



厚木市生涯学習事業 平成28年度後期(10月～1月)受講ガイド 文化生涯学習課 ☎225-2512

# 輝き厚木塾

全 91 講座

- 手品、麻雀、手工芸、音楽、美術……………2面
- 生け花、茶道、書道、ヨガ、太極拳、日舞、体操、フラダンス、ダンス、文学、語学……………3面
- 教養、歴史、カラー、美容、健康、社会、着付け、パソコン、料理、DIY……………4面

## 平成28年度 後期講座を開講します

「輝き厚木塾」は、市民の皆さんが講師となって自ら講座を企画・運営する生涯学習事業です。現在は90人の講師が活躍し、講座の内容、数も充実。あなたの好奇心を満たしてくれる講座がきっと見つかります。アットホームな雰囲気の魅力の「輝き厚木塾」。皆さんの参加を講師一同、心よりお待ちしております。

輝き厚木塾の詳しい情報は、公共施設で配布している「輝き厚木塾受講案内(冊子版)」や厚木市ホームページ、マイタウンクラブをご覧ください。  
www.mytownclub.com (携帯電話は末尾に/cpを)

### 講座の申し込み

申し込み期間  
8/15～8/29

#### 申し込み方法

- 輝き厚木塾受付窓口(アミュあつぎ6階あつぎ市民交流プラザ)  
☎225-2483 受付時間10時～16時
- マイタウンクラブ
- ハガキまたはファクスに講座名、〒住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号(携帯電話番号)を書き、8月29日(必着)までに〒243-0018 厚木市中町2-12-15「あつぎ生涯学習リーダー会」・☎225-3130へ。
- ◆申し込みは1人3講座まで。
- ◆申し込み人数が定員を超えた場合は抽選(定員は講座ごとに設定しています)。
- ◆申し込み人数が一定数に満たない場合は、講座を開講しない場合があります。
- ◆市外の方も申し込みできます。

#### 申し込み結果

- 締め切り後2週間程度で、受講の可否を講師から申込者全員に郵送で通知します(マイタウンクラブでは受講可否の確認はできませんので、ご了承ください)。

#### 受講料などの支払い

- 受講料と教材費は、講座初日に講師に直接お支払いください。
- 教材費には、会場使用料を含む場合があります。また、金額が変更になる場合があります。
- 欠席、途中参加などで全日程を出席できない場合でも、受講料は全額のお支払いをお願いします。

#### 託児サービス(有料)

- 講座の会場が、あつぎ市民交流プラザの場合は、8階託児室「わたぐも」を利用できます。
- 託児対象者1人1時間につき500円です。
- 対象は1歳～小学校3年生。
- 利用時間は、9時～18時(最大4時間)
- 定員は12～30人(預かりの状況やお子さんの年齢によって変動します)
- ※南毛利学習支援センターや公民館などの施設は、託児の派遣サービスを実施していませんので、ご了承ください。

#### 受講をやめたいとき

- 9月20日までに文化生涯学習課☎225-2483・☎225-3130に連絡してください。
- 開講直前のキャンセルは、教材費を頂く場合があります。その場合は教材をお渡しします。
- 受講後、「思っていた内容と違う」など希望に沿わない場合は、2回目の講座開講の前日までに取りやめの手続きをすれば、2回目以降の受講料は郵送料を差し引いてお返しします。ただし、教材費はお返しできません。

### 講座の会場案内

講座は、市内9公民館と次の2施設で開講します。会場は講座案内に記載してあります。会場によって駐車場に限りがありますので、公共交通機関などをご利用ください。



#### あつぎ市民交流プラザ(アミュあつぎ)

小田急線本厚木駅北口から徒歩5分。

#### 南毛利学習支援センター

厚木バスセンターから七沢、高松山経由森の里行きなどに乗車し、「南毛利小学校前」で下車。徒歩3分。







## 英書講読セミナー

講師 高橋 絹代 ☎162317  
読みやすい英文で書かれた愛犬物語を集中して読む

10月7・14・21・28日、11月11・18日  
☎。10時15分～11時45分。あつぎ市民交流プラザ。英語に興味のある方15人。3000円(教材費別途2100円)。

## 英単語ひとつでおもてなし！

講師 山崎 薫 ☎162318  
勉強の英語ではなく、通じる英語をティータイトに練習しながら楽しく学ぶ  
10月5・12・19・26日、11月9・16日  
☎。10時～11時30分。あつぎ市民交流プラザ。超初心者20人。3000円(教材費別途2000円)。

## カンタン英語で楽しく海外旅行

講師 山崎 薫 ☎162319  
海外旅行をシュミレーションしながら、実践で役立つ英語を学ぶ  
10月8・15・22・29日、11月12・19日  
☎。10時20分～11時50分。南毛利学習支援センター。海外旅行のお好きな方20人。3000円(教材費別途2000円)。

## 初めての韓国語

講師 長堀 英子 ☎162320  
ハングルの仕組みから会話までを学び、オリンピックやパラリンピックであなたも「お・も・て・な・し」を実践  
10月7・14・21・28日、11月4・11日  
☎。10時～11時30分。あつぎ市民交流プラザ。20人。3000円(教材費別途1000円)。

## ロシア語会話、ロシアの社会

講師 山下 万里子 ☎162321  
1回90分の講座の前半は会話の簡単な表現を覚え、後半は表現に関連する内容の講義  
10月1・8・15・22・29日、11月5日  
☎。14時～15時30分。あつぎ市民交流プラザ。20人。3000円。

## 教養

## 大人のための数学の楽しみ

講師 松尾 守之 ☎162322  
小・中学校での知識を生かして易しい問題を解き、数学の美しさと新たな知の発見を体験する  
10月6・13・20・27日、11月10・17日  
☎。13時15分～14時15分。あつぎ市民交流プラザ。20人。3000円(教材費別途400円)。

## 身近な生物学

講師 川口 奈奈子 ☎162323  
ヒトに関する生物学の領域を、学生に戻って学習する  
10月1日、11月5日、12月3日  
☎。13時20分～14時40分。あつぎ市民交流プラザ。20人。1500円(教材費別途300円)。

## 歴史

## 不思議発見 探訪 世界遺産

講師 秋山 則照 ☎162324  
アメリカ、ヨーロッパ諸国、中国の世界遺産や文化を講師の実体験から

学ぶ

10月4・11・18・25日、11月1・8日  
☎。13時～15時。あつぎ市民交流プラザ。10人。3000円(教材費別途100円)。

## 親日の台湾・トルコを知ろう

講師 秋山 則照 ☎162325  
台湾に息づいている日本の精神とトルコに花開いた文明の歴史や文化などを学ぶ

10月6・13・20・27日  
☎。13時～15時。あつぎ市民交流プラザ。10人。2000円。

## 私編厚木風土記による郷土史

講師 澤田 五十二 ☎162326  
中世の鎌倉時代から近世、近代、現代の流れに沿って郷土・厚木の歴史を写真や図から学ぶ

10月7・14・21・28日、11月4・11日  
☎。14時～16時30分。あつぎ市民交流プラザ。20人。3000円(教材費別途500円)。

## 石が伝える厚木の郷土史

講師 澤田 五十二 ☎162327  
市内各地に遺された歴史的な石造物から、郷土・厚木の歴史を写真や図から学ぶ

11月18・25日、12月2・9・16・23日  
☎。14時～16時30分。あつぎ市民交流プラザ。20人。3000円(教材費別途500円)。

## 「戦後史」を学びましょう

講師 羽田 一 ☎162328  
民主国家、日本国憲法、東京裁判、朝鮮戦争、高度経済成長までテーマに沿って学ぶ

10月6・13・20日、11月10・17日、12月1日  
☎。10時～11時30分。南毛利学習支援センター。20人。3000円(教材費別途700円)。

## カラー

## 暮らしに役立つカラー／衣編

講師 菅 ゆうこ ☎162329  
自分が輝く似合う色を見つけ、配色、メイク、オリジナルのアクセサリを体験する

10月7・14・21日、11月11日  
☎。10時～11時30分。陸合西公民館。16人。2000円(教材費別途3500円)。

## 暮らしに役立つカラー／食住編

講師 菅 ゆうこ ☎162330  
部屋や料理を快適で魅力的にするための色の効果やコーディネートを楽しむ

10月28日、11月4・18日、12月2日  
☎。10時～11時30分。荻野公民館。20人。2000円(教材費別途1700円)。

## 美容

## 月1アロマ美容と健康

講師 戸塚 恵津子 ☎162331  
美と健康をテーマに、化粧水、クリーム、入浴剤、マッサージ、スプレーなどを作る

10月21日、11月25日、12月16日  
☎。12時40分～14時30分。あつぎ市民交流プラザ。女性15人。1500円(教材費別途2500円)。

## さすっでもんでスッキリボディ

講師 蓮池 洋子 ☎162332  
リンパの流れ、経絡(気)の流れを理解し、マッサージすることで免疫力を高める

10月7・14・21・28日、11月4・18日  
☎。9時15分～10時45分。あつぎ市民交流プラザ。20人。3000円(教材費別途500円)。

## 自宅でこっそりキレイになろう

講師 蓮池 洋子 ☎162333  
体の仕組みや動きを理解し、自分で骨盤のゆがみを矯正する

10月17・24日、11月7・14・21・28日  
☎。10時15分～11時45分。南毛利学習支援センター。20人。3000円(教材費別途400円)。

## 健康

## 自分でできるストレスケア

講師 塚田 貴子 ☎162334  
五感を刺激し感度を高めることで心と体と脳のコンディションを回復し不調を軽減する

10月6・13・20・27日  
☎。10時30分～11時45分。あつぎ市民交流プラザ。20人。2000円(教材費別途100円)。

## 元気寿命を延ばす快食快体操

講師 松野 靖也 ☎162335  
平均寿命を延ばす努力をするのが平成の老人必須事項。あなたはしていますか

10月1・8・15日、11月5・12・19日  
☎。13時30分～15時30分。あつぎ市民交流プラザ。50歳以上の方20人。3000円。

## 趣味の薬膳

講師 鈴木 久美子 ☎162336  
健康情報が多々ある中、二千年余りふるいにかけれれ生き残った知恵を学ぶ  
10月3日、11月7日、12月5日  
☎。10時30分～12時。あつぎ市民交流プラザ。10人。1500円(教材費別途1800円)。

## 漢方養生で毎日を快適に♪

講師 山下 千鶴子 ☎162337  
心と体を健康に保ち病気を防ぐ過ごし方や生活の知恵を学び、漢方茶や薬膳菓子体験する

11月4・18・25日  
☎。11時～12時30分。あつぎ市民交流プラザ。初心者15人。1500円(教材費別途500円)。

## 社会

## 快適なマンションライフを

講師 岡本 恭信 ☎162338  
住む人と建物の経年による諸問題を学ぶ

10月3日、11月7日、12月5日  
☎。10時～11時45分。あつぎ市民交流プラザ。マンション運営に関心のある方8人。1500円。

## 相続の基本と仕組み

講師 上井 邦裕 ☎162339  
相続の「いろは」から「相続対策の落とし穴」までを学ぶ

10月14・21・28日、11月4・11・18日  
☎。14時15分～15時45分。あつぎ市民

交流プラザ。20人。3000円(教材費別途1000円)。

## 着付け

## 楽しく学ぶ着付け教室

講師 池田 文江 ☎162340  
着物(小紋・訪問着)の着方と、おしゃれな帯結びを学ぶ

11月4・11・18・25日、12月2・9日  
☎。14時～16時(初日と最終日は13時から)。あつぎ市民交流プラザ。女性20人。3000円(教材費別途1000円)。

## 外出着の着方と名古屋帯・袋帯

講師 倉持 和代 ☎162341  
外出着でミス・ミセスの着方、名古屋帯・袋帯でお太鼓と変わり結びを学ぶ

10月2・9・16・30日  
☎。10月15・29日  
☎。13時30分～15時30分。あつぎ市民交流プラザ。20歳以上の女性15人。3000円(教材費別途500円)。

## パソコン

## 年賀状文面と宛名面を編集する

講師 農田 秀夫 ☎162342  
表計算ソフトで住所録作成、文書作成ソフトで宛名面と写真入り文面の編集を学ぶ

10月18・25日、11月1・8・15日  
☎。10時～12時30分。あつぎ市民交流プラザ。文字入力のできるパソコン初心者20人。2500円(教材費別途200円)。

## 料理

## 飾り巻きすし

講師 藤井 三枝 ☎162343  
巻き方のコツやテクニックを楽しく学ぶ

10月13・27日、11月10・24日、12月8日  
☎。10時～12時。あつぎ市民交流プラザ。12人。2500円(教材費別途8000円)。

## 食生活を豊かにする家庭料理4

講師 藤田 文子 ☎162344  
食材を生かし、家族の健康を守る家庭料理を作る

10月13日、11月10日、12月8日  
☎。10時～12時。依知南公民館。10人。1500円(教材費別途5500円)。

## おいしい手打ち麺を作ろう！

講師 森田 俊朗 ☎162345  
うどん、蕎麦、ラーメン、パスタを楽しみながら上手に作るコツを学ぶ  
10月16・23日、11月6・13日  
☎。9時30分～12時。あつぎ市民交流プラザ。12人。2000円(教材費別途3000円)。

## DIY

## 日曜大工のノウハウ教えます

講師 柳井 博文 ☎162346  
電動工具で便利な小物を作り、年末恒例の障子、ふすまの貼り替え技能を学ぶ

11月5・12・19・26日  
☎。10時～12時。依知南公民館。20人。2000円。