

平成25年度 後期（12月～3月）「りぶら講座」一覧表

11月21日（木）
受付開始

りぶらから、学びのはじめの一步。楽しく学んで、楽しく教えよう！

岡崎市&りぶらサポータークラブ（岡崎市生涯学習シンクタンク）

受講を希望される方は、りぶら市民活動センター（23-3114）にお申し込みください。定員になり次第締め切ります。教材費は当日徴収します。

【受講のマナー】					【注意事項】					
<ul style="list-style-type: none"> 申込み後に参加できなくなった場合には、必ずキャンセルの連絡を入れてください。 他の受講者の迷惑になりますので、講座中の不要な会話、私語は控えてください。 携帯電話はマナーモードで。通話をする場合は退室してからにしてください。 同じテーマの講座でも、講師や受講される皆さんによって教える内容や、教え方は様々です。 ただ聞いておくだけでなく、積極的に講座に参加してください。 個人的な質問は、講師が許した時を除いて、講座終了後に問い合わせてください。 					<ul style="list-style-type: none"> りぶら講座は「お試し」的な講座のため、次の段階の学びができる講座や活動を講師から紹介されます。それらの講座は、市の主催から離れますので、受講・参加については、事前に何をするかを確認したうえで、自己責任に基づいて判断してください。 講座終了後の片付けは、講師と受講者の皆さんでお願いします。 					
開催日	時間	会場	氏名	講座名	内容	教材費	定員	対象	持ち物	
12/5（木）	13:30～15:00	会議室101	武林美江	色を楽しむ講座（和伽）	暮らしの中に色を取り入れる事を楽しく学びましょう。	500円	20		色えんぴつ、筆記用具	
12/6（金）	10:00～11:30	和室	青山晃子	わらべうたベビマ&よちよち手話（こどものもり）	ママも楽しく歌ってベビマ&ストレスフリーの子育てに3カ月から始めるベビーサイン。	500円	20	女性（子連れ可）	筆記用具	
12/9（月）	10:00～11:30	会議室101	小霜紗悠美	家系図から読み解く深層心理学	家系図を描いて、あなたのルーツや深層心理を読み解いていく講座です。		30		筆記用具	
12/9（月）	13:30～15:00	会議室101	新海真二	岡崎城下二十七曲考（岡崎きり隊）	何の為に、このような曲角の多い道を作ったのか。本当に曲角は27箇所あるのか。		30			
12/9（月）	10:00～11:30	和室	峯澤叶美	生活テーマとしての茶の湯（表千家）	日々の暮らしの中で、合理的・美的、かつエコな生活をするために気づくことなど。	300円	10		白ソックス、あれば襪紙一式	
12/10（火）	10:00～11:30	会議室101	富田武司	間違えだらけのLED交換！（社団法人照明学会 照明コンサルタント）	LEDの弱点や優れた所を、照明の専門家がズバリわかり易く説明します。目から鱗の話も。		20		筆記用具	
12/10（火）	10:00～11:30	会議室103	栗野佳浩	対人関係がもっと良くなる講座（すまいるすてっぷ）	実践心理学を使って、職場・家庭・友人・恋人などの、円滑な会話・雰囲気作りに気付く。		63		筆記用具	
12/10（火）	13:30～15:00	会議室101	荒河紀江	暮らしの作法と折形（装賀礼法研究会、装賀きもの学院）	小笠原流礼儀作法で学ぶ、正月の迎え方と鶴のお年玉包み。	300円	20		ハサミ、カッター、定規	
12/10（火）	16:00～17:30	会議室101	鈴木義明	始めてみよう！トランプマジック（名古屋奇術愛好会）	トランプをつかって、不思議なマジックを覚えましょう。		20		紙製のトランプ（100円トランプ可）	
12/12（木）	13:30～15:00	スタジオ1	村松美智子	深い呼吸を意識して健康作り（楊名時八段錦太極拳大空会）	一歩ふみ出し、仲間の方と一緒に楽しく身体を動かしましょう。心、息、動の心。		25		水分補給、体育館シューズ	
12/17（火）	10:00～12:30	調理室	富田武司	アンティーク食器で愉しむ台湾茶（アンティークとお茶の店茶楽 店主）	西洋アンティーク食器で台湾高級茶を愉しむ、ちょっとリッチでためになるお茶の時間。	1,000円	8		筆記用具	
12/19（木）	10:00～11:30	会議室101	藤城幸江	ブリザードフラワー	お正月のアレンジを楽しんでいただけます。	3,000円	10		ワイヤーの切れるハサミ、持帰り用紙袋	
12/19（木）	13:30～15:00	会議室101	山本美江子	納得！本物の免疫力アップ	本物の免疫力を知って病気知らずに。本当に健康になりたい方への目からウロコ情報です。	50円	20		筆記用具	
12/22（日）	13:30～15:00	スタジオ6	内藤すみゑ	絵本と歌を活用した楽しい譜読み（公財）音楽文化創造 生涯学習音楽指導員研究会ネットワーク・愛知）	絵本から子どもの心に音関係をイメージさせ、楽譜と鍵盤の一致を歌とドリルで学びます		10	5才～3年生	筆記用具、色えんぴつ、靴下着用	
12/24（火）	13:30～15:00	会議室101	鶴見幸子	押し花シール作りながら台湾茶（台湾真儀の部屋）	押し花シール作りながら台湾茶と紅茶を飲み、一緒に楽しい時間を過ごします。	1,000円	10		ピンセット	
12/26（木）	10:00～11:30	会議室101	ARISA	kidsチョークアートぶち体験（モノークチョークアート協会）	オイルパステルと指で描くPOPなアート。黒板に色ぬり&お絵描きしてみませんか？	600円	15	4才～中学生：小学生未満は保護者同伴		
1/7（火）	10:00～11:30	会議室101	青山晃子	ママのためのチャイルドケア（こどものもり）	ハーブ・クレイ等を用いたホームケアについて。ベビーとパパをママが癒やしましょう。	1,000円	20	女性（子連れ可）	筆記用具、持ち帰り用袋	
1/7（火）	10:00～11:30	会議室103	磯村修司	自分の相続はどうなるのか？（愛知県行政書士会 一般社団法人コスモス成年後見サポートセンター）	自分の死後、どの様な相続になるのかを推測し、とるべき対策を考えます。		40	高校生以上	筆記用具	
1/9（木）	13:30～15:00	スタジオ1	竹野文子	美しい姿勢を保つストレッチ（公益社団法人日本3B体操協会愛知県支部岡崎グループ）	身体を支える筋肉を、気持ち良く伸ばして鍛える。		20	中高年の男女	ストレッチ用敷物・お茶または水	
1/14（火）	10:00～11:30	会議室103	安形カヨコ	整膚美容健康法（世界整膚連盟整膚美容師）	皮膚をやさしく引っ張って、美肌と健康を手に入れます。整膚の基本手段を学びます。	50円	18	女性	筆記用具、手鏡	
1/14（火）	13:30～15:00	103会議室	鈴木修一郎	「法テラスってなあに？」（日本司法支援センター愛知地方事務所三河支部（法テラス三河））	年齢層を問わず市民の方を対象に、法テラスとその利用方法を紹介する座学講座です。		30			
1/16（木）	10:00～11:30	会議室101	濱田順子	社会貢献とNPO（行政書士）	社会貢献の方法のいろいろと、今話題のNPOの作り方について、やさしく解説します。	100円	30		筆記用具	
1/16（木）	13:30～15:00	会議室101	布藤俊武	マジック（市民センター 定期講座講師）	誰にも出来る初心者向けの簡単なマジックを、5種類前後行います。	300円	20		筆記用具	
1/16（木）	13:30～15:00	和室	藪田美紀子	冥想入門講座（如来冥想道 禅の会）	用意するものはこの身ひとつ。贅沢な時空間を味わいましょう。		10		昼食は12時前に済ませて参加ください	
1/17（金）	13:30～15:00	101会議室	富田武司	今でしょ！自分の家系図を作る。（アンティークショップ アムトラック）	公文書保管期間が切れる前に、江戸時代～我家の家系図作りにチャレンジした体験の話。		20		筆記用具	
1/19（日）	13:30～15:00	会議室102	中村克美	丹田呼吸健康法（公益社団法人 調和道協会）	初めての人を対象に、丹田呼吸健康法を説明・実修し、呼吸法のよさを知っていただきます。		15		運動しやすい服装	
1/23（木）	10:00～11:30	会議室101	千賀真理子	自分の楽しい居場所を考えよう！	親子と高齢者の楽しいコミュニケーションのひとつをすこし、自分の居場所を考える。		20			
1/23（木）	13:30～15:00	会議室101	呉真儀	台湾茶芸、台湾茶と文化を楽しむ（台湾真儀の部屋）	台湾茶を飲みながら、台湾文化と交流をします。	700円	15			
1/24（金）	10:00～11:30	会議室103	星野あゆみ	心を癒す。パッチの花療法体験（NPO日本ヒーリング音楽協会）	パッチ博士が開発した花療法で心を癒し、体の自己免疫力や自然治癒力を高めましょう。	1,000円	10		筆記用具	
1/24（金）	19:00～20:30	会議室103	高間栄子	世界に飛び出せ子どもたち！（言語交流研究所ヒッポファミリークラブ）	10歳からの大冒険！親元から離れ異文化にどっぷり浸かるホームステイ。その様子と体験。			親子10組		
1/27（月）	10:00～11:30	会議室101	鷺田直美	押し花（ふしぎな花倶楽部）	押し花で自分だけの作品を。はじめての方でも、楽しくわかりやすい講座です。	3,000円	20		新聞紙5枚、紙を切るハサミ	
1/30（木）	10:00～11:30	会議室101	成瀬智子	家族関係心理士に学ぶ心理法則（NPO法人ファミリーカウンセリングサービス）	この心理法則を用いて、子育て・子育てのポイントを学びましょう。	500円	40		筆記用具	
1/30（木）	13:30～15:00	スタジオ1	西本岳幸胡	オカリナ演奏体験講座（岡崎 オカリナ合奏団）	オカリナ楽器の説明と演奏の仕方を楽しく学び、当日は簡単な曲が吹けるようになります。	50円	10		ハンカチ、筆記用具	

平成25年度 後期（12月～3月）「りぶら講座」一覧表

11月21日（木）

受付開始

りぶらから、学びのはじめの一步。楽しく学んで、楽しく教えよう！

岡崎市&りぶらサポータークラブ（岡崎市生涯学習シンクタンク）

受講を希望される方は、りぶら市民活動センター（23-3114）にお申し込みください。定員になり次第締め切ります。教材費は当日徴収します。

	開催日	時間	会場	氏名	講座名	内容	教材費	定員	対象	持ち物
35	2/1（土）	10:00～11:30	会議室101	高宮文治	エッセシャルオイルの実感講座 （高宮治療整体）	年齢を重ねても、いつまでも若々しくキレイで健康でいたい女性の願いが実感できます。		15		タオル、筆記用具
36	2/1（土）	13:30～15:00	会議室101	西本幸生	正しい姿勢で生活習慣病の予防！ （日本成人病予防協会）	骨格の歪みから起こる慢性病を知り、正しい姿勢の作り方を学び、生活習慣病を予防する。		10		
37	2/1（土）	13:30～15:00	会議室103	杉浦豊	スクエアダンス体験講座 岡崎ファミリースクエアダンスクラブ）	スクエアダンスは体と頭を使うとても楽しいダンスです。小学生からできます。		10	小学生から60代	
42	2/4（火）	18:00～19:30	スタジオ1	廣中吉男	カクシャク人生共志通（きょうしつ） （財）健康・生きがい開発財団	日時・会場が変更になりました。		20	中高年男女	軽い体操のできる服装
38	2/8（土）	10:00～11:30	会議室101	加納数正 梅田直宏	体の不調の原因は骨盤の歪みかも （医）日本成人病予防協会）	骨盤が歪むと様々な症状を引き起こすと言われています。肩こり、腰痛にお悩みの方は是非。		10		タオル、施術のできる服装
39	2/9（日）	13:30～15:00	会議室102	池田千恵	じょうずな相続 （愛知県司法書士会所属）	気にはなるけど、なかなか聞けない相続の話。遺言や「争族」対策を具体例からお話します。		30		筆記用具
40	2/10（月）	10:00～11:30	会議室101	ARISA	ぬり絵感覚！チョークアート体験 （モニークチョークアート協会）	オイルパステルと指を使って色をぬる黒板アート。絵が苦手な方でも楽しめるアートです。	600円	15		
41	2/10（月）	13:30～15:00	会議室101	市川敏雄	元気の出る話	20年間継続した5,800回登頂達成の村積山登りの体験を通じて、健康保持と元気の秘訣を。		30		
43	2/17（月）	10:00～11:30	会議室103	相川有美	美声のためのハーブ&アロマ講座 （香りの創造空間Aroma veil）	美声のためのボイストレーニング体験と、のどのためのハーブ&アロマ活用術の紹介。	600円	10		筆記用具
44	2/18（火）	10:00～11:30	会議室103	平賀文子	大人のピアノ	一人一人のレベルに合わせて、弾きたい曲を指導します。		7	高校生以上	あれば弾きたい曲、弾いたことのある曲の楽譜
45	2/18（火）	13:30～15:00	会議室103	棚橋精泰	詩吟をいっしょにやりましょう （岳精流日本吟院三河岳精会）	古今の素晴らしい詩（漢詩）を朗詠する。和歌・俳句・新体詩も吟じられます。		20		筆記用具
46	2/20（木）	16:00～17:30	会議室101	竹内栄重	ゴム動力飛行機のご紹介 （中部フリーフライトクラブ）	ゴム動力機の歴史・特徴としくみ・やさしい飛行の理論・作り方と飛ばし方。		10		
47	2/21（金）	19:00～20:30	会議室101	渡辺正司	300文字小説、文学の書き方。 （プラクティブ・カフェ）	300文字以内で書く小説・エッセイ・物語などの書き方。	200円	15		筆記用具
48	2/25（火）	13:30～15:00	会議室101	ケーシーシャ	アロマ体験とヒマラヤコーヒー	アロマ体験をしながら、ネパールのヒマラヤコーヒーを飲み、楽しみましょう。	500円	20		
49	2/27（木）	13:30～15:00	会議室101	加納数正 西本幸生	誰にでもできる整体技術入門!! （JCA日本カイロプラクティック連合会）	ご家族/友人にすぐに使える、安全で簡単な技術です。肩こり・腰痛に誰にでも使えます。		4	女性または男女ペア	タオル、施術のできる服装
50	2/28（金）	10:00～11:30	会議室101	鈴木陽子	プリザーブドフラワー （スタジオ・ソレイユ・フルール主宰）	初心者の方も楽しんでできる、プリザーブドフラワーを使用した作品作り講座を行います。	3,000円	7		ピンセット、ワイヤーハサミ、セメダイン、持帰り袋
51	2/28（金）	13:30～15:00	会議室101	呉真儀 柴田邦子	台湾料理と薬膳一品の試食会 （台湾呉真儀の部屋）	台湾料理（豆干）・ウーロン茶たまご・薬膳料理を一品楽しむ試食会。	1,500円	15		
52	2/28（金）	19:00～20:30	会議室101	J・J伊藤	英語力もお金もいらない海外旅行 （旅マックス）	海外旅行研究家が、初心者でもできる安全でお得な旅のノウハウ（ウラ情報）を紹介します。	200円	25		筆記用具
53	3/2（日）	13:30～15:00	会議室101	鈴木素夫	“追憶” 村山槐多・近藤孝太郎	岡崎生まれで同年の二人の天才芸術家村山槐多と近藤孝太郎。その生涯と作品を紹介する。		20		
54	3/2（日）	13:30～15:00	会議室102	中野未生	タッピングタッチ （うれしい楽しい大好きおかざき笑いクラブ）	指先の腹で左右交互に軽く弾ませるように相手の背中等をタッチするシンプルなケアです。		20	精神疾患のある方除く、子連れ可	
55	3/3（月）	13:30～15:00	会議室101	小野田亜由美	名前の文字に親る心理学のぼかん （東海のぼかん）	えー!? ホント? 名前の文字にその人の世界観が表れます。感情ではなく理性で対応!	300円	10		筆記用具
56	3/4（火）	10:00～11:30	会議室101	富田武司	リフォーム不要! 照明で別空間を （社団法人照明学会 照明コンサルタント）	照明を替えるだけで、今のお部屋が別空間に演出できて省エネにもなる、おいしい話。		20		筆記用具
57	3/4（火）	13:30～15:00	会議室101	永松美一	最高の贅沢な暮らしをお教えます。	セミナー受講3,800回。読書量3年間で1,000冊読破。自己実現でいっぱいです。		20		
58	3/6（木）	13:30～15:00	会議室102	呉真儀	台湾語講座と台湾お菓子楽しむ会 （台湾呉真儀の部屋）	台湾のお菓子を食べながら、台湾語講座（簡単なあいさつなどから～）。	500円	20		
59	3/9（日）	13:30～15:00	会議室103	中並房子	ヴォイス&カラオケ講座 （中並カラオケ教室）	ヴォイストレーニングで声と歌がプロ用になります。くり返し歌って1曲覚えましょう。		50		えんぴつ
60	3/9（日）	16:00～17:30	会議室103	檜垣隆司	ラウンドダンスの体験 （岡崎ラウンドダンスサークル）	軽快な音楽に乗って、頭と体の運動になるラウンドダンスの初心者向け体験講座。		20	10～60代	
72	3/9（日）	16:00～17:30	会議室102	長坂 進 加藤秀美	電力の地産地消・省エネライフ （岡崎市地球温暖化防止隊）	追加講座です。		48		
61	3/11（火）	10:00～11:30	会議室101	井坂勝美	色育講座 （イメージアップ）	色の力で育てよう、集中力・想像力・人間力。 http://image-up.net	500円	20	4才～90才	色えんぴつ
62	3/11（火）	10:00～12:30	調理室	千賀真理子	介護食ゼラチン寒天料理 （市民センター 定期講座講師）	かんたんな介護食をつくってみませんか。そこから、介護食とは何かを考えましょう。	300円	20		
63	3/13（木）	13:30～15:00	スタジオ1	神戸哲男	スクエアダンスで遊ぼう （岡崎スクエアダンスクラブ）	スクエアダンスはアメリカ生まれの歩くダンスです。身体と頭を使い、楽しみましょう。		16		
64	3/14（金）	10:00～11:30	会議室103	中根良一	映画「泣きながら笑う日」を見る会 （岡崎保護区BBS会）	坂本九・大谷直子主演の映画で、聴覚障がい児を育てる、その姿をつづる。		50		
65	3/14（金）	13:30～15:00	会議室101	富田武司	家に有る軽トラが即キャンパーに （アンティークとお茶の店茶楽 店主）	軽トラキャンパーで北海道・東北を回りました。車造りから途中出会った人たちの話。		20		筆記用具
66	3/22（土）	10:00～11:30	創作室	みーおん	笑いヨガ （うれしい楽しい大好きおかざき笑いクラブ）	笑うとからだがかわる。気分がかわる。行動がかわる。笑いヨガで元気を作ろう!		15	術後3カ月以内の方、妊婦を除く	タオル、水分、動きやすい服装
67	3/23（日）	10:00～11:30	スタジオ6	中村和子	一般対象：はじめての耳コピー （音楽&piano教室）	音楽の、いろいろな聞き分け方と、それを楽譜に書くための入門		8	一般	鉛筆HBかB
68	3/25（火）	10:00～11:30	会議室101	鶴田郁夫	あなたも今日から、プチ写真家! （日本写真協会 T&Tワークショップ、光のえんぴつ）	カメラの使い方から表現まで、自由にのびのび、貴方らしく楽しむ写真を目指します。		15		写真10点程（L版以上）、筆記具
69	3/25（火）	13:30～15:00	会議室101	神谷まゆみ	コミュニケーション色彩心理学	色と心の関係性を知り、あっと驚く色の活用法を楽しくお伝えします。		20		筆記用具
70	3/25（火）	13:30～15:00	会議室103	山本芳輝	詩吟 （詩吟サークル芳輝会）	腹式呼吸で発声練習の後、「富士山」を全員で練習します。希望者は個人発表を。		40		筆記用具
71	3/27（木）	10:00～11:30	スタジオ6	中村和子	小・中学生対象：はじめての耳コピー （音楽&piano教室）	音楽の、いろいろな聞き分け方と、それを楽譜に書くための入門		8	小・中学生	鉛筆HBかB