

令和7年度上半期

東近江市生涯学習講座

ライフロング受講生募集

ライフロングは市内全域へ様々な学びの機会提供を行い、皆様の学ぶ意欲にお応えし、学びを展開する生涯学習講座です。「**あんなことが学びたい！」「新しいことに挑戦したい！」「とにかく何か始めてみたい！**」そんな皆様に贈る講座！あなたも新しい学びの扉を開けてみませんか！？
講座のお申込みは、3つのステップ（詳細は最終ページでご確認ください。）

ステップ1 利用者登録

ステップ2 受講申込み（オンライン・窓口）

ステップ3 受講料お支払（コンビニ・窓口）

受講

会場 てんびんの里文化学習センター（記号：T）

滋賀・東近江の歴史を学ぶ！

T01 近江の国の歴史講座～聖徳太子、紫式部、万葉歌人が見た近江の国～

知っているようで知らない、知らないようで知っている「近江の歴史」。聖徳太子、紫式部、松尾芭蕉、万葉歌人をキーワードに、近江の歴史を学びます。各講師の近江への深い思い入れに基づきまとめられたエピソードの数々。地元愛が一層深まる講座です。

開講日／5/14、6/11、7/9、8/6、9/3 各水曜日 13:30～15:00 受講料／4,000円（5回講座分）

講師／大沼 芳幸 さん・旭堂 南風 さん・いかい ゆり子 さん 定 員／20人



楽器に触れる・奏でる！

T02 フォークギター入門・T03 フォークギターステップアップ

持ち方、弾き方からやさしく学ぶ入門編。経験者（コードの弾ける）の方が、名曲の数々を練習するステップアップ。目標は、みんなで弾き語りです♪

開講日／4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/23、10/28、11/18、12/9、1/27 各火曜日 入門 13:00～14:20 ステップアップ 14:40～15:40

* 12/21（日）クリスマスコンサート参加予定

受講料／各8,000円（各10回講座分）

講師／泪（るい）さん 定 員／12人

持ち物／フォークギター他

* 楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。



T04 三味線（入門・初級）講座

初めての方は、三味線の持ち方、弾き方の基礎を学び、簡単な民謡（さくらさくら等）から始めます。経験のある方は、演奏のテクニックを学び、いろいろな曲の習得に取り組みます。みんなで合奏する楽しさを味わいましょう♪



開講日／5/15、6/19、7/17、8/21、9/18、10/16、11/20、12/4、12/18 各木曜日 10:00～12:00 * 12/21（日）クリスマスコンサート参加予定

受講料／7,500円（9回講座分）

講師／飯田 香織 さん 定 員／12人

持ち物／三味線（種類は不問。お持ちでない方はレンタル数本あり）筆記用具

* 楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。

T05 ウクレレ入門・T06 ウクレレステップアップ

何か楽器を始めてみたいという方のための入門編。他の楽器に比べ手取りやすく、その音色は聞き手にも弾き手にも癒しを与えてくれます。ステップアップは経験者の方が様々な曲のマスターに取組みます。優しく丁寧な先生の指導の下、みんなで合奏を楽しみましょう♪

開講日／5/20、6/10、7/8、8/5、9/9、10/7、11/11、12/2、1/6、2/10 各火曜日 入門 13:00～14:20 ステップアップ 14:40～15:40 * 12/21（日）クリスマスコンサート参加予定

受講料／各8,000円（10回講座分）

講師／泪（るい）さん 定 員／各12人

持ち物／ウクレレ * 楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。



スキルアップでみつける新しい自分

T07 写真ステップアップ講座

写真に興味があり自己流からステップアップしたいなど初心者向けの講座です。写真を撮るための技術やコツをプロの写真家に学びます。

開講日／4/27、5/11、6/22、7/27、8/24、9/28、10/26、11/23、12/7、1/11、2/8、3/8 各日曜日 9:00～11:00

受講料／10,000円（12回講座分） 講師／さわらぎ よしお さん 定 員／16人 持ち物／カメラ撮影用具一式、筆記用具



T08 MC講座～司会チャレンジ！人前で話すコツ～

誰も人前で話すのは緊張します。緊張の中で、落ち着いて話すコツ、声の出し方、原稿の読み方など基礎から学びます。司会に必要な知識の伝授もあります。

開講日／5/10、6/14、7/12、8/9、9/13、10/11、11/8、12/6、1/10 各土曜日 10:00～11:30

* 希望者は12/21（日）クリスマスコンサートで実践予定

受講料／7,500円（9回講座分）

講師／浅居 笑 さん 定 員／12人 持ち物／筆記用具



T09 大道芸パフォーマー講座

ジャグリング、皿回し、ディアボロ、シガーボックス、デビルスティック、ボイなどの技をプロの大道芸人が指導！ちょっとした芸を身につけ披露するのに最適です。

開講日／5/17、6/21、7/12、9/6、11/15、12/13、2/7、3/14 各土曜日 10:00～12:00

* 12/21（日）クリスマスコンサート参加予定

受講料／6,500円（8回講座分）

講師／丸ちえろ さん 定 員／12人 持ち物／道具は随時購入できますのでご相談ください。



彩りゆたかに描いてみよう！

T10 かんたんイラスト講座

ペンで描くイラスト、描く基本やコツを全3回の講座で学びます。すぐに使えるかわいいイラストを描いてみましょう！

開講日／6/10、7/8、9/9 各火曜日 10:00～12:00

受講料／2,500円（3回講座分）

講師／疋田 春佳 さん 定 員／10人

材料費／毎回200円程度 持ち物／ボールペン、色鉛筆



T11 パステル画講座

優しい色彩で描くパステル画。初めての人でも描き方の基本から学べます。あなたに合ったカラーで素敵に作品を描けるアートな時間を楽しみましょう！

開講日／4/23、5/28、6/25、7/30、8/20、9/10、10/22、11/19、12/24、1/28、2/18、3/11 各水曜日 14:00～16:00

受講料／10,000円（12回講座分）

材料費／2,500円程度 講師／オシタ ユミコ さん 定 員／14人



T12 かんたん水彩画

生涯の趣味に水彩画をはじめてみませんか。構図やデッサン、筆づかい、色の重ね方など、水彩画を描くうえでのポイントを学び、受講者の方の個性や感性を生かした作品づくりを目指します。

開講日／5/20、6/17、7/15、8/19、10/21、11/18、12/16、1/20 各火曜日 10:00～12:00

受講料／6,500円（8回講座分） 講師／疋田 春佳 さん 定 員／10人 持ち物／水彩絵具、筆、水入れ



★
★
★
New

カラダの健康こころの健康講座！

T13 楽しいミニ鍵盤脳トレ

ミニ鍵盤キーボードを使ってメロディーを弾く楽しさを味わいましょう。音符や弾き方がわからなくても大丈夫。指で押さえて音を出せばそれだけで不思議と曲が弾けちゃうのです。そしてフレイル予防にもつながります。



開講日／4/18、5/16、6/20、7/18、8/29、9/19、10/17、11/21、12/19、1/16、2/13 各金曜日 10:00～11:30
受講料／9,000円(11回講座分) 講師／東岸 佐優里 さん
定員／14人 持ち物／ミニ鍵盤(鍵盤ハーモニカ可) 注文可(7～8千円程度)

T14 音楽de健康に～脳もからだもフル回転～

音楽療法士がお届けする必ず笑顔になる講座。リズム遊び、音楽に合わせて体を動かす、簡単なゲームを組み合わせて、脳とからだのトレーニング!お家でも続けられるメニューも提供。フレイル予防、認知症予防につながるおすすめ講座!



開講日／4/24、6/26、8/28、10/23、12/18、2/26 各木曜日 10:00～11:30
受講料／5,000円(6回講座分) 講師／東岸 佐優里 さん
定員／14人 持ち物／筆記用具

T15 【大学連携講座】体脂肪にこみっと“有酸素運動”

初回と最終回にインボディ測定を行い、体脂肪率改善を可視化します。講座は対面形式ですが、やむを得ない事情がある場合は在宅受講もサポートします。また、講座と講座の間も動画配信により、継続した運動ができるよう支援します。



開講日／4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/23 各火曜日 19:00～20:30
受講料／6,000円(6回講座分) 講師／竹内 早耶香 さん 定員／16人
その他／動画視聴については、wi-fi環境を準備いただくことを推奨します。

T16 ゆったりヨガ

ゆったりと無理のない動きでカラダとココロを開放し、自分のペースでできる癒しのヨガです。二週間に一度、心安らく時間を共有し、スッキリした気分できいきと健康を保ちましょう!



開講日／4/24、5/22、6/24、7/10、8/7、9/4 各木曜日 13:30～14:30
受講料／8,000円(10回講座分) 講師／園部 奈菜 さん
定員／12人 持ち物／ヨガマット、タオル、飲み物

地域を知る、人を知る、人の幸福を考える

T17 ふくしのいっぽ～ケアマフを編もう!

認知症の方の不安や不快を軽減できる「ケアマフ」という手編みのニット小物を作ります。作業療法士兼手芸作家が認知症ケアの知識とともに作り方を教えます!地域の中で何か役に立ちたい、そんな思いをお持ちの方は是非、ご参加ください。



開講日／5/1・15、6/5・19 各木曜日 10:00～12:00
受講料／3,500円(4回講座分) 材料費／300円程度
講師／高田 優 さん 定員／10人
持ち物／筆記用具、縫針または棒針(貸出あり) 使わなくなった毛糸(あれば)

T18 【大学連携講座】地域課題解決・仲間づくり実践講座

地域から地球まで、それぞれの規模で様々な課題が生まれては解決され、解決されては生まれていきます。地域の新しい仲間とともに、フィールドワークやグループワーク等を通じて課題解決手法について学び、他人事にせずには、自分たちの手で課題解決の取り組みを始めるキッカケを提供する講座です。

開講日／4/26、6/7、7/19、8/2、10/4、11/1、1/31、2/21、3/7 各土曜日 10:00～12:00
受講料／9,000円(9回講座分) 講師／バン ジュイン さん 定員／16人
持ち物／筆記用具 対象／概ね20～50歳代の方(有職、無職は不問)
その他／7割以上の出席者に「修了証」を発行。

T19 おもちゃドクター養成講座

「これはもう買い替えかな」も正論です。が、そのおもちゃが持つ思い出までは買い替えることはできませんよね。ケガを直してあげましょう!今一度命を蘇らせましょう!人に笑顔をもたらす地域のかかりつけ医を養成する講座です。2025年度、ライフロンが実施するイベント会場において、実践の場を設ける予定です。



開講日／7/20(日) 10:00～16:00、7/21(月・祝) 10:00～16:00、11月に振り返り学習会を予定(日程調整中、出席は任意)
受講料／10,000円(3回講座分) 教材費／2,000円 講師／(一社)日本おもちゃ病院協会 さん 定員／20人
持ち物／筆記用具、ドライバースセット、ラジオペンチ、ニッパー、カッターナイフ、ピンセット、机上保護用古タオル、ハンダづけ用具一式
その他／2日間の全カリキュラムを修了された方に修了証が授与されます。講習を修了された方は、別途手続きを経て(有償)日本おもちゃ病院協会に入会することができます。

会場 蒲生コミュニティセンター・あかね文化ホール(記号:G)

描く、書く、つくる、創作の楽しみ

G01 絵手紙教室

「下手がいい」、「下手でよい」が絵手紙の楽しさです。季節を描き、それに言葉添えて、あなたの思いをハガキに託します。絵の描き方から言葉の選び方まで、分かりやすくお教え致します。初めての方大歓迎です。



開講日／5/16、6/20、7/18、8/22、9/19、10/17、11/28、12/19、1/16、2/20 各金曜日 10:00～12:00
受講料／8,000円(10回講座分) 材料費／2,500円 講師／垣見 真由美 さん
定員／18人 持ち物／顔彩絵具、墨汁、絵皿、彩色筆(中)、割箸、水入れ

G02 筆ペン教室

「美文字」ブームです。「字に自信がない」、「書くことが苦手」と思っておられる方は是非どうぞ。基礎を学び、書くことを楽しみましょう!



開講日／5/17、6/21、7/19、8/23、9/27、10/25、11/29、12/20、1/24、2/21 各土曜日 13:30～15:00
受講料／8,000円(10回講座分) 材料費／3,500円 講師／松井 千祐 さん
定員／15人 持ち物／筆ペン、フェルトの下敷、文鎮、鉛筆、消しゴム、定規

G03 日本画を基礎から学ぶ教室～初級から中級～(前期)

日本画の魅力は、半永久的に美しさを保ち続ける透明感のある色彩です。基礎を学んで頂き、自分らしい作品づくりへと進みます。中高生や働きながら絵を学びたい方、親子での参加も歓迎です。



開講日／5/17、6/21、7/12、8/9、9/6 各土曜日 9:30～12:00
受講料／4,000円(5回講座分)(親子組5,000円 中学生以上)
材料費／7,000円程度 講師／垣見 真由美 さん 定員／10人
持ち物／鉛筆、練り消しゴム、筆、スケッチブック、タオル、エプロン、日本画絵具

G04 陶芸入門

粘土を手やろくろを使って成形し、窯で焼いて作品を完成させます。日常を離れ、ひんやりした土に触れ、作品作りに没頭しませんか。「完成したお皿やカップをお家で使う!」、格別ですよ。



開講日／5/18、6/29、7/20、8/17、9/21 各日曜日 9:30～12:00
受講料／4,000円(5回講座分) 材料費／3,500円程度 講師／中田 美穂 さん
定員／12人 持ち物／スニーカーにパンツスタイルなど、動き易く汚れてもよい服装

G05 ステンドグラス教室(午前の部)

外国の貴重なガラスを使い、魅力的なオリジナル作品を作ります。ハンダごてを使用する本格的な技法の初級から中級コースです。陽の光を浴びて煌めくステンドグラス!生活の中に彩りを添えてみませんか?



開講日／5/14、6/11、7/9、8/20、9/17 各水曜日 10:00～12:00
受講料／4,000円(5回講座分) 材料費／別途 講師／高村 晴美 さん
定員／9人 持ち物／筆記用具、カッター、軍手、古タオル、はさみ、使い捨てゴム手袋

G06 ステンドグラス教室(午後の部)

外国の貴重なガラスを使い、魅力的なオリジナル作品を作ります。ハンダごてを使用する本格的な技法の初級から中級コースです。陽の光を浴びて煌めくステンドグラス!生活の中に彩りを添えてみませんか?



開講日／5/14、6/11、7/9、8/20、9/17 各水曜日 13:30～15:30
受講料／4,000円(5回講座分) 材料費／別途 講師／高村 晴美 さん
定員／9人 持ち物／筆記用具、カッター、軍手、古タオル、はさみ、使い捨てゴム手袋

音楽を楽しむ

G07 大人のための初めてのピアノ教室

「ピアノをひけるようになりたい」そんな思いをサポートいたします。キーボードで練習し、講師によるピアノ個人レッスンへと講座は進んでいきます。お気に入りの曲をひけるようになります!



開講日／5/15、29、6/12、26、7/10、24、8/21、28、9/11、25、10/16、23 各木曜日 10:00～11:30
受講料／9,000円(12回講座分) 教材費／1,200円程度
講師／大橋 久子 さん 定員／12人 持ち物／筆記用具、キーボード(数台貸出あり)

頭のスポーツにチャレンジ

G08 将棋入門～「藤井七冠を目指して!」～

将棋は子どもから大人まで幅広く楽しめる今ブームのゲームです。三手先を予想しながら駒を動かしますので頭の体操になります。集中力、洞察力、記憶力も磨かれます。この講座では、まず、駒の動かし方、並べ方などの基本ルールから学んでいきます。そして、受講生同士の対局へと進んでいきます。意気込みは「藤井七冠を目指して!」、一緒に楽しみましょう。



開講日／5/18、6/22、7/20、8/24、9/21 各日曜日 10:00～12:00
受講料／4,000円(5回講座分) 講師／西田 博之 さん
対象／小学2年生以上 定員／15人

文学に触れてみよう

心のリフレッシュ

G09 文学の散歩道～古典文学から学ぶ人生の道しるべ～

古典文学は、時代を超えて読み継がれてきました。そこに描かれるテーマは、現代人にも多くの共感と、深い知恵や教訓を与えてくれます。ライフログが誇る、カリスマ講師が「源氏物語」「平家物語」「徒然草」「方丈記」などから各回のテーマを厳選して、解説していきます。

開講日/5/25、6/22、7/20、8/17、9/21

各日曜日 10:00～11:30

受講料/4,000円(5回講座分)

講師/井上 次雄 さん

定員/15人



G10 はじめての坐禅教室

「雑念をはらいたい」、「リフレッシュしたい」そんな思いを満たすことから注目を集める「坐禅」。静かに坐禅を組み、自分を見つめ直す貴重な時間を提供いたします。忙しい日々を送る方々、集中力を高めたい方におすすめです。小学高学年・中学生も親子でご参加頂けます。

開講/5/25、6/29、7/27、9/7、10/12、11/30、12/21、1/25、2/22、3/15
各日曜日 10:00～11:15

受講料/7,500円(10回講座分)(親子一組9,000円)

講師/熊倉 実栄 さん 定員/15人 服装/ゆったりした服装



食文化を学ぼう～後世に残したい伝統料理・世界のパン

G11 東近江の伝統料理

東近江の食材を使い、地域で受け継がれてきたお祝いやお祭りのおもてなし料理をつくります。食べておいしく、体にもいい伝統料理!あなたの料理のバリエーションに加えてみませんか?

開講日/7/9、9/10、11/19 各水曜日 9:30～12:00

受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/2,500円

講師/大田 初代 さん 定員/18人

持ち物/エプロン、三角巾、持ち帰り用容器または袋



G12 パン教室～世界のパンを作ろう～

「焼きたての美味しいパンをお家で簡単にできるようにしたい」そんな想いにお応えする初心者でも安心してご参加いただける教室です。ドイツで修業した若手パン職人が丁寧に優しくお教えします。

開講日/4/19、6/21、8/30、10/25、12/20、2/7

各土曜日 9:00～12:00

受講料/5,000円(6回講座分) 材料費/6,000円 講師/川田 志穂 さん

定員/12人 持ち物/エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り用保冷袋



夏休みの体験教室

G13 夏休み木工教室～「壁掛け黒板」をつくろう!

木のパーツで自由にデコレーションができて、チョークのプレゼントつき!

開講日/7月23日(水) 9:30～10:30

受講料/700円 材料費/600円

講師/中川 浩子 さん

定員/就園児～小学2年生 18人

持ち物/持ち帰り用袋



G14 夏休み木工教室～「時計スタンド」をつくろう!

ペン立てがついた便利な時計スタンド!メモのプレゼントつき!

開講日/7月23日(水) 10:50～12:30

受講料/700円 材料費/1,100円

講師/中川 浩子 さん

定員/小学3年生～中学生 18人

持ち物/持ち帰り用袋



G15 夏休み パン教室～ランチ・パックをつくろう!

パンを作ってみたい!というお子様に、初めてでも楽しく、美味しいパンが作れますよ!

開講日/7月30日(水) 9:30～12:30

受講料/700円 材料費/700円

講師/川田 志穂 さん

定員/小・中学生 12人(小学3年生以下は、保護者同伴)

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タッパー



G16 夏休み 小学生・プログラミング教室

「センサー付きダンゴ虫型ロボット」を使って、ロボットがボールを見つけて追いかけるプログラミングを体験していただきます。

開講日/8/4(月)・5(火)・6(水) 各13:30～15:30

受講料/2,500円(3回講座分) 教材費/500円

講師/早苗 恵造 さん(ココロポ応援隊)

対象/小学3年生～6年生 定員/10人



G17 夏休み ドローン教室

空からの撮影、観測、警備、物流など色んな面で活用されているドローン。その基礎を学び、実際に操縦してみませんか?

会場/蒲生体育館・アリーナ

開催日/8月1日(金) 10:00～12:00 受講料/700円

教材費/500円程度 定員/10人 対象/中学生以上

講師/上嶋 正之 さん(国土交通省認定講習団体代表)



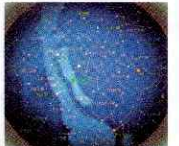
G18 夏休み 天文教室

星空映像(プラネタリウム)で楽しみながら、宇宙について学びませんか? 星座や星を探す体験やクイズを通して、身近な星空や宇宙について、楽しく学びます。親子でもご参加いただけます。夕方の観望会も計画しております。

開講日/8月2日(土) 10:00～11:30

受講料/一人600円 親子一組1,000円

講師/井田 三良 さん 定員/15人(小学生以上)



当日受付・事前申込不要の講座

ー当日、会場へお越しくださいー

G19 うたの花束

歌うことは最も身近な健康法です。音楽療法や声楽の専門家に呼吸法や歌唱法の指導を受けながらピアノ伴奏に合わせ懐かしの名曲をみんなで楽しく歌います!

開講日/4/16、6/18、8/20、10/29、12/17、2/11 各水曜日 10:00～11:30

受講料/1回700円 講師/寺田 智美 さん、NeXUS MuKAI さん 定員/50人 会場/あかね文化ホール

G20 有酸素運動と姿勢改善

有酸素運動で心肺機能を強化して全身の血液循環を促進! 姿勢改善でカラダのバランスを整えます!

開講日/4/7・28・5/12・26・6/9・30・7/14・28・8/11・25・9/8・29・10/13・27・11/10・24・12/8・22・1/12・26・2/9・16・3/9・23 各月曜日 10:00～11:30

受講料/1回700円 講師/山本 いづみ さん 持ち物/バスタオルかヨガマット、運動用靴、飲み物

G21 リズム体操

リズム体操は、音楽に合わせて体を動かす心地よく楽しい全身運動です。体にムリなく優しい健康づくりを!

開講日/4/10・24・5/8・22・6/5・26・7/10・24・8/7・21・9/4・18・10/2・23・11/13・27・12/4・18・1/8・22・2/5・19・3/5・19 各木曜日 10:00～11:30

受講料/1回700円 講師/坂梨 裕美 さん 持ち物/バスタオルかヨガマット、運動用靴、飲み物

G22 親子で楽しくリトミック(0～3歳児)

音楽に合わせて動き、歌います。簡単な工作も楽しめます。リトミックでお子様の持つ「力」の発達を促します!(対象:0～3歳児親子)

開講日/4/16、5/14・6/11・7/9・8/20・9/10・10/8・11/19・12/10・1/14・2/11・3/11 各水曜日 10:00～11:00

受講料/1回600円 講師/リトミック研究センター滋賀第一支局の講師

*動きやすい服装でお越しください。

G23 0歳からの親子ふれあい音楽教室

幼少期から色々な音に触れることは、お子様の心身の発達に良い効果をもたらすとされています。この教室では、多彩な楽器や幅広い曲を生演奏でお楽しみいただけます。お子さんがぐずっても喋ってもOKな教室です。安心してご参加ください。会場で、「開演前から終演後まで」ゆっくりお過ごしいただけます。

開講日/5/24(土)・7/27(日)・9/27(土)・11/15(土)・1/24(土) 15:00～15:45

受講料/1回大人300円、子ども200円

講師/竹下 則子 さん(他に演奏者、学生さんがご一緒致します。) 会場/あかね文化ホール



親子のふれあいとこどもチャレンジ

K01 0歳からの親子で楽しくリトミック

うたや楽器でリズム遊び、折り紙や画用紙で造形活動等を楽しみながら音感・感性・創造性などを育みましょう! ~笑顔いっぱいひととき~

開講日/5/22、6/5、7/3、8/7、9/4、10/2、11/6、
12/4、1/15、2/5、3/5
各木曜日 10:00~11:20

受講料/8,000円(11回講座分)

講師/杉澤 麻規子 さん、中村 幸恵 さん
定員/15組程度 対象/未就園児の親子
持ち物/はさみ、のり、パステル、水またはお茶



K02 キッズエンジョイアート①

絵画や工作をのびのびと楽しみながら、豊かな創造力や感性を育みます。表現の自由と喜びを体感しましょう!

開講日および講師/
6/14(土) 重曹アート 疋田 春佳 さん
7/31(木) DIY 岩坪 麻友美 さん
8/6(水) クレイクラフト 奥 時子 さん
各10:00~11:30 対象/小学生

受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/3,000円(3回講座分)
定員/10人程度 持ち物/汚れてもよい服装、タオル、水またはお茶



K03 キッズエンジョイアート②

絵画や工作をのびのびと楽しみながら、豊かな創造力や感性を育みます。表現の自由と喜びを体感しましょう!

開講日および講師/
9/6 重曹アート 疋田 春佳 さん
10/25 クレイクラフト 奥 時子 さん
11/15 DIY 岩坪 麻友美 さん
各土曜日 10:00~11:30 対象/小学生

受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/3,000円(3回講座分)

定員/10人程度 持ち物/汚れてもよい服装、タオル、水またはお茶



K04 ジュニア陶芸クラス

講師やサポーターのアドバイスを受けて素焼き、本焼きの手順で作陶を体験してみましょう!作陶の楽しさと深さを学びます。

開講日/5/18、6/15、7/20
各日曜日 10:00~11:30
講師/布引焼窯元 協力 陶芸教室受講生サポーター
受講料/2,500円(3回講座分)

材料費/1,000円程度(3回講座分)

定員/20人 対象/小学4年生~中学生

持ち物/汚れてもよい服装、タオル、水またはお茶



考える力を育てる小学生「科学」「自然」講座

K05 チャレンジ!サイエンスキッズ

科学を考える心を育てます!今回のテーマは「けっしょう(結晶)をそだてる」です。普段目にすることができない結晶の世界をのぞき見します。

開講日/5/25、6/29、8/31
各日曜日 10:00~11:30

講師/藤澤 徹 さん

受講料/2,500円(3回講座分)

材料費/1,200円(3回講座分)

定員/20人

対象/小学生(保護者の同伴をお願いします)



K06 チャレンジ!ネイチャーキッズ

自然とともに過ごす私たち、ともに生きる命や育つものについて学びます。今回のテーマは「しぜんそざいをつかったものづくり」です。

開講日/6/8、7/13、9/21
各日曜日 10:00~11:30

講師/藤澤 徹 さん

受講料/2,500円(3回講座分)

材料費/1,200円(3回講座分)

定員/15人

対象/小学生(保護者の同伴をお願いします)



こどもも大人も ダンス ダンス ダンス!

K07 キッズストリートダンス

小学生対象。リズムによってキレイのあるストリートダンスに挑戦!ふるさとまつりやクリスマスコンサートのステージを体験しよう!

開講日/4/20、5/18、25、6/8、29、7/13、27、8/3、24、9/14、28、10/12、26、
11/3(月・祝)・16、12/14、21、1/18、2/8、3/8
各日曜日 11:00~12:00

受講料/10,000円(20回講座分) 保険料/800円

講師/NAOTO さん

定員/20人程度

持ち物/動きやすい服装と靴



K08 タップダンス初級コース

大人対象。タップダンスは音楽とダンスの楽しさを一度に味わえます。ほどよい運動量と脳トレで心もからだも若々しさを保ちましょう!

開講日/4/20、5/18、25、6/8、29、7/13、27、8/3、24、9/14、28、10/12、26、
11/3(月・祝)・16、12/14、21、1/18、2/8、3/8
各日曜日 12:30~13:30

受講料/12,000円(20回講座分)

講師/NAOTO さん 定員/15人程度

持ち物/動きやすい服装、タップシューズ

※注文可(6,500円程度) 初回は運動靴でOK!



K09 おとなのストリートダンス

大人対象。楽しいリズムによってストリートダンスに挑戦!とにかく始めることが若さの秘訣。楽しいダンスでいつでも笑顔!

開講日/4/23、5/28、6/25、7/16、8/27、9/10、10/29、11/3(月・祝)・19、12/17、21、1/28、2/18、3/11
各水曜日 13:00~14:00

受講料/8,500円(14回講座分) 講師/NAOTO さん

定員/15人程度 持ち物/動きやすい服装と靴



描く、つくる、創作の楽しみ

K10 楽しい絵画初級コース

水彩画や油絵を楽しみたい初心者向けの教室です。描くことの楽しさを味わいながら技法や表現力を基本からゆくりと学びましょう!

開講日/4/19、5/17、6/21、7/12、8/30、9/20、10/18、11/8、12/6、1/17、2/14、3/14 各土曜日 10:00~15:00

受講料/12,000円(12回講座分)

講師/大西 又一 さん 定員/20人

持ち物/絵画用具一式(筆、絵具他)、スケッチブック・タオル



K11 陶芸教室

粘土からろくろを回し成形、釉掛け、焼成までの基本を学びます。作りたいものを形にしていって造形の楽しさを味わってみましょう。

開講日/4/23、5/28、6/25、7/9、8/27、9/10、10/8、
11/12、12/10、1/21、2/4、3/11
各水曜日 9:30~12:00

受講日16:00迄と翌日木曜9:30~16:00は自習

※年間2回程度焼成当番時は翌日木曜日の出席をお願いしています。

受講料/10,000円(12回講座分) 材料費/別途

講師/山中 裕介 さん 定員/20人 持ち物/陶芸用具一式、タオル



K12 たのしいクレイクラフト

はじめての方でも講師の丁寧な指導で手軽に作れる粘土工芸です。カワイイお花やすてきな器などを楽しみながら作って飾りましょう。

開講日/4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/3、
10/22、11/19、12/17、1/28、2/18、3/4
各水曜日 10:00~12:00

受講料/10,000円(12回講座分)

材料費/各回1,000円程度

講師/奥 時子 さん

定員/12人 持ち物/工作用はさみ、タオル



K13 たのしいマクラメ編み

マクラメ編みの基礎を簡単な作品をつくりながら覚えて、いろいろな作品にチャレンジしましょう!講師のアドバイスで安心して楽しめます。

開講日/4/25,5/23,6/20,7/4,9/19,10/24,
11/14,12/12 各金曜日 10:00~12:00

受講料/6,500円(8回講座分)

材料費/各回1,000円程度

講師/野田 由依さん 定員/12人

持ち物/ハサミ



K15 楽しいフリーステッチング

毛糸を通したニードルでイラストを描くように刺すだけできれいなステッチが楽しめます。第1回「ハート」第2回「お花」第3回「トートバッグ」を作りましょう!

開講日/5/14,6/4,7/2 各水曜日 10:00~12:00
受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/各回500円程度

講師/疋田 春佳さん 定員/10人

持ち物/フリーステッチ専用(スターターセット、ニードル(太針)、枠(12cm)、スタンド、糸通し、ハサミ)※購入の際、不明な点はお問合せください。



K14 DIYを楽しもう!

身近なアイテムでDIYにチャレンジ!丁寧な指導で安心して制作できます。3回講座で裁縫箱や薬箱などマルチに使える「マルチボックス」をつくりま〜す!

開講日/5/22,6/5,7/3 各木曜日 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分)

材料費/4,000円(3回講座分)

講師/岩坪 麻友美さん 定員/10人

持ち物/かなづち、汚れてもよい服装



K16 重曹アートを楽しもう

重曹アートは新しく生まれたテキストアートの一つです。ざらりとした立体的な質感で抽象画から絵画まで描けます。身近にある材料で気軽にアートを楽しみましょう!

開講日/6/13,7/18,9/26 各金曜日 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/2,500円(3回講座分)

講師/疋田 春佳さん 定員/15人

持ち物/絵具、ピンセット、タオル



チャレンジクッキング&食文化〜お茶・料理・パン・お菓子

K17 お茶でほっこり

お茶のいただき方、点て方や作法の基本を学びます。和菓子をいただき、おいしい抹茶をいただいでほっこり時間を過ごしましょう!

開講日/4/24,5/29,6/26,7/10,9/4,10/9,
11/6,12/11 各木曜日 13:30~15:00

受講料/8,000円(8回講座分)

材料費/4,000円(8回分)

講師/北田 千鶴さん 定員/12人程度

持ち物/扇子(貸出有り)、足袋または白い靴下



K18 パンとお菓子の教室

初心者向きのパンとお菓子づくりを学ぶ講座です。丁寧な指導でやさしい甘さのおいしいパンとお菓子づくりを楽しみましょう!

開講日/4/19,5/17,6/21,7/12,8/30,9/20,
10/18,11/8,12/6,1/17,2/14,3/14 各土曜日 9:00~12:00

受講料/10,000円(12回講座分)

材料費/9,000円(12回分)

講師/西村 芳子さん 定員/15人

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り容器、筆記用具



K19 季節の料理を楽しもう

季節野菜を使って旬を美味しく味わいましょう。4回講座で季節の恵みを取り入れながら滋養の郷土料理を楽しみ学びます。6月恒例の「減塩梅干しづくり」ほか、お楽しみメニューで料理のコツや栄養について学びましょう!

開講日/4/24,6/12,9/11,11/13 各木曜日 10:00~12:00

受講料/3,500円(4回講座分)

材料費/8,000円(4回講座分)

講師/川上 かね子さん 定員/15人程度

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り容器、筆記用具



K20 韓国の家庭料理

韓国のおいしい家庭料理を3回講座で学びます。メニュー(予定)「じゃじゃ麺とたくあんのにじり辛和え」「チヂミ2種」「豚カルビとヤンニョムホタテ」

開講日/6/6,9/5,11/21 各金曜日 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分)

材料費/5,000円(3回講座分)

講師/李 知炫さん 定員/15人

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り容器、筆記用具



会場 能登川コミュニティセンター (記号:N)

描く・書く・つくる楽しみを見つけよう

N01 たのしいスケッチ講座

初心者にも描ける水彩スケッチ講座。講師の魔法の筆による指導でみるみる素敵な作品ができあがります。あなたもこの楽しさを始めてみませんか!

開講日/4/19,5/24,6/28,7/26,8/23,9/27,
10/25,11/22,12/20,1/24,2/14,3/7 各土曜日 9:30~12:00

受講料/10,000円(12回講座分) 教材費/実費

講師/児玉 紘一さん 定員/15人

持ち物/お持ちの鉛筆、筆、絵具など(初回に詳しい説明あり)



N02 ゆる文字エンジョイ講座

ゆる文字は字の苦手な人ほど魅力たっぷりに仕上がる魔法の文字。筆ペンとパステルとあなたのアイデアで描きましょう。①ありがとうハガキ ②暑中見舞い ③大切な人へ贈ろう! ④みんなで寄せ書きを書こう!

開講日/5/31,7/5,8/30,9/20 各土曜日 10:00~12:00

受講料/3,500円(4回講座分)

講師/小南 久美子さん 定員/14人

教材費/1,500円程度(テキスト、ゆる文字用筆ペンほか用具一式、パステルは別途選択で申込初回に説明があります)



N03 モダンカリグラフィー講座

ブラッシュペンで書く人気のモダンカリグラフィー!アルファベットをアレンジして描き、いろいろなカードをおしゃれに作ることができます!(予定)「カリグラフィーの歴史」「基礎a~z小文字とカード作成」「大文字とバリエーション」「イニシャルカード作成」

開講日/6/3,7/1,8/5,9/2 各火曜日 10:00~11:30

受講料/3,500円(4回講座分)

材料費/3,000円(用具・テキスト)

講師/萩原 千尋さん 定員/15人

持ち物/筆記用具(鉛筆、消しゴム、定規)



N04 たのしい手作り小物〜トートバッグとがま口ポーチ

お気に入りの生地を選んでハンドメイドのトートバッグやがま口ポーチ作りを楽しみましょう。自分が使うだけでなくプレゼントにもピッタリ!

開講日/5/20,6/17,7/8,9/9,10/7 各火曜日 10:00~12:00

受講料/4,000円(5回講座分)

材料費/3,500円(5回講座分)

講師/中村 貴子さん、畑 清美さん 定員/10人

持ち物/裁縫道具、裁ちばさみ、チャコペン、ミシン(持参できる人)



癒しのサウンド、やさしい音色で音楽を楽しむ

N05 カリンバ 入門編・N06 カリンバ演奏編

「親指ピアノ」と呼ばれる民族楽器「カリンバ」。美しい音色は心が和みます。初めての人向け入門編と、いろいろな曲の演奏に取り組む経験者向け演奏編の2コースから選べます。

開講日/4/25,5/23,6/27,7/25,8/22,9/26,10/24,11/28,12/5,1/23 各金曜日 N05 13:30~14:30 N06 14:50~15:50

*12/21(日)クリスマスコンサート参加予定

受講料/各8,000円(各10回講座分) 講師/北村 敏子さん他 定員/各12人(楽器貸出あり)

*楽器等注文希望の方はご相談ください。初回に説明あり。*片方のコースの人数が少ない場合、時間、内容等を変更する場合があります。



N07 カラダがよるこぶ料理シリーズ

健やかであることは食事から!食材を選ぶコツ、何をどう食べるのか、免疫力を高めつつ身体が欲しがる料理の講座。メニュー(予定)「レモン麹と活用レシピ」「カレー麹と活用レシピ」「サンラータンと包まないシュウマイ」

開講日/5/15、7/17、9/18 各木曜日 13:00~15:00

受講料/2,500円(3回講座分)

講師/竹野 沙織さん 定員/12人 材料費/各回1,500円程度
持ち物/エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り容器、筆記用具



N08 自家製天然酵母・酒種もちりパンづくり

自家製天然酵母で作る味わい深く、しっとりもちりしたパンづくり。焼きあがったパンの食感や味わいのとりこになります!「酒種継ぎ、ちぎりパン」「発酵の楽しさ、ハムロールパン」「温度管理、くるみアンパン」

開講日/5/30、7/4、9/12 各金曜日 13:30~16:30

受講料/2,500円(3回講座分)

材料費/3,000円程度

講師/井上 聖子さん 定員/12人

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、筆記用具



N09 簡単おいしいスイーツをつくろう

はじめての人にも簡単にできるスイーツづくりを3回講座で学びます。わかりやすい指導でメニュー(予定)「チーズケーキ」「LA餅パイ」「カステラカップケーキ」を作りましょう!

開講日/5/16、7/11、10/17 各金曜日 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/各4,500円(3回講座分)

講師/李 知煥さん 定員/15人

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り容器、筆記用具



N10 はじめての蕎麦打ち

自分で打って食べる蕎麦は格別な風味と美味しさがあるとされています。丁寧な指導で、はじめての人でも楽しみながら蕎麦打ちを体験しましょう!

開講日/4/22、6/10、11/18 各火曜日 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分) 講師/三浦 豊さん

定員/10人 材料費/3,500円(3回講座分)

持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り容器、筆記用具



N11 キッズエンジョイクッキング

こどもの「やってみたい」や自分で作る楽しさ、作ることで食生活の大切さをクッキングを通して学びましょう!メニュー(予定)「お味噌汁と土鍋でご飯を炊いてみよう」「簡単なおやつ3品」「年越しそばを打ってみよう」

開講日/5/6(火)、8/26(火)、12/26(金) 10:00~12:00

受講料/2,500円(3回講座分) 材料費/2,400円(3回講座分)

講師/竹野 沙織さん、三浦 豊さん 定員/10人 持ち物/エプロン、三角巾、マスク、タオル、持ち帰り容器、筆記用具

New!
対象/小学生



会場 玉緒コミュニティセンター(記号:TC)

会場 中野コミュニティセンター(記号:NC)

ところをゆったりとリラックス

弾き手も聴き手も癒されます^ ^

TC01 ハッピー・カラー講座～色で見つける自分らしさ～

色には驚くべき力があります。また色は「心の言葉」ともいえます。人生をより楽しく、豊かにするために「色で見つける自分らしさ」「私に合う色」「色がもたらす癒しやモチベーションアップ」などを学びませんか?紅茶タイムとカラーセラピー、フラワーセラピーも体験いただけます。

開催日/5/11、7/13、9/7 各日曜日 10:00~11:30

受講料/2,500円(3回講座分) 教材費/500円

講師/谷 愛さん

定員/15人 持ち物/筆記用具



NC01 はじめてのカリンバ教室

「親指ピアノ」と呼ばれる民族楽器「カリンバ」、美しい音色にきっと心が和みます。カリンバが初めての方はまずは音の出し方から。受講者みんなで合奏を楽しみましょう。始めるなら「今」です。

開催日/5/16、6/20、7/18、8/8、9/12、10/17、11/21、12/19、1/16、2/13

各金曜日 14:30~15:30

受講料/8,000円(10回講座分)

講師/木戸 弘美さん 定員/12人(楽器貸出あり)

*楽器等注文希望の方は、初回講座日ご相談ください。



【お申し込み方法】

講座受講申込は、「オンライン」または「窓口」受付となります。

①まずは利用者登録(随時登録可能)3月18日までに利用者登録を済ませていただくことを推奨します。既にIDをお持ちの方は不要です。

・ライフロング受講申込サイトの「利用者登録」ボタンを押し、登録画面に進みます。必要事項を入力後、利用規約を確認し、「同意して次へ」ボタンを押し、入力内容確認後「申込」ボタンを押します。登録したメールアドレスに登録確認メールが返信されるので、メール記載のURLにアクセスし、利用者登録を完了してください。登録確認メールで送られてきたIDと登録時のパスワードを大切に保管してください。この利用者登録により、IDとパスワードでログインするだけで受講申込ができます。詳しくは右QRコード(または<https://p-gakushu.jp/lifelong-b/>)

②次に受講申込み

注1)先着順の受付(仮受付)となります。

注2)スマホ等で lifelong-b@p-gakushu.jp からの返信メールを受信できるようにしておいてください。

注3)申込(仮受付)数が定員になり次第、締め切ります。ただし、申込数が定員を超えた場合でも、「キャンセル待ち」の申込ができます。

注4)「キャンセル待ち」申込は、キャンセルができた場合に申込順に繰り上げとなり、受講が可能となった場合にのみ連絡させていただきます。

【受講申込方法(その1)】「オンライン」による申込み 3月19日(水)18:00から

・右QRコード(または<https://p-gakushu.jp/lifelong-b/>)から申込サイトに移動し、ログイン後にお申し込みください。

・申込は1講座ずつとなります。複数の講座を受講される場合は、講座ごとにお申し込みください。

・受講申込を送信いただいたアドレスへ、受信案内が自動返信されます。

【受講申込方法(その2)】「窓口来場」による申込み 3月20日(木) 9:00から

・以下の二会場(窓口)で受講申込受付を行います。

●てんびんの里文化学習センター(五箇荘竜田町583) 火~日 9:00~16:00(休館日 月曜・祝日の翌日 3/21)

●あかね文化ホール(市子川原町461-1) 月・水~日 9:00~16:00(休館日 火曜・祝日の翌日 3/21)

・受講申込の際に登録いただいたアドレスへ、受講申込の案内が送信されます。

③最後に、受講料納入

・受講料を収めていただく受付完了となります。受講料納入窓口及び時間は以下のとおりです。

●てんびんの里文化学習センター 火~日 9:00~16:00(休館日 月曜・祝日の翌日)

●あかね文化ホール 月・水~日 9:00~16:00(休館日 火曜・祝日の翌日)

●コンビニ支払い セブンイレブン、ファミリーマート、ローソン、ミニストップ、セイコーマート、デイリーヤマザキでお支払いが可能です。(24時間OK)

但し、1講座のお支払いごとに手数料が必要です(1件231円~308円)

注5)受講申込をされた方は、申込日から1週間以内に受講料を納入してください。期限を過ぎると、キャンセルとさせていただきます。ご了承ください。

注6)「キャンセル待ち」申込をされた方は、受講可能な連絡を受けた日から、1週間以内に納入してください。

注7)一度納めていただいた受講料はお返しできません。

*教材費、材料費、保険料ほか諸経費は実費負担です。各講座の開講日に集めさせていただきます。

*諸事情により開講日や講座内容等に変更が生じることがあります。また、申し込みが少ない場合は開講しないことがありますのでご了承ください。

★講座情報・空き状況等は 受講申込サイト <https://p-gakushu.jp/lifelong-b/> でご確認ください。

問合せ先 てんびんの里文化学習センター TEL 0748-48-7100 IP 050-5801-7100(休館日 月曜・祝日の翌日)

主催 (公財)東近江市地域興事業団



申込サイトQR

受講料コンビニ支払いのご案内

「オンライン」により受講申込みをいただいた方のみ、受講料「コンビニ支払い」を選択いただけます。

====(手順)====

講座受講申込み最終手順「お申込み受付ページ」で仮申込み完了を確認 → 「トップへ」を選択 → 「トップページ」で「申込一覧」を選択 → 「申込一覧画面」で「支払い」を選択 → 「お支払い」ページ「コンビニエンスストア」にあるコンビニリストから希望するコンビニを選択し、「支払いを申し込む」を選択 → 選択したコンビニで支払いをする。