

教室 14 あなたに合った歩き方レッスン

講師 柳田 恵理子
会場 スコレーセンター
開催 11月26日、12月3日・10日(各土曜日)3回連続
時間 午後7時～8時30分 定員 8人 教料費 500円

免疫力アップのためには、正しく歩くことが大事です。健康のためのウォーキングも間違った歩き方では残念です。歩き方を学んで健康な体を維持していきましょう。講座は座学と歩き方のレッスンになります。くびれが出来るHow Toもお伝えします。1回目 座学と歩き方1、2回目 ストレッチ、呼吸法、歩き方2、3回目 ストレッチ、呼吸法、歩き方3

教室 15 トレーニングダンス

講師 半田 美恵子
会場 御坂体育館
開催 11月29日、12月6日・13日・20日(各火曜日)4回連続
時間 午前10時～11時30分
定員 各35人 教料費 500円

JポップやKポップに合わせた軽快なダンスに、トレーニング効果を効かせた動きを合わせ、シェイプアップを目指します。ゆっくり動いて筋力アップ、テンポアップして有酸素運動を楽しみましょう。

教室 16 石のはんこ体験教室

講師 渡邊 桃千
会場 スコレーパリオ
開催 11月30日、12月7日・14日(各水曜日)3回連続
時間 午後1時30分～3時30分
定員 10人 教料費 2,000円

石のはんこは多様性があります。絵画や書だけではなく、ハンカチ、シャツ、マスクにも押すことができます。自分の持ち物として愛着も増します。

教室 17 はじめてのかぎ針編み～マフラーを編もう！～

講師 小坂 フキ子
会場 スコレーセンター
開催 12月2日・16日(各金曜日)2回連続
時間 午前10時～11時30分
定員 10人 教料費 1,870円

2回の講座でマフラーを編みます。編み物に興味があった方など、この機会にかぎ針編みを始めてみませんか？この冬にお家でできる楽しみを見つけてみましょう。 ※見本あり

教室 18 はじめての切り絵

講師 深沢 あざみ
会場 スコレーパリオ
開催 12月6日(火曜日)1回連続
時間 午後1時30分～3時
定員 10人 教料費 1,300円

初めての方でも気軽にできる切り絵です。昆虫や動物をモチーフにし、カッターを使い切り絵をします。仕上がった作品はフレーム(127mm×178mm)に入れてお持ち帰りいただけます。講座後もご自宅でできる一式セット付です。 ※見本あり

教室 9 初心者草月流生け花教室

講師 春日居町文化協会 華道部
会場 あぐり情報ステーション
開催 11月9日・23日(各水曜日)2回連続
時間 午後1時～3時
定員 10人 教料費 1,800円

草月流は「いつでも、どこでも、だれでも」、そしてどんな材料でも活かされる事が特色です。気軽に生花を生活に活かすの彩を楽しみませんか。花器と剣山をお持ちでない方は申込用紙の選択項目欄に「レンタル希望」とご記載ください。

教室 10 初心者陶芸教室

講師 御坂町文化協会 陶芸部
会場 御坂地区陶芸施設
開催 11月10日・24日、12月1日(各木曜日)3回連続
時間 午前10時～正午
定員 15人 教料費 1,000円

皿、湯のみ、コーヒーカップ等、世界にひとつのオリジナルの作品を作ってみませんか。

教室 11 まっすぐ編みを楽しむ棒針編みレッスン

講師 権守 たまき
会場 学びの社みさか
開催 11月14日、12月5日・19日、1月16日・30日(各月曜日)5回連続
時間 午後1時30分～3時
定員 12人 教料費 4,000円

棒針でまっすぐ編みを楽しみましょう！かわいいボジエットと、重ね着にぴったりなベストを編みます。2カ月半の短期レッスンです。 ※棒針編み経験があり、編み図が読める方が対象です。8号～10号針使用予定。 ※見本あり

教室 12 貰おう！使おう！マイナポイント！

講師 デジタル活用支援員
会場 笛吹市役所 本館
開催 11月16日(水曜日)1回連続
時間 午前10時～11時30分
定員 8人 教料費 無料

マイナンバーカードとスマホを使って、お買い物で使えるマイナポイントの申込みをしてみませんか？マイナポイント第2弾(最大20,000円分付与)の仕組みや活用方法を学びながら申込みを行います。持ち物や事前準備の詳細は、後日ご案内します。

教室 13 クラフトペイントで雑飾りを作りましょう！

講師 わかさ ひさゆき
会場 スコレーパリオ
開催 11月24日(木曜日)1回連続
時間 午後7時～9時
定員 8人 教料費 1,500円

クラフトペイントは図案を転写して彩色をするので、初心者でも完成度が高い作品が出来ます。来年の干支はウサギなので、少し早いですがウサギの雑飾りを作って来年の雑飾りを楽しんでみませんか？ ※見本あり

受講者募集

令和4年度「笛吹市民講座」後期講座の申し込みが始まります



- コースがA～Cに分かれている講座は、同じ内容の講座を「日程」や「時間帯」などを変えて実施します。
- 一部講座では、使用教材の色や柄などの選択項目がありますので、申込書に記入してください。
- 【見本あり】とある講座は生涯学習課窓口またはホームページに完成品イメージがありますので、ご確認ください。右記QRコードをスマートフォンで読み込むとホームページにアクセスできます。
<https://www.city.fuefuki.yamanashi.jp/shogaigakushu/kosodate/shogaigakushu/shiminkoza.html>



教室 5 ちりめん細工布遊び～干支のウサギで新年を～

講師 清水 信子
会場 スコレーパリオ
開催 11月1日・8日・15日・22日(各火曜日)4回連続
時間 午前9時30分～11時30分
定員 10人 教料費 2,000円

ちりめんの布をチクチク。新年のご挨拶「兎」を作ります。来年の干支の「兎」が着物をまとい、とっても可愛いです。心穏やかに布遊びしてみませんか。 ※見本あり

教室 6 スクエアダンス ビギナーコース

講師 御坂町文化協会 笛吹スクエアダンスクラブ
会場 八代総合会館
開催 11月1日・8日・15日・22日、12月6日(各火曜日)5回連続
時間 午後7時～8時30分 定員 8人 教料費 無料

軽快なカンントリーダンスのメロディーにのって、パズルのように前後左右に動きながら踊るダンスです。年齢問わずに誰でも気軽に踊れて、脳トレ気分が楽しめます。世界中で踊られています。

教室 7 はじめての花ふきん

講師 竹下 真知子
会場 堺川総合会館
開催 11月1日・22日、12月13日(各火曜日)3回連続
時間 午後1時30分～3時
定員 12人 教料費 1,500円

昔は嫁入り道具の一つとして母から娘に持たせていた花ふきん。真っ白い晒(さらし)の布に糸糸で伝統柄を刺し、かわいい花ふきんをつくりたい。はじめての方も一緒にゆっくり楽しみましょう。 ※見本あり

教室 8 afternoon tea講座

講師 佐藤 尚美
会場 スコレーパリオ
開催 11月8日・15日(各火曜日)2回連続
時間 午後7時～8時30分
定員 8人 教料費 3,500円

紅茶やテーブルコーディネートを楽しみながら、afternoon teaのマナーなどを学びましょう。紅茶の試飲とスイーツ(お持ち帰り)付き。 ※HPにてイメージ写真掲載中

教室 1 彫刻アート「シャインカービング」～ハロウィンを楽しもう～

講師 矢崎 由紀
会場 スコレーパリオ
開催 10月18日・25日(各火曜日)2回連続
時間 午後7時～8時30分
定員 10人 教料費 2,000円

下絵の描かれた柔らかいビニルシートを彫刻刀でなぞるように彫ることによって、美しいガラス風の作品を生み出す彫刻アート「シャインカービング」。クリスタルに輝く作品でハロウィンを楽しんでみませんか。 ※見本あり

教室 2 オペラを知ろう・愉しもう～歌声とともに～

講師 小澤 美鈴
会場 あぐり情報ステーション
開催 10月19日・26日、11月2日(各水曜日)3回連続
時間 午後1時30分～3時
定員 10人 教料費 1,000円

元イタリアオペラ歌手講師による「オペラ誕生の秘話と歴史」「レアなオペラの歌声」「オペラの街・世界遺産の街などの映像」等を学べる、盛りだくさんのお楽しみ講座。美しい歌声とコラボする素敵なピアノ演奏も毎回聴けます。

教室 3 初めて創る「小品盆栽」

講師 丸山 泰弘
会場 スコレーパリオ
開催 10月22日(土曜日)1回連続
時間 午前9時30分～11時30分
定員 8人 教料費 1,500円

「小品盆栽」とは、10～20cm四方の可愛い盆栽。お部屋のインテリアにいかがですか。モミジ(高さ20cmくらい)を素材に、植えつけ方、枝の曲げ方、管理の仕方などを学び、小品盆栽を創ります。まったくの初心者向け講座。

教室 4 ハワイアンリボンクラフト～イリマネックレス～

講師 田沢 さちこ
会場 スコレーパリオ
開催 10月26日(水曜日)1回連続
時間 午後2時～4時
定員 8人 教料費 1,600円

2種類のリボンを重ねてなみ縫いをしてひねりながら、縮めてビーズなどを付けてネックレスを作ります。(約75cm)リボンはネイビー系、グレー系、ページュ系の3種類。ビーズは6通り当日に組み合わせを選んでいただけます。 ※見本あり

教室 34 ポールペンで綺麗な前が書ける教室

講師 佐藤 茂美 (会場) あぐり情報ステーション
 開催 (A)コース 11月17日、12月1日(各木曜日) 午前の部 2回連続
 (B)コース 11月17日、12月1日(各木曜日) 午後の部 2回連続
 時間 (A)午前10時～11時30分 (B)午後1時30分～3時
 定員 8人 (教材費) 500円

美しい文字にあこがれませんか？パソコンで文書を作るのが当たり前の時代ですが、文字を書く習慣はこれからもあります。クセ字も簡単に直りますよ。

教室 29 キノコの標本作り～ディスプレイ・ペーパーウェイト～

講師 佐野 良輔
 会場 スコレーパリオ
 開催 2月25日、3月4日(各土曜日)2回連続
 時間 午前9時30分～11時30分
 定員 10人 (教材費) 990円

乾燥してあるキノコを樹脂で固めてキノコ標本作りませんか。サンドペーパーで磨きかけた完成品は、お洒落なディスプレイやキノコ鑑賞グッズ・ペーパーウェイトに。※見本あり

教室 24 初心者アルトリコーダー教室

講師 春日居町文化協会 リコーダー部
 会場 春日居福祉会館
 開催 1月12日、2月9日、3月9日(各木曜日)3回連続
 時間 午前10時～11時30分 (定員) 10人
 教材費 楽器購入の方 4,000円、楽器持参の方 150円

アルトリコーダーは、体幹を意識して呼吸をコントロールすることで美しい響きが生まれる楽器です。音楽を楽しみながら健康になりますよ。楽器をお持ちでない方は税込3,850円でご購入いただけますので、申込用紙の選択項目欄に「購入希望」とご記載ください。

教室 19 日本の生活美学を見直す～もてなしの心を折る～

講師 飯田 多恵子
 会場 スコレーセンター
 開催 12月8日、2月9日(各木曜日)2回連続
 時間 午後1時30分～3時
 定員 8人 (教材費) 2,300円

おもてなしを通じて、日本人ならではの感性に基づく「生活の中の美学」を一緒に見直してみませんか？1回目：お正月に向けて「祝喜包み」と「體のお玉包み」 2回目：お祝い事の多くなる春に向けて「お祝い包み」「心づけ包み2種」「かしき2種」 ※見本あり

教室 35 アロマワックスサシェとボタニカルキャンドル

講師 関根 恵美香 (会場) 学びの杜みさか
 開催 (A)コース 11月22日・29日(各火曜日)昼の部 2回連続
 (B)コース 11月22日・29日(各火曜日)夜の部 2回連続
 時間 (A)午後2時～4時 (B)午後6時30分～8時30分
 定員 8人 (教材費) 3,000円

1回目：アロマワックスサシェ(火を使わずに香りを楽しむキャンドル)お花を使い、ボックス型の吊るせるタイプのものとお好きなアルファベット型の置き型タイプの2点のアロマキャンドルを作製申し込み時に作製するアルファベットを1つ記入してください。2回目：ボタニカルキャンドル(ドライフラワーや天然素材のものをワックス(蠟)に入れて作製。火を灯すこともできます) ※見本あり 計3点作成します。

教室 30 プロに教わる「和の料理教室」

講師 藤巻 辰仁
 会場 いちのみや桃の里ふれあい文化館
 開催 2月7日(火曜日)1回連続
 時間 午前9時30分～正午
 定員 20人 (教材費) 2,500円

寿司職人と一緒に巻き寿司や魚介を使用したレシピを楽しみましょう！
 ※料理は持ち帰りとなります。

教室 25 豊かな話し言葉が人生を変える

講師 長田 由布紀
 会場 スコレーセンター
 開催 1月13日(金曜日)1回連続
 時間 午後1時30分～3時
 定員 10人 (教材費) 500円

話し方で人の印象は大きく変わります。自分のことばで素直に気持ちを伝えることができれば、人とのコミュニケーションは素敵な時間になりますね。コミュニケーションと一緒に学びましょう。きっと新しい自分に出会うことができますはずですよ。

教室 20 クラフトバンドで丸カゴ作り

講師 カサイ ユウコ
 会場 学びの杜みさか
 開催 12月11日・18日・25日(各日曜日)3回連続
 時間 午後1時30分～3時30分
 定員 8人 (教材費) 2,000円

クラフトバンドは紙で出来ていて、特別な道具が無くても簡単に編めるので、初心者でも扱いやすいハンドメイド素材です。講座では部屋のアクセントになる丸くてかわいらしい丸カゴを作ります。材料は2つ以上作れる分量となっています。 ※見本あり

教室 36 発酵と麹を学ぶ～冬バージョン・味噌づくり～

講師 五味 洋子
 会場 スコレーパリオ
 開催 (A)コース 11月30日(水曜日)1回連続
 (B)コース 12月7日(水曜日)1回連続
 時間 午後1時30分～3時30分
 定員 各12人 (教材費) 3,100円

発酵と麹の学びの冬バージョン。お味噌の話聞きながら、味噌づくりを体験します。自家製味噌の魅力に迫りましょう。出来上がり4kgの容器入り味噌となります。

教室 31 初心者フォークダンス教室

講師 境川町文化協会 坊ヶ峯フォークダンス部
 会場 境川総合会館
 開催 3月2日・9日・16日・23日(各木曜日)4回連続
 時間 午後1時30分～3時
 定員 10人 (教材費) 無料

やさしい世界のフォークダンスをみんなで一緒に楽しみませんか。

教室 26 フライパンで「あんぱん」作っちゃおう

講師 鈴木 優加
 会場 スコレーセンター
 開催 1月17日(火曜日)1回連続
 時間 午前9時30分～11時30分
 定員 8人 (教材費) 500円

フライパンでできちゃう「あんぱん」づくり講座。たった2時間で、生地づくり・成形・焼くまでを学べます。お土産は、自分で作った「あんぱん」とパン生地。お家で復習しながら焼ける楽しみもありますよ。 ※HPにてイメージ写真掲載中

教室 21 初心者テーブル茶道教室

講師 御坂町文化協会 茶道部
 会場 御坂農村環境改善センター
 開催 12月15日、1月12日・26日、2月2日・16日(各木曜日)5回連続
 時間 午後1時～4時
 定員 5人 (教材費) 1,000円

椅子に腰かけて、テーブルの上でお点前します。1人に1つつ道具を使っていたりなど、感染症対策には細心の注意を払って行います。

教室 37 ビーズアクセサリー教室

講師 奥島 佳代
 会場 あぐり情報ステーション
 開催 (A)コース 1月14日(土曜日)1回連続
 (B)コース 1月22日(日曜日)1回連続
 時間 午前10時～午後0時30分
 定員 6人 (教材費) 2,000円

針と糸で作る本格的なビーズアクセサリー。今回は「グラスコードになるネックレス」を作ります。丁寧に指導いたしますので、初心者の方も安心してお気軽にご参加ください。 ※見本あり

教室 32 パンフラワー(粘土の花教室)

講師 野島瀬 由美子
 会場 あぐり情報ステーション
 開催 (A)コース 11月11日・8日(各火曜日)2回連続
 (B)コース 11月15日・22日(各火曜日)2回連続
 時間 午後1時30分～3時30分
 定員 7人 (教材費) 2,500円

粘土から綺麗なイチゴの実や葉を作りコーヒーカップアレンジ体験をしませんか。造形から色付けの工程がありますが、初心者でも綺麗に仕上がります。 ※見本あり

教室 27 扶養の壁～お金のからくりと働き方～

講師 清水 千草
 会場 スコレーセンター
 開催 1月25日(水曜日)1回連続
 時間 午前10時～11時30分
 定員 10人 (教材費) なし

働くママにとっての「扶養の壁」。家計の収入を増やすためにパートで働きたい。でも、扶養枠が外れたら収入減になっちゃうのかしら…なんてことを学べる無料講座です。子どもの成長にかかるお金のお話も盛り込みます。お金のからくりを学びましょう。

教室 22 初心者レザークラフト教室

講師 石和町文化協会 レザークラフト部
 会場 スコレーパリオ
 開催 12月16日(金曜日)1回連続
 時間 午後1時30分～3時
 定員 10人 (教材費) 4,000円

模様を型押しした牛革に拭き染めで染色し、システム手帳を仕上げます。新年度を迎える一点としていかがですか。

教室 38 骨盤エクササイズ

講師 半田 美恵子 (会場) 働く婦人の家
 開催 (A)コース 1月17日、2月7日、3月7日(各火曜日)3回連続
 (B)コース 1月24日、2月21日、3月14日(各火曜日)3回連続
 時間 午前10時～11時30分
 定員 各17人 (教材費) 500円

骨盤がゆがむ・ゆるむとはどういうことか。骨盤を調整するとはどういうことなのか。イメージばかりが強調されてしまう骨盤についての正しい知識とエクササイズを学びます。

教室 33 脂肪燃焼プログラム

講師 半田 美恵子 (会場) 若彦路ふれあいスポーツ館
 開催 (A)コース 11月10日、12月8日、1月12日、2月2日・16日、3月9日(各木曜日)6回連続
 (B)コース 11月24日、12月22日、1月19日、2月9日、3月2日・23日(各木曜日)6回連続
 時間 午前10時～11時30分
 定員 各35人 (教材費) 500円

リズムに乗って行う全身運動でリフレッシュしてみませんか。眠っていた諸機能が次第に目覚め、脂肪燃焼しやすい体へと導かれていきます。シェイプアップ効果はもちろん、気持ちも楽しく明るくなりますよ。

教室 28 初心者コーラス教室

講師 八代町文化協会 コーラス部
 会場 八代総合会館
 開催 2月1日・8日・15日・22日、3月1日(各水曜日)5回連続
 時間 午後1時30分～3時30分
 定員 10人 (教材費) 無料

果樹園が広がる八代町の女声コーラスです。昼下がりのひとときを楽しみながら歌っています。易しい歌をみんなでハーモニーさせ、誇らしい、自然にメロディーが流れる時間になります。お気軽にご応募ください。

教室 23 気象と防災気象情報

講師 中村修 気象情報官
 会場 学びの杜みさか
 開催 1月12日(木曜日)1回連続
 時間 午後2時～3時30分
 定員 12人 (教材費) 無料

気象による災害発生メカニズムとその災害から身を守るためにどのように防災気象情報を役立てれば良いのかを学びます。

教室 41 スマートで確定申告講座

講師 山梨税務署職員 (会場) スコレーパリオ

開催 ①コース 11月22日(火曜日)1回完結
②コース 11月24日(木曜日)1回完結
③コース 11月25日(金曜日)1回完結

時間 午後1時30分～3時30分

定員 各20人 教材費 無料

スマートフォンにより、事前準備(e-Taxソフト等のダウンロード)から確定申告書の送信(国税庁HP確定申告書作成コーナー)までの一連の流れを習得させる。

教室 39 DIY講座～本棚をつくらう～

講師 古川 直樹
会場 スコレーパリオ

開催 ①コース 1月24日(火曜日)昼の部 1回完結
②コース 1月24日(火曜日)夜の部 1回完結

時間 ①午後2時～4時 ②午後7時～9時

定員 5人 教材費 3,000円

自分の手で本棚を作ってみませんか? 作る楽しさを感じ、身につけた技術でDIYを趣味にしましょう! ※見本あり

教室 42 お正月を彩るフラワーアレンジメント

講師 河埜 清美子 (会場) ①八代総合会館 ②いちのみや 桃の里ふれあい文化館 ③春日居支所

開催 ①コース 12月22日(木曜日)昼の部 1回完結
②コース 12月22日(木曜日)夜の部 1回完結
③コース 12月23日(金曜日)昼の部 1回完結

時間 ①午後1時30分～3時 ②午後7時～8時30分 ③午後1時30分～3時 定員 10人 教材費 2,500円

新しい年を迎えるにあたり、お花を飾って心豊かにお正月を迎えませんか?

教室 40 はじめての練り切り体験

講師 古屋 隆利
会場 スコレーセンター

開催 ①コース12月1日(木曜日)昼の部1回完結
②コース12月1日(木曜日)夜の部1回完結

時間 ①午後2時～3時30分 ②午後6時30分～8時

定員 10人 教材費 1,500円

季節のお花や果物など道具を使って練り切り細工をします。3点作り専用ケースに入れてお持ち帰りいただけます。※イメージ写真あり

募集期間 令和4年9月1日(木)～9月15日(木) 午前9時～午後5時

その他

申込方法 規定の申込書に記入して、持参・ファックス・Eメール・郵送のいずれかでお申し込みください。

- 応募者が定員を超えた場合は、抽選で受講者を決定します。その際は笛吹市民や初めて応募された方などを優先する場合があります。
- 受講が決定した方、または抽選に外れてしまった方には、講座受講者決定通知書、または落選通知書を送付しますので必ず内容をご確認ください。
- 材料費・入場料等が必要な場合は、先に講座受講者決定通知書でお知らせする銀行口座へ振り込んでください。
- 希望者が一定の数に達しない場合は、講座を取りやめることもあります。
- 18歳以上の方が対象となります。お子様の受講およびお子様連れの参加はできません。
- ※市民講座の内容は、初心者を対象としています。引き続き受講を希望される場合や、もう少し高いレベルの講座を受講したい場合は、自主(任意)グループを結成することで、学習を継続することができます。詳しくは、各講座担当の生涯学習課コーディネーターにご相談ください。

ファックスの場合 **055(261)3340**(送信後電話にて確認をお願いします。)

Eメールの場合 申込書を市ホームページからダウンロードし、Eメールに添付してください。 shogaigakusyu@city.fuefuki.lg.jp

持参の場合 市民窓口3階 生涯学習課、各支所、スコレーセンター、八代総合会館、境川総合会館

〒406-0031
笛吹市石和町市部809-1(市民窓口館)
笛吹市教育委員会 生涯学習課
生涯学習担当 ☎055(261)3339

郵送・問合せ先

令和4年度「笛吹市民講座」後期受講申込書

住所	〒		電話番号	
			☎中連絡が取れる番号	
フリガナ 申込者氏名	生年月日	昭・平	年 月 日	男・女
教室番号	希望するコース	教室名	選択項目(一部講座のみ)	
32	Aコース	〇〇〇講座	「〇〇色」または「希望する」など ※2	

※1 A～Cのコース分けがある講座については、ご希望のコースをお選びください。 ※2 使用教材の色や柄などの選択項目がある講座は、申込書にご記入ください。 ※応募数が多い場合は受講者を決定いたしますが、その際は笛吹市民や初めて応募された方などを優先する場合もございます。