

# 春期市民自主企画講座

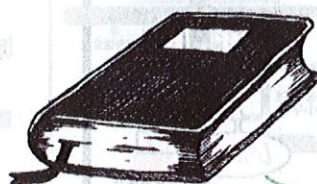
## 市民自主企画講座とは？

この講座は、県民の皆さんが主体となって講座を運営する事業です。各講座の講師はボランティアの皆さんであり、それぞれこれまでの学習や活動の成果を活かした講座を企画し、発表・教授したいという意欲あふれる方々です。多くの皆様のご参加を、お待ちしております。



## 開催講座ラインナップ（開催日時順）

- ◆講座 1： 疲れ顔、老け顔必勝法！！
- ◆講座 2： ★社交ダンス★基本のワルツ
- ◆講座 3： アルトリコーダーのアンサンブルを楽しもう
- ◆講座 4： ペン字上達のコツを学びましょう！
- ◆講座 5： インナーマッスル活性化とケガ予防のゆる体操
- ◆講座 6： やさしいビジネス英会話
- ◆講座 7： お菓子の雑学を学ぼう！
- ◆講座 8： 日本近代史（大正～アジア太平洋戦争）を学ぶ
- ◆講座 9： 犬、ぶどうなど5ヶの飾りを作ります
- ◆講座 10： 糸かけ曼荼羅（まんだら）
- ◆講座 11： 官位・官職入門
- ◆講座 12： ハーバリウム講座
- ◆講座 13： ヨガ
- ◆講座 14： 1～5分程の短くてしっとりとした粋な小唄
- ◆講座 15： 心屋流 知るだけで人間関係が超ラクになる4つのパターン
- ◆講座 16： 紙のスタンドグラス「ローズウィンドウ」を作ろう！！
- ◆講座 17： お花(生花)に触れてリフレッシュ
- ◆講座 18： PowerPointでチラシ作成
- ◆講座 19： TAIKAN（体幹）トレーニング
- ◆講座 20： オリジナルハーバリウムを作ろう！
- ◆講座 21： ファシリテーション・対話を体験で学ぼう
- ◆講座 22： 季節のアイシングクッキー教室
- ◆講座 23： 脳トレ感覚で大正琴を弾いてみよう
- ◆講座 24： グループホームの認知症介護で学んだこと。
- ◆講座 25： みんなのインプロ2019春
- ◆講座 26： 徳川将軍家の妻妾物語 パート2
- ◆講座 27： ココロのスキルUP
- ◆講座 28： ピーズ入りラリエット
- ◆講座 29： ZUMBA®
- ◆講座 30： 早造り熟成塩麴・醤油麴・甘麴（生甘酒）造り
- ◆講座 31： 二胡初級講座
- ◆講座 32： “三宅島木遣太鼓を打つ！”
- ◆講座 33： 「健脳美麻雀」（初心者対象）実践講座
- ◆講座 34： 気軽に楽しむアロマとハーブのワンコイン講座
- ◆講座 35： 幡野ゆみの「アドラー心理学」@勇気づけ
- ◆講座 36： 第37回やまなし相続大学「終活のすゝめ/相続・遺言・成年後見」
- ◆講座 37： 温故知新 古代天皇と神功皇后伝説
- ◆講座 38： 口語英語を学ぶ
- ◆講座 39： “動機づけ面接”体験
- ◆講座 40： 楽しい手作りキャンドル
- ◆講座 41： ピーズ入り小袋と花カードで編むブローチ
- ◆講座 42： 体幹ストレッチ教室
- ◆講座 43： パッチワーク：スター（星）のタペストリ
- ◆講座 44： BASEでネットショップを作成しよう
- ◆講座 45： プレゼンテーション入門
- ◆講座 46： 戦国の堀越一族 團十郎・成田屋の起源
- ◆講座 47： 着付にチャレンジ！浴衣から始めましょう



キャンパスネット  
連携講座



- 受講料：無料（但し、講座により教材費等がかかる場合があります）
- 申込みの方法：電話・FAX・E-mail・ホームページで希望の講座番号・氏名・電話番号を記入してお申し込みください。
- 申込締切日：講座により申込期限が違いますので確認してください。（但し、定員になり次第締め切ります）
- 受講申込が、5名以下の場合には開催しない場合もありますのでご了承ください。
- 受講される講座により会場が違います。会場・日時は必ずご確認ください。
- 最終ページに会場案内地図を掲載してあります。

～受講者の皆様へのお願い～  
各講座とも講師の善意により開催しております。申し込まれた講座は必ず受講してください。都合によりキャンセルする場合は、必ず事前にセン

## 山梨県生涯学習推進センター

〒400-8501 甲府市丸の内1-6-1 山梨県防災新館やまなしプラザ内  
TEL：055-223-1853 FAX：055-223-1855  
E-Mail：llcenter@yamanashi-bunka.or.jp  
HP：http://www.manabi.pref.yamanashi.jp/center/



Twitter Facebook  
山梨県生涯学習推進センターで検索



HP



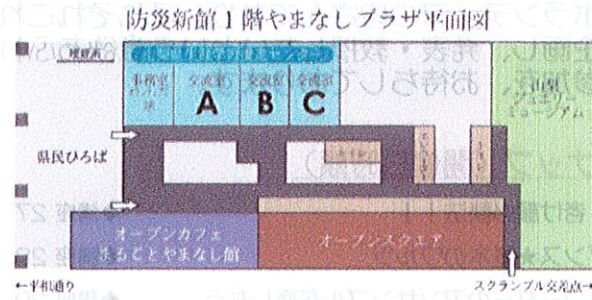
Facebook



Twitter

# 会場案内

【山梨県生涯学習推進センター】



■山梨県甲府市丸の内1-6-1 防災新館1階

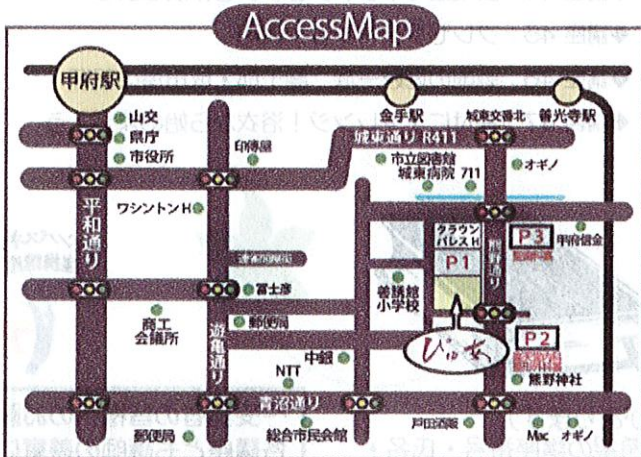
■JR甲府駅南口から徒歩5分

■有料地下駐車場完備  
1時間まで300円  
(講座受講者は所定の手続きにより1時間無料)

1時間を超えた場合は30分毎に150円

■駐輪場は防災新館南側道路向いにございます

# 【ぴゅあ総合 山梨県立男女共同参画推進センター】



■山梨県甲府市朝気1-2-2

■（バス利用）  
JR甲府駅南口バスターミナル5番のりばから  
「石和」方面行きのバスに乗り、「城東三丁目」で下車  
(バス乗車約10分)  
城東交番北交差点から熊野通りを南へ徒歩5分

■（電車利用）  
JR身延線金手駅から徒歩15分