

1 おもしろ漢字講座			
講師	内山 政勝	漢字教育士	
内容	【第1回】7月 1日(日)	自己紹介、古代文字(漢字)について(1)漢字の使い分けについて、書き間違いやすい漢字、漢字にまつわる話あれこれ	
	【第2回】7月29日(日)	古代文字(漢字)について(2)漢字の使い分けについて、書き間違いやすい漢字、漢字にまつわる話あれこれ	
	【第3回】9月 2日(日)	古代文字(漢字)について(3)漢字の使い分けについて、書き間違いやすい漢字、漢字にまつわる話あれこれ	
	【第4回】9月30日(日)	古代文字(漢字)について(4)漢字の使い分けについて、書き間違いやすい漢字、漢字にまつわる話あれこれ	
時間	各回とも、9時30分~11時30分	会場	教育センター 研修室1
対象	中学生以上・45名	費用	400円(資料代)
持ち物	筆記用具(各講座共通)		
講師から皆さんへ	漢字の講座ですが、難しい話ではありません。楽しめるとおもいます。是非ご参加ください。		



2 宅建士講習会			
講師	高橋 敏朗	宅建10年、管工事10年、宅建士、管工事士、建築士、給水工事士他5種	
内容	【第1回】7月 4日(水)	1. 宅建士試験の概要 2. 受験の心構え 3. 法律(民法)について	
	【第2回】7月11日(水)	1. 民法解説 2. 過去10年間の出題傾向など 3. 過去問題の解説	
	【第3回】7月18日(水)	1. 宅建業法について 2. 法令上の制限について 3. 土地・建物について	
	【第4回】7月25日(水)	1. 簡単な宅建業法試験 2. 高確率解答法について 3. 合格に繋がる勉強方法	
時間	各回とも、9時30分~11時30分	会場	教育センター 研修室1
対象	20歳以上・30名	費用	2,000円(資料代)
持ち物	筆記用具(各講座共通)		
講師から皆さんへ	20回の講習会で合格できる内容です。ご参加お待ちしております。		



3 レクリエで楽しくイキイキ・ワクワク健脳老化予防で光輝高齢者を目指す			
講師	城川 敬三	文部科学省健康管理能力検定1級、埼玉県生涯学習インストラクター	
内容	【第1回】7月 4日(水)	認知症予防対策、生活習慣の見直し改善策、レクリエ(脳によい影響を与え心が若返る脳トレ)で楽しく学び遊ぶ健脳体操、すわるピクス	
	【第2回】7月11日(水)	ところが若返る忘れ物予防、健脳生活を学び記憶力、再生力、認知注意力、推理判断等の脳トレ	
	【第3回】7月18日(水)	頭元気に若返る、神経細胞を活性化しイキイキと蘇る、明日が明るく光輝く「光輝高齢者」をめざす	
	【第4回】7月25日(水)	不思議、謎だらけ、おもしろ人体メカニズム、人体の神秘にびっくり	
時間	各回とも、9時30分~11時30分	会場	教育センター 研修室3
対象	20歳以上・32名	費用	500円(資料代)
持ち物	筆記用具(各講座共通)		
講師から皆さんへ	健幸で健脳(けんのう)に役立つ生活習慣の見直しを! 気楽に遊び心でカタくて ■ 四角い頭をヤワらかい ● 丸い頭になるように。一緒に知恵を絞り出しましょう。		



4

エンディングノート（もしもノート）の書き方講座

講師	赤堀 良孝 行政書士（埼玉県行政書士会春日部支部会員）		
内容	【第1回】7月 5日（木）	1. 講師自己紹介及び活動内容の紹介等 2. エンディングノートの基礎知識 3. エンディングノートの記載（実習1 家族・親族等の資料）	
	【第2回】7月12日（木）	1. エンディングノート記載（実習2 財産等管理の資料） 2. お一人様の終活基礎知識（尊厳死宣言書・葬儀・墓等） 3. ペット飼育者の終活基礎知識（ペットの飼育管理は大丈夫？）	
	【第3回】7月19日（木）	1. エンディングノート記載（実習3 チェックリストでの点検） 2. 質疑応答（Q&A） 3. アンケート集計	
時間	各回とも、9時30分～11時30分	会場	教育センター 研修室1
対象	20歳以上・10名	費用	500円（資料代）
持ち物	筆記用具（各講座共通）、エンディングノート（お持ちの方）※資料代とは別途、500円でご提供します。		
講師から皆さんへ	「そのうち、そのうち」と思う間に“その時”は突然やってきます。決めるべきことを決めておかないと、別れの記憶は一生、苦いものとなります。		



5

60歳からできるフランス語入門

講師	広瀬 知子 獨協大学フランス語学科卒業		
内容	【第1回】7月 5日（木）	フランス語の基本（a,b,cから）とあいさつを覚えて練習	
	【第2回】7月12日（木）	イラストを用い様々な単語をゲーム感覚で楽しく覚える（食べ物、雑貨など）	
	【第3回】7月19日（木）	カフェなどで注文する表現、フランス語文法などの解説と実践（第2回目で覚えた単語等を思い出しながら）	
	【第4回】7月26日（木）	フランス語の実践～解説、お店で買い物する表現、市場でお買い物（応用編）、店員とお客さん役で実践 など	
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	教育センター 研修室1
対象	おおむね60歳以上・20人 ※60歳未満も参加可	費用	500円（資料代）
持ち物	筆記用具（各講座共通）		
講師から皆さんへ	初めての方でも、やさしく指導します。		





6


たのしい俳句教室・・・俳句は生きがい

講師	磯谷 冬日 春日部市生涯学習市民推進員		
内容	【第1回】7月 6日（金）	1. 自己紹介 2. 《講義》講師作成テキストを使用し、俳句を詠むために必要な知識等をわかりやすく学習 3. 質疑応答	
	【第2回】7月13日（金）	《実技(句会形式)》第1回目の講義を基礎に自宅で俳句を詠んで3句前後持ち寄り、全員での選句、発表、感想等を述べ講師が講評し質疑応答	
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	教育センター 研修室1
対象	20歳以上・15名	費用	200円（資料代）
持ち物	筆記用具（各講座共通）		
講師から皆さんへ	筆記用具があれば、何処でも、年齢にかかわらずいつまでも楽しめる、真の生涯学習と言えます。		



7		パステリア書（指で自由に描きます）		お好きな日程のみの参加も可能です	
講師	中村 徹子	パステリア書インストラクター			
内容	【第1回】7月 7日（土）	パステリア書について 実技1 テーマ：夏のイメージで（金魚、運氣の上昇するもの）			
	【第2回】8月 4日（土）	実技2 テーマ：自由に描きます（夏休みの宿題に ひまわり、あさがお等）			
	【第3回】9月 1日（土）	実技3 テーマ：秋の風景（落ち葉舞う 心のいやし）			
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	教育センター 研修室1		
対象	問わず・20名	費用	1回あたり 450円 ※3回で1,350円 (材料代)		
持ち物	筆記用具（各講座共通）、おしぼり、エプロン				
講師から皆さんへ	パステルを使って指で描くパステリア書。初めての方大歓迎。お子様から楽しめます。自由に色を使い、心も身体も癒されます。				

8		健康謡曲教室		
講師	中西 喜三	観世流名誉師範		
内容	【第1回】7月 7日（土）	謡曲について、発声練習、祝儀に謡う「鶴亀（つるかめ）」		
	【第2回】7月14日（土）	発声練習、祝儀に謡う「狸々（しょうじょう）」		
	【第3回】7月21日（土）	発声練習、祝儀に謡う「高砂（たかさご）」		
	【第4回】7月28日（土）	発声練習、前3回の復習		
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	豊野地区公民館 和室Ⅱ	
対象	20歳以上・10名	費用	無料	
持ち物	筆記用具（各講座共通）、クッション、小型椅子（正座等が難しい方）、白足袋（お持ちの方）、飲料水、タオル			
講師から皆さんへ	謡曲はお腹から声を出すので、心身の健康につながります。まずは、声を出すことをお勧めいたします。難しく考えず、お気軽にご参加ください。			


9		演劇療育 一みんな楽しく朗読劇—		★第4回目のみのお見学も歓迎★ 受講者による朗読発表会を行います	
講師	森川 浩子	全心連公認上級プロフェッショナル心理カウンセラー、発達障がい者コミュニケーション指導者			
内容	【第1回】7月 8日（日）	声を出すための準備体操（緊張をほぐす脱力、複式呼吸等）、活舌を良くするためのお口の体操、群読リレー朗読『十二支の始まり』ほか			
	【第2回】7月15日（日）	1日目の学習の続き、喉を傷めない正しい発声を学ぶ、朗読の役割分担、喜怒哀楽の表現を学ぶ			
	【第3回】7月22日（日）	2日目の学習の続き、お腹から出す腹式呼吸の発声を習得する、仕方ばなし、身振り手振りの指導、作品の仕上げ等			
	【第4回】7月29日（日）	「朗読劇発表会」ご家族、ご友人、地域の方へ向けた成果発表			
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	教育センター 研修室3（第1回目～3回目）、研修室2（第4回目）		
対象	小学生以上・20名（保護者同伴可）	費用	500円（台本代）		
持ち物	筆記用具（各講座共通）、動きやすい服装、飲料水				
講師から皆さんへ	台本を片手に、声優さんみたい！ナレーションや役を演じることで、声を出す楽しさに気付きます。最終日は発表会！飛び入り出演も大歓迎です。				

10

共通テーマのもと、複数の講師が講座を指導します！


豊かなシニアを過ごすために

「コラボ企画」

講師	熊谷 謙一 第1回、第3回講師	回想法レミニション ・懐かしいものや映像を見て思い出を語り合う「回想法」は脳を活性化します。		
	奏 志 朗 第1回講師	オカリナ奏者 ・オカリナの音色で、懐かしい人の顔や心も曲の中に浮かぶかも知れません。		
	泉 栄 第2回講師	笑いヨガティーチャー ・笑いヨガで“笑って元気”身も心も健康で過ごしましょう。		
	あやし家 こいつ 第2回講師	笑い療法士、彩の国いきがい大学及びNPOシニア大楽講師 ・笑いには“福”作用がいっぱいです。笑い療法士が笑顔を届けます。		
	春日部介護保険チェアクラブ 第3回講師	春日部市介護相談員、認知症キャラバンメイト ・認知症を理解し、市民の一員として何ができるのか学んでみませんか。		
内容	【第1回】 7月 8日(日)	【第1部】回想法入門講座・基礎編～脳を活性化する回想法～ (1) 回想法とは (2) ビデオ紹介「施設で(個人・グループ回想法)・家庭で(家庭回想法)」 (3) 回想法プログラム「映像と音楽で綴る昭和の時代①」 【第2部】オカリナ演奏「懐かしのあの曲を楽しもう」 あの頃の時代と自分に思いを馳せて。		
	【第2回】 7月15日(日)	【第1部】レクリエーション「笑いの力で毎日を楽しく」 笑いヨガは「笑う」という動作を体操にした健康法。 人は笑うから楽しくなります。「ハハハ♪」と声を出して体操。 【第2部】笑い療法「笑う“顔”には健康来たる」 「笑い療法士」が愉快地語る健康漫談。		
	【第3回】 7月22日(日)	【第1部】認知症を知ろう「認知症サポーター養成講座」 認知症を正しく理解。安心して暮らせる地域作りを。 【第2部】入門講座・実践編～思い出を今と未来に活かす回想法～ (1) 回想法の実践 (2) インターネットを使った回想法「NHK回想法ライブラリー」より(実技) (3) 回想法プログラム「映像と音楽で綴る昭和の時代②」		
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	教育センター 視聴覚ホール	
対象	問わず・50人	費用	無料	
持ち物	筆記用具(各講座共通)、動きやすい服装、飲料水(第2回目のみ)			

11

万葉集を楽しむ～万葉ロマンに触れよう～

講師	中込 太三	万葉集趣味の会で講師経験多数		
内容	【第1回】7月10日(火)	自己紹介と講義についての希望聴取、万葉集の成り立ちについての解説、万葉仮名について、万葉秀歌の鑑賞(初期万葉の代表的な歌)		
	【第2回】7月18日(水)	前回の復習、万葉秀歌の鑑賞(万葉集 巻一、巻二の中から選択)		
	【第3回】9月 4日(火)	万葉秀歌の鑑賞(若き悲劇の皇子らの歌と、その歴史背景)		
	【第4回】9月13日(木)	万葉秀歌の鑑賞(筑紫歌壇の人々の歌を中心に解説)、埼玉にある万葉歌碑について		
時間	各回とも、13時30分～15時30分	会場	教育センター 視聴覚研修室	
対象	20歳以上・35名	費用	無料	
持ち物	筆記用具(各講座共通)			
講師から皆さんへ	それぞれの歌の中に秘められた歴史的背景(即ち万葉人の生活)を知ることにより、はじめて正しい解釈ができ、万葉ロマンに触れることができます。			

12 楽しい大正琴

講師	舟波 園江 琴生流菊八重会師範		
内容	【第1回】7月11日(水) 大正琴の歴史、基礎練習とやさしい曲の学習		
	【第2回】7月25日(水) 前回の復習、参加者のニーズに合わせた曲の練習		
時間	各回とも、9時30分～11時30分	会場	幸松地区公民館 会議室A
対象	20歳以上・15名	費用	50円(資料代)
持ち物	筆記用具(各講座共通)、大正琴(お持ちの方)※貸出し可能		
講師から皆さんへ	初めての方にもやさしい内容です。貸琴(無料)もありますので、興味を持たれる方 はご参加ください。		



13 楽しくておいしい手ごねパン作り お好きな日程のみの参加も可能です

講師	本田 早苗 食育アドバイザー、パン教室Bake主宰、その他カルチャースクール等で講師経験		
内容	【第1回】7月19日(木) クリームチーズクルミパン		
	【第2回】8月23日(木) セサミクランクパン		
	【第3回】9月27日(木) 焼きカレーパン		
時間	[第1回]13時30分～15時30分 [第2回],[第3回]9時30分～11時30分	会場	中央公民館 実習室
対象	20歳以上・8名 [第1、2回]は小学生以上のお子さん同伴可	費用	1回あたり1,800円 ※3回で5,400円 (材料代、レシピ代等)
持ち物	筆記用具(各講座共通)、エプロン、タオル、生地にかけるふきん、持帰り容器		
講師から皆さんへ	独学でパン作りされている方や、レパートリーを広げたい方。ちょっとしたコツで、失敗しない、お店で売っているようなパンが作れるようになりますよ!		



14 やさしい文化箏(ミニ琴)

講師	鈴木 せつ 文化箏音楽振興会講師		
内容	【第1回】7月24日(火) お箏の名称、姿勢、つめのつけ方、音階、楽譜の読み方等の基本を学習し、音を出す(「さくら」を弾く)		
	【第2回】7月31日(火) 前回のおさらいをして箏の音色を楽しむ(「荒城の月」を弾く)		
時間	各回とも、9時30分～11時30分	会場	内牧地区公民館 研修室I
対象	20歳以上・10名	費用	100円(資料代)
持ち物	筆記用具(各講座共通)、箏爪(お持ちの方)※貸出し可能		
講師から皆さんへ	楽器経験がなくても大丈夫ですよ。一緒に楽しみましょう。市内の公民館のサークルを指導していますので、そちらにも是非ご参加ください。		



15

春日部の昔話

平成30年7月28日(土)実施予定だった
講座は、【台風のため中止】とし、
その代替として9月1日(土)に
実施することとなりました

講 師	猪山 吉徳		語り部活動多数
内 容	【第1回】8月19日(日) 地元の民話シリーズ		
	【第2回】9月 1日(土) 春日部周辺の民話シリーズ		
	【第3回】9月22日(土) 第1回目または第2回目の続編シリーズ		
時 間	各回とも、13時30分~15時30分	会 場	粕壁南公民館 和室
対 象	問わず・30名	費 用	無 料
持ち物	筆記用具(各講座共通)		
講師から 皆さんへ	伝統芸能としての語り部活動で、主に関東地方の民話をお話しします。皆さんも、ご自身の地域の昔話や民話を覚えていたら、是非教えてください。		

