誰でも幸せ(ポジティブ)になれる(全6回) 「病は気から」毎日の生活の中でポジティブな考えをし、健康と幸せを自分で作る講座。ヒーリング(癒し)とは、心身に働きかけ自己癒力を引き出す活動です。	文化センター 4/16(木)・5/21(木)・6/18(木)・ 7/16(木)・8/20(木)・ 9/17(木) 10時30分～11時30分	上田 久美子 ・スピリチュアルヒーリングセラピスト 	1,000円 3,000円(500円×6回) *別途、教材費 3,000円	16名 一般 マグカップ (ハーブティーを飲みます)
27	【書道常識講座】(全8回) 日常的な文字を理論的にやさしく解説し、又、形の取り方の方法を基礎とする講義の実践教室です。これだけは常識として覚えていただきたい書道教室です。	中央地域学習センター 4/7(火)・21(火)・5/12(火)・ 19(火)・6/2(火)・16(火)・ 7/7(火)・21(火) 13時30分～15時	石井 春風 ・産経「書のアート展」審査員、常務理事 ・北本書道人連盟顧問 	1,000円 4,000円(500円×8回) *別途、教材費 4,000円	20名 18歳以上 初心者対象 書道用具一式
28	【書道常識講座】(全8回)～ステップアップ版～ 日常的な文字を理論的にやさしく解説し、又、形の取り方の方法を基礎とする講義の実践教室です。これだけは常識として覚えていただきたい書道教室です。	中央地域学習センター 4/7(火)・21(火)・5/12(火)・ 19(火)・6/2(火)・16(火)・ 7/7(火)・21(火) 15時15分～16時45分		1,000円 4,000円(500円×8回) *別途、教材費 4,000円	20名 講座受講者対象 書道用具一式
29	【書道講座】楽しみながら資格を取ろう(全7回) 一般的な基本を広く浅く、楷書、行書、草書とかな文字の連綿を習ってみましょう。そして、楽しみながら資格を取りましょう。	文化センター 4/18(土)・25(土)・5/16(土)・ 6/20(土)・7/18(土)・ 8/29(土)・9/19(土) 13時30分～16時30分	森川 睦水(けいすい) ・墨華書道研究会公認教授、常任理事	1,000円 3,500円(500円×7回) *別途、教材費 7,000円	10名 一般 書道用具一式、はさみ、のり、新聞紙
30	【中国語講座】続・ニイハオ中国語を学ぼう(全10回) 基本的な構文を学び、語彙を増強します。発音を一通り学んだ人、前回の受講者を歓迎します。物語にもトライします。	文化センター 4/8(水)・15(水)・22(水)・ 5/13(水)・20(水)・27(水)・ 6/3(水)・10(水)・17(水)・ 24(水) 14時30分～15時50分	清水 秀夫 ・元高校教諭 ・中国語二級普通免許 ・東京外国語大学中国語科卒 	1,000円 5,000円(500円×10回) *別途、教材費 500円	10名、18歳以上 一通り発音を学習した人 筆記用具、ノート、A-4ファイル
31	【中国語講座】初心者でも話せます(全10回) 中国の文化や習慣などに触れながら、いっしょに楽しい中国語の世界に入ってみませんか？	南部学習センター 4/13(月)・5/11(月)・18(月)・ 6/1(月)・8(月)・15(月)・ 29(月)・7/6(月)・13(月)・ 8/3(月) 14時～15時20分	坂戸 芳子 ・中国出身・中国語講師歴1年・英会話講師9年	1,000円 5,000円(500円×10回) *別途、教材費 500円	10名 20歳以上 ノート、筆記用具
32	【中国語教室】基礎から楽しく中国語(全10回) 語学に興味を持っていても、なかなか始められないあなた、基礎から丁寧に教えます。待っています。	文化センター 4/14(火)・21(火)・28(火)・ 5/12(火)・19(火)・26(火)・ 6/2(火)・9(火)・16(火)・23(火) 11時～12時	張 明玉 ・長年日中、中日通訳経験あり	1,000円 5,000円(500円×10回) *別途、教材費 500円	20名 一般、初心者 経験者 筆記用具
33	【韓国語教室】基礎から楽しく韓国語(全10回) 語学に興味を持っていても、なかなか始められないあなた、基礎から丁寧に、楽しく明るくお教えます。アンニョン！	文化センター 4/14(火)・21(火)・28(火)・ 5/12(火)・19(火)・26(火)・ 6/2(火)・9(火)・16(火)・23(火) 9時30分～10時30分	張 明玉 ・韓国語教師 	1,000円 5,000円(500円×10回) *別途、教材費 500円	20名 一般、初心者 経験者 筆記用具
34	【英会話講座】初心者でも話せます(全10回) 8年間英会話講師をした経験を生かして教えます。皆さんも楽しい英会話をはじめませんか。人生をもっと豊かにしてみませんか。	南部学習センター 4/13(月)・5/11(月)・18(月)・ 6/1(月)・8(月)・15(月)・ 29(月)・7/6(月)・13(月)・ 8/3(月) 15時30分～16時50分	坂戸 芳子 ・英会話講師9年 ・中国出身 	1,000円 5,000円(500円×10回) *別途、教材費 500円	10名 20歳以上 ノート、筆記用具
35	【話し方講座】トークして得するスピーチ上達講座(全5回) 思いっきり、人前で話す回数をふんで自信をつけましょう。やさしく、丁寧に対応いたします。少人数で密度を濃くしていきます。	文化センター 4/21(火)・5/19(火)・6/16(火)・ 8/18(火)・9/15(火) 10時～12時 	赤羽 勝子 ・NPO 法人話し方HR 研究所 主席講師 ・埼玉県生きがい大学講師 ・厚労省所管健康生きがいづくりアドバイザー	1,000円 2,500円(500円×5回) *別途、教材費 300円	10名 18歳以上 筆記用具

※高校生以下の学苑運営費(1,000円)は免除です。

A日程【4～6月に講座開始されるもの】※申込期間：3月2日（月）～13日（金）必着

No.	講座名 内容	会場 講座日時	講師	学苑運営費【前期】 受講料、その他	定員・対象 持ち物など
36	【楽しい着付け教室】 (全10回) 今回の講座では、名古屋帯、半幅帯を使つての帯結びと浴衣の着装を行います。気軽にご参加ください。お待ちしております。	文化センター 4/22(水)・5/13(水)・27(水)・ 6/10(水)・24(水)・7/8(水)・ 22(水)・8/12(水)・9/2(水)・ 16(水) 9時30分～11時30分	小出 美代子 ・全日本きものコン サルタント協会会 員 ・小出着付け学院 代表	1,000円 5,000円(500円×10 回) 	15名 一般 筆記用具、着物一式 (特別に買ってこない であるもので、初日 に足りないものを説 明します)
37	【着付・マナー教室】 女性の品格を高めるための着付けとマナー講座(全9回) 楽な着方、楽な着せ方を学びながら、女性の品格を高める美しい歩き方、しびれない正座の仕方等身につけてみましょう。	東地域学習センター 4/7(火)・14(火)・21(火)・ 28(火)・5/12(火)・19(火)・ 26(火)・6/2(火)・9(火) 13時30分～15時30分	森岡 美衣 ・ハクビ京都きもの 学院教授 ・ウォーキング & ストレッチアドバ イザー ・北本市内公民館 講師	1,000円 4,500円(500円×9回) 【持ち物】 着物、帯、長襦袢、肌襦袢、裾よけ、足袋、伊達締め2本、腰ひも5～6本、仮ひも2本、帯板、帯枕、帯揚げ、帯締め、筆記用具	10名 一般
38	【茶道教室】 一度はやってみよう！茶道教室(全8回) 茶道は難しいと思っている方はいませんか？お茶を楽しむということを前提に今回開催します。リラックスして学べます。	文化センター 4/7(火)・14(火)・21(火)・ 28(火)・5/12(火)・19(火)・ 26(火)・6/2(火) 13時30分～15時30分	関根 隆子 ・表千家教授 ・市内公民館、自宅 にて教室開催	1,000円 4,000円(500円×8 回) * 別途、材料費 4,000円	5名 18歳以上 ふくさ、扇子、懐紙、 楊子、白色の靴下
39	【茶道教室】 一碗のお茶から癒しや楽しみを！！(全8回) お稽古を進めていくうち身につく楽しみも出てきます。少しのぞいてみませんか？お仲間でお茶会もできます。はじめての方歓迎です。	東地域学習センター 4/8(水)・22(水)・5/13(水)・ 6/10(水)・24(水)・7/15(水)・ 9/2(水)・16(水) 13時30分～16時30分	福島 さわえ ・表千家流教授 	1,000円 4,000円(500円×8 回) * 別途、材料費 4,000円	5名 18歳以上 ふくさ、扇子、懐紙、 楊子、白色の靴下
40	【ビデオ編集講座】 ビデオ編集手ほどき講座(全1回) パソコンでビデオの編集をして見ませんか？1日で出来るビデオ編集速習講座です。	中央地域学習センター 4/19(日) 9時～16時30分 	小池 満 ・視聴覚ライブラリ 一社会教育指導員 としてビデオ制作 指導に従事 ・指導歴20年	1,000円 500円(500円×1回) * 別途、教材費 500 円	10名 一般 筆記用具、ビデオカメ ラ(DVC)一式、テー プ
41	【そろばん教室】 大人のそろばん教室(全5回) 鶴亀算やインド式計算にも触れ「そろばん」を使って楽しく能力アップ。脳の老化防止と仲間づくりをしましょう。	中丸小学校地域活動室 4/9(木)・16(木)・23(木)・ 30(木)・5/7(木) 10時～11時30分	林 恒男 ・元埼玉県産業教育 振興会珠算検定 委員 	1,000円 1,500円(300円×5回) * 別途、教材費として 300円前後受講時集 金有。(受講者の熟知 度により変動)	10名 40歳以上 そろばん、筆記用具、 * 駐車場が無いた め、自転車・徒歩等 でお越しください。
42	【邦楽講座】 教科書に載らない日本のうた(全5回) 古くから日本人が歌い楽しんで来た音楽を体系的に学び鑑賞して、簡単な体験をする講座です。	文化センター 5/15(金)・22(金)・29(金)・ 6/5(金)・12(金) 19時～21時	田口 明満 ・民謡師範 ・市内で民謡指導歴 17年	1,000円 2,500円(500円×5 回)	10名 20～30歳代 筆記用具
43	【詩吟教室】 詩吟で、いつもたのしく元気よく(全5回) 生きる力は、考える力。漢詩・和歌・今様・俳句。古典から現代まで。あなたの創作も詩吟で。学ぶ意欲が生まれます。	中央地域学習センター 4/2(木)・9(木)・16(木)・ 23(木)・30(木) 14時～16時	大畑吼樟(こしろう) ・吼山流 ・詩吟道師範 ・市内で教室開催中	1,000円 2,500円(500円×5回)	10名 50歳以上 筆記用具
44	【詩吟体験講座】 詩吟の素晴らしさを知る(全5回) 漢詩、和歌等に触れながら、健康にもよいといわれるお腹からの発声の仕方及び呼吸法に重点をおいて、詩吟の素晴らしさについて知って頂きます。	本町西高尾学習センター 4/14(火)・21(火)・28(火)・ 5/12(火)・19(火) 13時30分～15時30分	小須田 今朝人 ・日本詩吟岳院岳 風会師範 ・市内で指導歴 16 年	1,000円 2,500円(500円×5回)	10名 18歳以上 筆記用具 テープレコーダー(あ る方のみ)
45	【詩吟体験教室】 基礎から学べる詩吟(全5回) 講座では、私の基礎的指導法 1. 詩を吟じる正しい姿勢 2. 複式発声で大きな声を出す。 3. 各人の地声を響かせる。を指導していきます。	文化センター 6/5(金)・12(金)・19(金)・ 26(金)・7/3(金) 14時～16時	木村溪基(けいき) ・詩吟溪月流上席 師範。指導歴17年 ・埼玉県吟剣詩舞 道公認審査員	1,000円 2,500円(500円×5回)	10名 18歳以上 筆記用具
46	【胡弓・三味線教室】 心に残る童謡、唱歌を胡弓、三味線で演奏を楽しんでみませんか(全5回) 幼い頃の思い出の曲や心に残る童謡・唱歌など日本の楽器胡弓と三味線で楽しんでみませんか？一回の講座で一曲必ずマスターできます。	文化センター 5/27(水)・6/10(水)・24(水)・ 7/8(水)・22(水) 13時～15時	中村 豊良 ・三味線、唄、和楽 器(胡弓)指導免許 ・〔財〕日本民謡協 会認定教授	1,000円 2,500円(500円×5 回) ・胡弓、三味線の無い方は用意します。 ・事前に、胡弓・三味線どちらを演奏するか伺います。	10名 胡弓(5名) 三味線(5名) 20歳以上
47	【大人の演歌講座】 (全4回) 子育ても終わり、ほっと一息、楽しい旅行や集まりでマイクを独占するのではなく好感をもたれる一曲をあなたのために。	文化センター 5/14(木)・21(木)・28(木)・ 6/4(木) 13時30分～15時30分	小堀 英子 ・高橋歌謡教室師 範 ・市外公民館等で指 導(20年以上)	1,000円 2,000円(500円×4 回)	12名 60歳以上 筆記用具

※ 高校生以下の学苑運営費(1,000円)は免除です。

A日程【4～6月に講座開始されるもの】※申込期間：3月2日（月）～13日（金）必着

No.	講座名 内容	会場 講座日時	講師	学苑運営費【前期】 受講料、その他	定員・対象 持ち物など
48	【遠野物語講座】柳田国男の『遠野物語』はおもしろい(全7回) 山男や山女、また河童やザンキワラン等の民話で知られる「遠野物語」の面白さが、誰にもわかるようやさしく読み進めます。	文化センター 5/15(金)・29(金)・6/12(金)・ 26(金)・7/10(金)・24(金)・ 8/7(金) 13時30分～15時30分	石井 徹 ・遠野物語研究所 会員 ・「講座『遠野物語』 を読む」を各地で 実施	1,000円 3,500円(500円×7 回) *別途、テキスト資料代 1,000円	15名 18歳以上 筆記用具
49	【合気講座】合気の原理を公開(全10回) 箸を持ち上げる力で、相手を転がせる。前回参加者16名は即できました。気持ちのよい感動の声。吟詠、舞、ダンス、歩き方、護身、介護、精神統一などにも役に立ちます。	中丸学習センター 4/8(水)・15(水)・22(水)・ 5/13(水)・20(水)・27(水)・ 6/3(水)・10(水)・17(水)・ 24(水) 14時～16時	大野 朝行 ・魂合気研究会主 宰 ・http://www.tamaa iki.com/	1,000円 2,000円(200円×10 回)	10名 18歳以上 動きやすい服装

B日程【7～9月に講座開始されるもの】※申込期間：3月2日（月）～6月12日（金）必着

No.	講座名 内容	会場 講座日時	講師	学苑運営費【前期】 受講料、その他	定員・対象 持ち物など
50	【合気講座】合気の原理を公開(全10回) 箸を持ち上げる力で、相手を転がせる。前回参加者16名は即できました。気持ちのよい感動の声。吟詠、舞、ダンス、歩き方、護身、介護、精神統一などにも役に立ちます。	中丸学習センター 7/1(水)・8(水)・15(水)・ 22(水)・29(水)・8/5(水)・ 19(水)・26(水)・9/2(水)・9(水) 14時～16時	大野 朝行 ・魂合気研究会主 宰 ・http://www.tamaa iki.com/	1,000円 2,000円(200円×10 回)	10名 18歳以上 動きやすい服装
51	【写真アルバム講座】とびっきり楽しいスクラップブック キング(全2回) 写真を切る、貼る、コメントを書き、飾るの手順で今まではない素敵なアルバム作りをしてみませんか。はじめての方歓迎です。	中央地域学習センター 9/7(月)・14(月)10時～12時	布川 弘子 ・市内小学校、公 民館で講座開催 ・自宅教室にて開 催中	1,000円 1,000円(500円×2回) *別途、材料費1,500 円	15名 18歳以上 同じテーマ(夏休み、 旅行、ペットなど)の 写真7～10枚、練習 用写真1枚、はさみ
52	【自分史講座】自分史作成要領とルーツ探求研究 (全4回) 優れた方達になお自分史作成や家系ルーツの探求著作は容易ではありません。本講座はそれを可能とするものであります。	文化センター 9/5(土)・12(土)・19(土)・ 26(土)13時～14時30分	熊谷 慶夫 ・郷土史アシストと して講座発表 ・著書「安芸山県熊 谷氏誌」等	1,000円 2,000円(500円×4 回) *別途、材料代 2,500円	15名 高校生以上 筆記用具
53	【韓国語講座】もともと韓国(全10回) 基礎から日常会話を中心に学びます。ちよつと話ができれば旅行も充実。韓国の歴史、文化に触れ、韓国通になりましよう。	文化センター 7/9(木)・16(木)・23(木)・ 8/6(木)・20(木)・27(木)・ 9/3(木)・10(木)・17(木)・ 24(木) 10時～12時	鈴木 輝昭 ・韓国の歴史文化 に興味を持ち数十 回の訪韓を短期留 学を経験	1,000円 5,000円(500円×10 回) *別途、材料費 1,200円	15名 一般 筆記用具
54	【お箏教室】日本の和を奏でる楽しいお箏教室 (全4回) お箏を弾いてみたいけど、なにか難しそうと思っている方、チャレンジしてみませんか？椅子でのお稽古です。	公団地域学習センター 9/1(火)・8(火)・15(火)・29(火) 10時～12時	大島 昭子 ・生田衛藤流大師 範 ・北本市、他市の 小中学校の音楽授 業	1,000円 3,000円(500円×6回) *別途、材料費3,000 円	10名 20歳以上 お箏、爪、譜見台(持 っている方)
55	【健康講座】守ろう！私たちのからだ・子ども・ペット (全2回) 国が有害と指定した化学物質が身近な日常生活の中で使われています。実験や表示による見分け方を通し健康被害を防ぐと共に心地よい生活をいたしましょう。	中丸学習センター 9/1(火)・8(火) 9時30分～11時30分	西川 裕美 ・日本消費者連盟 洗剤部会会員 ・ダイオキシン環 境ホルモン対策国 民会議会員	1,000円 1,000円(500円×2回) *別途、教材費100 円	20名 20歳以上 タオル、筆記用具

※高校生以下の学苑運営費(1,000円)は免除です。

新規市民教授希望者説明会

市民大学きたもと学苑では、平成21年度後期講座(平成21年10月～平成22年3月に開催の講座)に向け新たな市民教授の募集を行うため説明会の開催を予定しています。興味関心のある方はご出席下さい。詳しくは広報6月号をご覧ください。

編集・発行

市民大学きたもと学苑事務局
〒364-8633 北本市本町1-111
(北本市教育委員会生涯学習課内)
Tel 048-591-1111 (内線2461)
048-594-5567 (直通)
Fax 048-593-5985

平成21年3月1日 発行

市民大学きたもと学苑

“キタガク”ホームページ

キタガク

検索

詳しい講座の案内や、市民教授の紹介、キタガクトピックスなど詳細に載せていますので是非ご覧ください。