



武蔵ヶ丘コミュニティセンター

開館時間 平日・土曜8:30~22:00(受付は17:00まで)



TEL 232-5697
FAX 232-5697

★当センターは7月(予定)から大規模改修工事の準備に入り、その後、年度末まで全館利用できません。そのため8月以降、主催講座は開催しませんのでご理解とご協力をお願いします。

子どもと大人向け講座

1 限定4組! 夏休み、家族で木工教室

親子(孫&祖父母ペアも大歓迎)2人で1台のベンチ台づくりにDIYでチャレンジ!レーザー刻印で名前やインシヤルを入れたオンリー ONEの素敵な作品が出来上がります。(エアコンの効いた涼しい屋内で活動します)

- 講 師 木工房 いけ田 池田 恭次 氏
- 開 講 日 7月11日(土)
- 開 講 曜 日 7月第2、4土曜日 7月25日(土)
- 時 間 9:30~11:30(室内)
- 定 員 家族ペア4組(父と子、母と子、祖父母と子等のペア)
- 受 講 料 400円/全2回
- そ の 他 材料費初回のみ別途1組で2,000円。
持参物:手袋か軍手。可能な方はのこぎりと金づち。(教室でも準備します)



【夏休み、家族で木工教室】(作品イメージ)

大人向け講座

2 AIを活用したパソコン講座

タイピングやファイル管理などパソコンスキルを持った方を対象にパソコンを使った生成AIの活用方法を学びます。

- 講 師 キャリアAIプラザ(株) 柴田 健氏 他
- 開 講 日 4月23日(木)
- 開 講 曜 日 第1・3木曜日 5月7,21日
6月4,18日 7月2,16日
- 時 間 19:00~21:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 1,400円/全7回
- そ の 他 Wi-Fi接続可能なノートパソコン持参

3 手持ちウクレレ教室(初心者大人向け)

弦楽器が初めての方向けの講座です。体験ですので初心者の方、お気軽にご参加下さい。簡単な童謡から始めます。

- 講 師 菅 みどり 氏
- 開 講 日 6月2日(火)
- 開 講 曜 日 毎週火曜日 6月9,16,
23,30日 7月7,14,21日
- 時 間 19:00~20:30
- 定 員 8名
- 受 講 料 1,600円/全8回
- そ の 他 テキスト代初回のみ別途500円。ウクレレをお持ちでない方は電話にて連絡下さい。



【R7 手持ちウクレレ教室】

4 手持ちパソコン講座(初級)

パソコンの立ち上げ方、文章づくり(ワード)、表計算(エクセル)の初心者向け講座です。

- 講 師 アビリティスクールマリオネット
- 開 講 日 5月13日(水)
- 開 講 曜 日 毎週水・金曜日 5月15,20,22,
27,29日 6月 3, 5,10,12日
- 時 間 13:30~15:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 2,000円/全10回
- そ の 他 テキスト代初回のみ別途1000円。
Wi-Fi接続可能なパソコン持参



【R7 手持ちパソコン講座】

5 はじめての陶芸

普段使いができる初心者が作れる陶器です。

- 講 師 陶房恵泉 今村 裕介 氏
- 開 講 日 5月27日(水)
- 開 講 曜 日 第1・4水曜日 6月3,
24日, 7月 1, 22日
- 時 間 10:00~12:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 1,000円/全5回
- そ の 他 材料費各回別途1,200円



【はじめての陶芸】(作品イメージ)



【R7 おうち片付け術】

6 おうち片付け術

片付けの基本を学び、考え方や手順を身に付け、心地よい我が家にしませんか。

- 講 師 おかたづけサポート カタコト 岩見 栄子 氏
- 開 講 日 5月7日(木)
- 開 講 曜 日 開講日以外は全て月曜日
5月18日, 6月1,15,29日
- 時 間 10:00~11:30
- 定 員 10名
- 受 講 料 1,000円/全5回
- そ の 他 筆記用具

7 朝のヨーガ教室

ゆっくりとした動きと呼吸で身体を目覚めさせ、元気に一日を始めましょう。

- 講 師 碓水 千絵 氏
- 開 講 日 5月23日(土)
- 開講曜日 隔週土曜日
- 時 間 6月 6,20日 7月4日
- 時 間 9:30~11:00
- 定 員 12名
- 受 講 料 800円/全4回
- そ の 他 ヨガマットがバスタオルをご持参下さい。

8 アンティーク ガーデン雑貨づくり

手作りのアンティーク雑貨でお庭や部屋を飾りましょう。

- 講 師 オルタンシア
- 開 講 日 4月25日(土)
- 開講曜日 毎月第4土曜日
- 時 間 5月23日, 6月27日
- 時 間 10:00~12:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 600円/全3回
- そ の 他 材料費各回別途 1,000円



【アンティークガーデン雑貨づくり】
(作品イメージ)

9 着物地リメイク~和の彩り小物~

首にすっぽりはめる輪っか状のファッションアイテムのスヌードやバックなど手縫いでチクチク縫ってみませんか?

- 講 師 着物リメイク工房美枝子
中嶋 美枝子 氏
- 開 講 日 5月21日(木)
- 開講曜日 毎月第3木曜日
- 時 間 6月18日, 7月16日
- 時 間 10:00~12:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 600円/全3回
- そ の 他 持参品:裁縫道具,はさみ 材料費各回別途500~1,000円程度



【R 7 着物地で作るスヌード作り】

10 ゆかた着付け教室

夏祭り前に浴衣を自分で上手に着られるよう初心者でもわかりやすくお教えします。いろいろな帯結びも学べます。

- 講 師 光の森きもの着付け教室
赤星 美代子 氏
- 開 講 日 7月4日(土)
- 開講曜日 7月第1,2土曜日
- 時 間 7月11日(土)
- 時 間 10:00~12:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 400円/全2回
- そ の 他 浴衣と帯を持参ください。浴衣と帯のレンタルが必要な方は、事前に電話にて連絡を。

11 カンタンプランターで野菜づくりに挑戦!

野菜苗の植え付け~管理、そして収穫までエアコンが効いた涼しい屋内でプロから学べます。植え付けたプランタは当日お持ち帰りいただけます。

- 講 師 ナーゼリース本店 福田 祥之 氏
- 開 講 日 4月25日(土)
- 開講曜日 4月第4, 7月第3土曜日
- 時 間 10:00~11:30(室内)
- 定 員 8名
- 受 講 料 400円/全2回
- そ の 他 材料費各回別途2000円~2500円。持参物:移植こて,プランターが大きいので車での来場がお勧めです。

12 季節の花 アレンジ教室

ドライフラワー・観葉植物・砂などを使った季節の花アレンジ教室です。

- 講 師 greenlife yoshimura
吉村 忍 氏
- 開 講 日 5月13日(水)
- 開講曜日 毎月第2水曜日
- 時 間 6月10日, 7月8日
- 時 間 10:00~12:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 600円/全3回
- そ の 他 材料費各回別途1500円



【R 7 季節の花アレンジ教室】

13 パステルアート

指先とパステルの粉を使った誰でも簡単にできるアートです。楽しく作品作りをしましょう。

- 講 師 稗島 明美 氏
- 開 講 日 5月20日(水)
- 開講曜日 毎月第3水曜日
- 時 間 6月17日, 7月15日
- 時 間 10:00~12:00
- 定 員 10名
- 受 講 料 600円/全3回
- そ の 他 材料費各回別途500円

14 知って得する認知症ケア

認知症の方と接する時、どんなことに気をつければよいの?認知症のケアについて認知症看護認定看護師がわかりやすくお話しします。

- 講 師 熊本再春医療センター
認知症看護 認定看護師
- 開 講 日 5月8日(金)(単発講座)
- 時 間 10:00~11:30
- 定 員 10名
- 受 講 料 200円/全1回
- そ の 他 筆記用具

15 快適な眠りと目覚めを学ぶ睡眠講座

今日からできる快眠の秘訣をテレビ等にも出演する睡眠インストラクターの有資格者がわかりやすく解説します。

- 講 師 ムーンムーン株式会社
睡眠改善インストラクター 丸山 晴美 氏
- 開 講 日 5月29日(金)(単発講座)
- 時 間 10:00~11:30
- 定 員 10名
- 受 講 料 200円/全1回
- そ の 他 筆記用具

16 暮らしに役立つ漢方~暑い時期の不調対策~

生活で使える漢方の知恵を、わかりやすく、楽しくお話しします。内容は、梅雨・夏場の不調対策が中心です。

- 講 師 菜の花漢方堂
牛江 賢一 氏
- 開 講 日 6月12日(金)(単発講座)
- 時 間 10:00~11:30
- 定 員 10名
- 受 講 料 200円/全1回
- そ の 他 筆記用具



【R 7 暮らしに役立つ漢方】