

3月17日(木)
受付開始

平成28年度 前期(4月～7月)りぶら講座一覧表

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。
初めての参加者を優先的に受け、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】

- ・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。
- ・ただ聞いているだけでなく、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。

【注意事項】

- ・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、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。
- ・講座の内容は、市の考えを表すものではありません。
- ・講座中の受講者の不慮の事故・怪我等につきましては、市民活動総合補償保険の適用の範囲内での補償は受けられますが、範囲外の内容については、市および講師は一切責任を負いません。(市民活動総合補償保険について、詳しくは岡崎市ホームページの「暮らし→相談・労働・市民活動→市民活動→市民活動総合補償保険制度」をご覧ください。
- ・「託児あり」の表記のある講座のみ託児を受け付けます(別途700円)。講座の1ヶ月前よりお申し込みください。(先着順)
- ・最新情報はHPをご覧ください

りぶらから、学びの一步。



主催:りぶらサポータークラブ 協力:岡崎市

NO.	開催日	時間	会場	講師	講座名(所属)	内容	教材費	定員	対象	持ち物
1	4月10日(日)	10:00～11:30	スタジオ1	藤原希恵	やさしいヨガ (楽趣味倶楽部ヨガ認定講師)	ストレッチ、呼吸法、体力作り、ポーズ、瞑想法		25		ヨガマットなどの敷物、飲み物、汗拭きタオル
2	4月11日(月)	10:00～11:30	会議室101	築山知世	コラージュでやりたい自分発見 (魅RAKU流)	絵や写真を切り取り貼りつけるだけで、自分の心が見えてくる。コラージュ療法体験。		20	中学生以上	ハサミ、のり、切り抜いても良い雑誌2～3冊
3	4月11日(月)	10:00～11:30	スタジオ1	浅岡由希子	ことばをうながす発語音楽療法♪ (きらめき音遊空間☆RIRI)	楽しく言葉を伸ばす堀田メソッドの体験(1～3才)歌えれば話せる!の最短コース		親子15組	言葉の心配のある未就学児親子	
4	4月11日(月)	13:30～15:00	会議室101	磯村修司	「遺言があれば」を考える (愛知県行政書士会)	遺言書は争い防止の重要な手段となります。法的知識を知ること大切なお話です。		20	高校生以上	筆記具
5	4月11日(月)	13:30～15:00	会議室103	中野由加	タイ式ヨガ・ルーシーダットン	冷えやむくみ、コリの改善!自律神経も整える!タイ伝統の体操で健康な体づくり!!		10	妊婦・子連れは不可	水分、フェイスタオル、ヨガマット又はバスタオル
6	4月14日(木)	13:30～15:00	スタジオ1	三田淳子	さあはじめようフラダンス (ナ・ブ・ア・ハリア アロハ)	ストレッチから始まり、ハワイアンミュージックにあわせて体を動かします。		15	女性	動きやすい服装あればバウスカート(7練習用功)、水分、タオル
7	4月16日(土)	10:00～11:30	スタジオ1	内藤すみゑ	深く音楽を理解し、楽しむために。 (公益財団法人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)	楽譜を理解するために、譜読み・リズム・楽典の基礎を学び、音楽的な自立の第一歩を。		10	小学生高学年(4～6年生)	筆記用具、色えんぴつ、靴下着用
8	4月16日(土)	13:30～15:00	スタジオ1	後藤千枝	楽しいミュージックベル (ベルクラブYN)	文部省唱歌「故郷」を練習します。楽譜を読めなくても大丈夫です。	200円	12	小学生～大人親子可	色鉛筆
9	4月17日(日)	10:00～11:30	和室	十亀妙子	動ける体づくり (健康づくりリーダー)	感じて動くからだの不思議体験!健康元気でいる為に!新しい話題の健康法です。	500円	20		タオル1本、清潔な靴下、動きやすい服装
10	4月23日(土)	13:30～15:00	会議室103	八木良一	福沢諭吉と岡崎 (岡崎三田会・愛知県行政書士会岡崎支部)	福沢諭吉と食事(特に八丁味噌)について、また宗教(仏教とキリスト教の話)と岡崎の話。		63		
11	4月23日(土)	16:00～17:30	会議室103	長田知之	メンタルメンテナンス	感情をコントロールする方法を学んでいく講座です。		40		筆記用具
13	4月24日(日)	19:00～20:30	会議室103	安形カヨコ	整膚つまみでアンチエイジング!	自分の指だけで簡単にできる美容&健康法。美肌だけでなく、目の疲れや冷えにも効果的です。	100円	12	女性	手鏡、筆記用具
14	4月25日(月)	10:00～11:30	会議室101	吉澤公美	健康できれいになるダイエット	運動や食事制限をしてもやせない方。正しいダイエットを学びませんか。		20	18才以上女性託児有	電卓、筆記用具
15	4月25日(月)	13:30～15:00	会議室101	新海眞二	幕末維新 岡崎藩士の足跡 (岡崎きりぎり隊)	佐幕派の藩士が脱藩し、旧幕府軍の遊撃隊に加わった。その足跡を追ってみたい。		25		
16	4月28日(木)	10:00～11:30	会議室101	佐藤詠子	旅行英会話 (スイート英会話)	リスニングの訓練と旅行先での会話など、知っていたほうが良いアドバイス等。		30	18歳以上大人	筆記用具
17	4月28日(木)	13:30～15:00	会議室101	高宮文治	メスのいらぬ美容整形を実感! (高宮治療整体)	幹細胞化粧品で、たるみ・クマ・小じわ等を改善し、リフトアップ、小顔、体感講座。	200円	15		フェイスタオル
18	4月28日(木)	13:30～15:00	会議室103	河内咲子 中村美帆	英語DE絵本	外国絵本をまるごと体験しませんか?読んで歌ってなりきって。クラフトもしますよ。	100円	15	未就学園児	
19	4月28日(木)	13:30～15:00	会議室301	西本幸生	正しい姿勢で若返りと元気な体を (カイロプラティック幸生堂)	正しい姿勢は美容と若返りの効果と共に、肩こり・腰痛・膝痛など体の不調予防です。		6		タオル1本
20	4月28日(木)	13:30～15:00	スタジオ1	西本京子	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		筆記用具
21	4月29日(金)	10:00～11:30	図書館西口	杉浦仁美	りぶらいきものみつけ隊 (りぶらサポータークラブ)	りぶら周辺の生き物を観察して季節の変化と、身の回りの自然を感じます。		20		あれば双眼鏡、筆記用具
22	4月30日(土)	10:00～11:30	スタジオ1	鈴木君星	サムライ体験・楽しい剣詩舞 (日本壮心流剣詩道君星会)	礼節を大切に基本動作から入ります。大和魂に触れ、体幹と集中力を鍛えます。		20	3才～80才・親子可	動きやすい服装、あれば足袋・男帯(角帯)
23	4月30日(土)	10:00～11:30	和室	小出さよみ	体験しよう!普段着のきもの (はじめの一歩きもの倶楽部)	難しい約束事は横に置いて、着物に触れてみませんか?思ったより簡単で快適ですよ。		10		筆記用具、あれば着物、長じゅばん、半幅帯、腰紐4本、タオル1～2本
24	5月2日(月)	10:00～11:30	会議室103	糟谷扶実	楽々エアロ&楽々フラ (fumi hana)	誰にでもできる有酸素運動。フラダンスの動きを入れたエクササイズ		30	託児有	運動のできる服装、水分補給できるもの
25	5月2日(月)	13:30～15:00	会議室103	水野久仁子	りんりん歌声サロン♪ (きらめき音遊空間☆RIRI)	皆さん集まって一緒に歌いましょう!童謡唱歌～昭和歌謡曲～現代まで。リクエストOK		40		
26	5月5日(木)	13:30～15:00	会議室101	いけがみたか子	アロマセラピーと透明MPソープ (アロマティック&ハンドメイド 石けんAROMAの温もり)	5月19日は「香育の日」。香り体験と溶かして固めて作って楽しいアロマソープ。	1500円	12	小学生以上(低学年は保護者の手伝い必要)	軍手
27	5月7日(土)	10:00～11:30	会議室103	鈴木義明	トランプマジック (名古屋奇術愛好会)	トランプ1組で、不思議な世界へご案内します。		15		紙製のトランプとマット
28	5月8日(日)	10:00～11:30	会議室103	中並房子	楽しいヴォイス&カラオケ講座 (中並カラオケ教室)	ヴォイストレーニングと新曲レッスン。今までとちがう歌い方と声を身につけよう		55		えんぴつ
29	5月9日(月)	10:00～11:30	会議室101	澤田由実	マイ美人カラーを見つけよう! (NPO日本パーソナルカラー協会)	美人の秘密は色にあり。好きな色と似合う色は別。参加者の似合う色を診断します。	600円	20		筆記用具
30	5月9日(月)	13:30～15:00	会議室101	石川修	iPhoneカメラを使おう! (デジカバソク教室はじめの一歩)	iPhoneのカメラのいろいろな機能を使い、実際に写真を撮りましょう!	500円	5	iPhone持参できる方	iPhone
31	5月10日(火)	10:00～11:30	会議室101	鈴木素夫	漱石没後百年によせて	今年は漱石没後百年。新発見資料に基づき、平成版岩波「漱石全集」の誤りを正す。		20		
32	5月10日(火)	16:00～17:30	会議室101	荒河紀江	暮らしの作法と折形 (装々きもの学院装々礼法研究会)	心を大切にしたい現代の儀式が、人と人をつなぎなおす手がかりになる。	300円	15		定規、はさみ、カッター
33	5月12日(木)	13:30～15:00	会議室103	神野修彰	マージャンってどうやるの? (日本健康麻将協会 岡崎支部長)	偶然性に富んだゲームのさわりを体験しましょう。		10	未経験者	
34	5月12日(木)	13:30～15:00	和室	峯澤叶美	茶の湯(表千家)	初心者・お試し・菓子等、どんな興味も歓迎。楽しんでみませんか。		10		あれば白ソックス懐紙
35	5月12日(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)	学校教育にも取り上げられている、頭を使って踊るスクエアダンスは誰にでもできます。		20		上靴
36	5月13日(金)	10:00～11:30	会議室103	神谷まゆみ	コミュニケーション色彩心理学	人間関係を色で視覚化し、楽しいコミュニケーション方法のヒントをお伝えします。		20		筆記用具
37	5月13日(金)	19:00～20:30	会議室103	キラ肌おかみ マスヨ	人気御礼!ハンドマッサージ教室 (日本エステティック協会認定エステティシャン)	プロのエステティシャンから、入門の技術を習えます。	1000円	10	女性	フェイスタオル1枚
38	5月14日(土)	10:00～11:30	会議室103	田中健二	人間関係を良くする傾聴入門講座 (おかざき傾聴の会)	よいお話相手になるために、傾聴の意味と意義を学びましょう。		40		筆記用具
39	5月16日(月)	10:00～11:30	会議室101	小霜紗悠美	子どもの心を知る	子どもの心の発達段階と、その時期の大人の関わりと悩みについて学ぶ講座です。		30	妊婦～学生を持つ方やその年齢の教育に携わる方・託児有	筆記具
40	5月17日(火)	10:00～11:30	会議室101	岡本由香里	四季を楽しむデコパージュ体験 (ラ・ラ・ブーケ)	紙と粘土を使い、季節にあったお花等の絵柄を好みに選んでつくっていただきます。	800～1300円	10		

NO.	開催日	時間	会場	講師	講座名(所属)	内容	教材費	定員	対象	持ち物
41	5月17日(火)	10:00～11:30	会議室103	加藤エリザベス	イギリスのママと英語で遊ぼう!	ダンス・絵本・しゃぼん玉・パペット・歌・パラシュートなどを使って遊びます。	500円	20	親子	
42	5月17日(火)	13:30～15:00	会議室101	加藤由里子	伝統工芸、木組みのいろいろ(有)かとう建築事務所のもの企画	昔から培われて来た伝統木造技術である木組みのいろいろを紹介いたします。		10		
43	5月17日(火)	13:30～15:00	会議室103	青山晃子	わらべうたベビーマッサージ	ママも楽しいわらべうたベビーマッサージと、産後の体をほぐすママヨガを楽しみましょう。	500円	20	2ヶ月～赤ちゃん と保護者	ヨガマット、バスマット ※ヨガマット貸出有、要連絡
44	5月17日(火)	16:00～17:30	会議室101	梅田真貴子	あなたの姿勢、大丈夫ですか? (日本姿勢科学学会)	姿勢と健康とは、深い関係があることをご存知ですか?元気でいられる秘訣、教えます。		10		
45	5月21日(土)	10:00～11:30	会議室101	栗野佳浩	心理的心をリラックスさせる方法 (すまいるすてっぷ)	心理学的要素を取り入れた心を、簡単にリセット・リラックスさせる方法を紹介いたします。		15		
46	5月21日(土)	10:00～11:30	会議室103	藪田七雄	土呂(福岡町)の名所・旧跡 (福岡学区文化財保存委員会)	福岡(土呂)学区内の13箇所に、土呂の遺跡(名所旧跡)の表示柱が建っている話。		45		
47	5月21日(土)	10:00～11:30	スタジオ1	峯村栄子	自彊術の会 (公益社団法人 自彊術普及会)	呼吸法に基づき全身を動かす31動作の体操。自然治癒力を高め健康を取り戻すことができます。		20		バスタオルなど敷物、体操のできる 服装
48	5月21日(土)	13:30～15:00	会議室101	梶村みどり	フラワーアレンジメント体験講座 (「花音」Kanon)	生花の扱い方から完成までのプロセスと色がもたらすセラピー効果等体験していただけます。	1000円	10	4年生以上	ハサミ(貸出可)作品持ち帰り用袋
49	5月23日(月)	10:00～11:30	会議室101	鈴木陽子	ブリザードフラワー講座 (スタジオ・ソレイユ・フルール主宰)	ご家庭に飾ってちょっとしたプレゼントにも、喜ばれるアレンジ製作を行います。	3000円	10	18才以上女性	ワイヤーの切れるハサミ、ピンセット、持ち帰り用の箱又は袋
50	5月23日(月)	10:00～11:30	会議室103	長坂利永子	親子おんがくタイム♪ (きらめき音遊空間☆NRI)	未就園児さん親子向けの音楽活動です。一緒に楽しいひとときを。(1～3才おススメ)		親子 20組	未就園児と パパママ	バスタオル
51	5月23日(月)	13:30～15:00	会議室103	深津智子	中高年こそ、やっぱり 아이폰	スマホを使ってみたい。でも何をどう選んでどう使ったらいいのか?お悩み解決します。		10	中高年50歳以上	もしあればご自身のiPhone
52	5月24日(火)	10:00～11:30	会議室101	丹羽敬忠	歌舞伎への誘い	歌舞伎十八番「勸進帳」を例に、歌舞伎の面白さ、楽しさを映像を交えて話します。		30		筆記用具
53	5月24日(火)	10:00～11:30	会議室103	千賀真理子	知って得する楽しい介護 (市民講師)	あなたにとって介護とは、介護を楽しくするためには、介護を知って得をしよう。		15		
54	5月26日(木)	13:30～15:00	スタジオ1	村松美智子	人との出会いを楽しみ健康づくり (楊名時八段錦太極拳大空会)	深い呼吸を意識することで、身体の中を活性化し、グループでの出会いも楽しめます。		35		水分補給、体育館シューズ
55	5月26日(木)	13:30～15:00	和室	藪田美紀子	冥想入門講座・静禅体験♪ (如来冥想道 禅の会)	体をほぐして心をほぐして、内から湧いてくる平安を味わいましょう。		13		
56	5月27日(金)	13:30～15:00	調理室	畔柳綾子	気軽にハーブティーを楽しみましょう (日本ティーコンシェルジュ協会)	ハーブの効能・ブレンドティーの作り方を学びます。茶葉の持ち帰りあり♪	500円	8		筆記用具
57	5月28日(土)	10:00～11:30	スタジオ1	相川有美	ソーシャルダンスエクササイズ (香りの創造空間Arora veil)	ソーシャルダンスの体験と簡単なエクササイズ、魅力UPの香り&ハーブティーの紹介	800円	10		バスタオル、フェイスタオル、動きやすい服装。
58	5月29日(日)	10:00～11:30	会議室103	天野美也子	ライフプランと資産運用 (野村證券株式会社岡崎支店)	インフレ・増税時代に向けての資産の守り方・運用法の基礎を解説いたします。		20		
59	5月29日(日)	13:30～15:00	会議室103	丸山泰男	さし木による苗木の作り方 (岡崎市地球温暖化防止課・代表) (日本盆栽協会・岡崎支部副支部長)	地球を温暖化する二酸化炭素を、吸収する植物の増やし方を実習する	300円	20	学童は保護者同伴	自分で増やしたい木があれば、その木の枝の切り口を湿らせて持参
60	5月29日(日)	16:00～17:30	会議室103	田中幸穂	エンディングノートの書き方 (ほのほの会)	初めての方でも書き始められるよう、丁寧にノートの選び方や書き方を紹介します。	100円	40		筆記用具
61	5月30日(月)	10:00～11:30	会議室101	堀栄恭子	魅力を引き出す幸せメイク講座 (メイトフェイスプロ・プロスベール上里)	いつものメイクにプラスするだけで、魅力をアップさせるコツをレッスンします。	300円	15	託児有	いつも使っているメイク道具、顔の映る鏡
62	5月31日(火)	10:00～11:30	会議室101	山本純子	ハーブと生花でフラワーケーキ (日本ハーブ振興協会)	ハーブと生花を使用して、お皿に香り立つフラワーケーキを作ります。5/29(日)締め切り	1000円	10		ハサミ、台拭き 直径18cmぐらいのお皿
63	5月31日(火)	10:00～11:30	会議室103	阿部啓子	短歌を作ってみませんか (中央市民センター自主講座「きさらぎの会」講師)	四季折々のこと・身のまわりのこと、日常生活のことを三十一文字に詠んでみよう。		20		筆記用具
64	6月2日(木)	13:30～15:00	スタジオ1	杉山美夜子	やさしいヨーガ (岡崎さわやかヨーガの会)	高齢者や初心者の方も、ヨーガでゆったりと身体を伸ばしてリラックスしましょう。		30	成人男女	ヨーガマット又はバスタオル
65	6月7日(火)	10:00～11:30	会議室101	伊藤ふで	カードを使った脳トレ"さーま85" (四字熟語かるた)	4cm各カードを使い、文字の並び替えてできる言葉を作る。		30	20歳以上の男女	
66	6月7日(火)	10:00～11:30	会議室103	上田孝子	ゆったりヨガでリラックス体験! (ニンヨウヨガ)	初心者の方でも大丈夫。呼吸法とやさしい動きで、こころとからだを解きほぐします。		10	女性	ヨガマット又はバスタオル
67	6月7日(火)	13:30～15:00	会議室101	河村利香	あなたの保険、使いこなして (ファイナンシャルプランナー)	今入っている保険、もっとムダなくもっと賢く使いこなす方法をお伝えします。		10		
68	6月7日(火)	13:30～15:00	会議室103	平賀文子	大人のピアノ	レベルに合わせて、弾きたい曲をご指導します。ピアノは脳トレに最適!初心者歓迎です。		7	高校生以上	あれば弾きたい曲の楽譜、今まで習った楽譜
69	6月9日(木)	13:30～15:00	スタジオ1	稲垣照子	りぶら太極拳(楊名時) (日本健康太極拳協会・師範)	心・息・動のゆったりとした動きと深い呼吸の八段錦・太極拳で健康維持、促進。		30		
70	6月13日(月)	10:00～11:30	会議室101	早川順子	シャドーボックス&デコパージュ (ラ・ラ・ブーケ)	シャドーボックスとデコパージュがどんな物かを知って頂く為のお手軽な体験会です。	800～1300円	10		
71	6月13日(月)	10:00～11:30	会議室201	板倉圭子	骨盤と顔の歪みはつながっている (日本カイロプラクティック連合会)	骨盤の歪みを整えると、顔の歪みも軽減!?生活の中で無理なく取り入れられる骨盤体操。		6	託児有	フェイスタオル、体操のできる服装
72	6月13日(月)	13:30～15:00	会議室101	倉橋靖人	ぬり絵と絵手紙 (岡崎美術研究所)	誰でも気軽にぬり絵を楽しく、また自由に絵手紙を書く事で脳全体の刺激と活性化に。		13	中学生以上	筆記用具とぬり絵の方は色鉛筆を持参して下さい。
73	6月14日(火)	10:00～11:30	会議室101	筒井千代	カラーで変身似合う色で魅力UP (Acree)	似合う色の見つけ方、似合うファッションの提案をします。	500円	20		筆記用具
74	6月18日(土)	10:00～11:30	会議室103	片桐眞理子	子育てママのための骨盤ケア (全国健康生活普及会)	産後の歪みやすい骨盤のケアの大切さを知って、歪みを整えて維持。骨盤調整の体験。		6	子育て中のママ、 パパの同伴も可	フェイスタオル、施術のできる服装
75	6月20日(月)	10:00～11:30	会議室101	小嶋馨	良質な睡眠があなたの元気を作る (日本カイロプラクティック連合会)	朝が辛い・枕コレクターになっている方、睡眠の質を向上させるためのコツを学ぼう		6	託児有	フェイスタオル、体操のできる服装
76	6月23日(木)	13:30～15:00	会議室103	田中秀幸	新しい書道の習い方 (東洋書芸院展)	人のまねを書くのではなく、自分の感じた文字を考えて書く新しい習い方		20		書道具
77	6月23日(木)	19:00～20:30	スタジオ1	野々山加奈子	夜のやさしいヨガ	深い呼吸とともに心身をほぐすヨガを、体験してみませんか?		10	中学生～50代男女	ヨガマット or バスタオル、動きやすい服装上下
78	6月30日(木)	13:30～15:00	スタジオ1	稲打智士	ゆる体操～心と体のリラックス～ (日本ゆる協会)	体をゆずって緩め解きほぐしていく体操です。心身がリラックスでき体が若返ります。		25		運動できる服装、ヨガマット等の敷物
79	7月4日(月)	10:00～11:30	会議室101	内田美音子	お手軽&簡単!シャドーボックス (ラ・ラ・ブーケ)	複数の絵を切り重ねて、イチゴの立体ペーパーアートの壁飾りを作ります。	1300円	10		
80	7月4日(月)	10:00～11:30	会議室103	高間栄子	世界の歌とことばで遊びましょ! (ヒッポファミリークラブ岡崎)	どんなことばでも吸収する力を持って生まれてくる赤ちゃん、一緒にどうぞ!		10組		
81	7月5日(火)	10:00～11:30	会議室101	星野安祐美	名前がわかる性格の傾向と生き方 (おむすび頭で健康な「ねむりな」スクール)	「氏名」は「使命」。名前には本当の自分を理解するヒントがいっぱいあります!		20		
82	7月11日(月)	10:00～11:30	会議室101	石川恵湖	ボールペン・筆ペン講座 (日本ペン習字研究会)	のし袋の氏名・書中見舞いの書き方のポイントを習う。(申込締切7/4(月))		20	託児有	ボールペン、筆ペン
12	7月16日(土)	13:30～15:00	会議室101	出口哲也	花サロン体験 (MOA岡崎健康生活ネットワーク)	手作り花器や生活雑貨を花器にして、気楽に花のある生活始めてみませんか。	500円	10		はさみ、ふきん2枚
83	7月19日(火)	10:00～11:30	会議室101	鈴木扇帆	ボランティア養成講座 (キャンパス岡崎)	ボランティアとは?心得は?みんなでボランティアについて話し合しましょう		10		
84	7月22日(金)	10:00～11:30	会議室101	稲垣利香	男性と女性の特質の違いを知る (魅RAKU流)	男と女でおきるミスマコミュニケーションの原因をお伝えします。	300円	40	大人	筆記用具
85	7月23日(土)	10:00～11:30	スタジオ1	鈴木尚子	パパとママのリズム体操 (公)日本3B体操協会	就園前の子供さんと、ママのリズムたいそう。パパもどうぞ。		20組		タオル、水分補給できるもの
86	7月25日(月)	10:00～11:30	会議室101	市川敏雄	俳句を遊ぼう	作品鑑賞を通して、俳句文芸の形体や約束ごとと特徴ある表現方法を学び、句作する。		15		筆記用具、できれば辞書歳時記等
87	7月25日(月)	13:30～15:00	会議室101	大井夏子	親子で一緒に作文教室 (あおたけの親子応援団)	大変な印象の作文を、親子の思い出の作文にするために、一緒に学びましょう。(小さいご兄弟も一緒に参加可)	100円	14組	小学4年生～ 中学1年生の親子	筆記用具
88	7月26日(火)	9:30～12:30	調理室	たかき千夏	夏休み親子食育教室★カレー作り (料理教室「スーリール」)	子供も食べられる辛さのスパイシーカレー作り。自由研究ネタや食育もありますよ♪(申込締切7/23迄)	3000円	親子 8組	就園児～小学生と、その親	エプロン、ふきん1枚、三角巾、お子様用上履き
89	7月28日(木)	13:30～15:00	会議室103	山本直美	おりがみ教室 (日本折紙協会)	ポロシャツの写真立てを作り、ハガキにヨットを折って貼り飾ります	150円	10	一人で折紙が折れる方	紙用ボンド
90	7月29日(金)	10:00～11:30	会議室101	布藤俊武	マジック	初心者の為の講座です。簡単マジックを覚えて人前で演じて驚かせて見ませんか。	200円	20		筆記用具