

生活クラブのカルチャースクール

# 陽だまりカレッジ

つくる・つながる・まちづくり

日程  
オーダー型

生活クラブ愛知  
文化講座事業  
陽だまりカレッジ  
保存版  
ニュース

2018



生活クラブ愛知のホームページ  
http://aichi.seikatsuclub.coop  
●メニューからイベントに入ってください



TEL (052) 899-0770  
FAX (052) 899-0802

あなたの希望を叶える 日程オーダー型の陽だまりカレッジのお知らせ(保存版)です!

開催日、開催センター(名古屋・尾張旭・豊田・豊橋)講座内容も相談できます。お友だち・親子・兄弟等々、仲間を集めて、一緒に受講しちゃおう!(生活C未加入者は+500円)。申し込みは希望日の1ヶ月前以上に、およびその人数と共にお知らせ下さい。(講師日程や部屋の状況によりご希望にお応え出来ない場合もあります) その他詳しい事は事務局までお気軽にお尋ね下さい。

グリーンアドバイザー/日本ハンギングバスケット協会マスター  
花育アドバイザー/名古屋トワイライト事業講師

## ガーデニング 伊東 加寿子

時間 90分  
開催場所 室内・屋外可能

置き型(コンテナガーデン)・  
壁掛け型(ハンギングバスケット)  
室内観葉植物・野菜・ハーブ

お花・ハーブ・野菜・多肉など、器・  
デザインのリクエストetc...講師  
と相談の上予算に合わせて、無農薬の  
お好みの寄せ植えが作れます。

講習費 5~7名 2,000円、8~12名 1,500円  
材料費 相談  
持ち物 エプロン・持ち帰り袋(箱)・ハサミ  
定員 5~12名 人数確定日 開催日3週間前



名古屋科学館ものづくりボランティア  
高校科学・中学理科教職/名古屋トワイライト事業講師

## 科学で遊ぼう 遠藤 敏美

時間 60~120分応相談  
開催場所 会議室

電池・科学のサイエンス  
ポリマー(保冷剤)  
PHペーパー調べ・万華鏡など

でんじろう先生のような遊びを通した  
科学を、身近な材料を使って、楽しい  
科学を伝えます。

講習費 1開催5,000円 材料費 300円~  
持ち物 手ふきタオルなど  
定員 5~20名 人数確定日 開催日1週間前



Voice Carving Academy認定講師

## タイカービング 浅田 早弥香

時間 90分  
開催場所 会議室

野菜(きゅうり人参大根など)  
or ソース

野菜や果物、スープに専用ナイフで  
模様を彫るタイの伝統工芸「カ  
ービング」。結婚式のwelcomeボードや卓  
上アレンジも人気。油絵の具で彩色する  
ので色褪せません。

講習費 2,000円(貸出道具込)  
材料費 300円  
持ち物 エプロン・手ふきタオル  
定員 3~8名 人数確定日 開催日1週間前



鍼灸師

## お灸 土橋 禎子

時間 60分  
開催場所 横になれる場所

お灸の実践

病気は気血水の流れの滞り。日々の不  
調をセルフケアし、流れを良くして元気  
であるために、本を見ているだけでは  
今一つわからないと思っている方にも  
おすすめ。お灸の良さを実感できます。

講習費 1,300円 材料費 200円  
持ち物 素足になつたりゆつたりできる服装  
定員 5~10名 人数確定日 開催日1週間前



AEA J認定アロマセラピーインストラクター/  
アロマ・フランス認定クレイセラピスト  
NARO JAPAN認定アロマ・インストラクター

## アロマセラピー 原 祐子

時間 90分  
開催場所 会議室

リッス・ハンドクリーム・虫除け  
抗菌スプレー・風邪用クリームなど

アロマの選び方や使い、知っておく  
と役立つアロマセラピー、メディカル  
アロマなどの話。香りと一緒にアロマ  
生活をはじめましょう。

講習費 1,500円 材料費 1,000円~  
持ち物 筆記用具 定員 3~10名  
人数確定日 開催日1週間前



日本表情筋トレーニング協会認定講師・薬剤師

## 水野愛子の表情筋トレーニング 神谷 公子

時間 90分  
開催場所 会議室

表情筋トレーニングで顔や首回りの筋  
肉を若々しくイキイキした顔つきに保  
ちましょう。薬剤師の立場から薬や健  
康について身近な話題をわかりやすく  
お伝えします。

講習費 1,500円 持ち物 手鏡・筆記用具  
定員 3~10名 人数確定日 開催日4日前



日本パンフラワー協会会員/日本貴金属協会会員  
ミガホンアカデミーカギリタ講師/名古屋トワイライト事業講師

## パンフラワーでお花 尾崎 千佐美

時間 120分  
開催場所 会議室

卓上アレンジ・リース・スワッグ  
お花アクセサリなどご自由に。

柔らかい樹脂粘土で好きな花を好きな色  
で、季節のお花・行事のお花などを作り  
ましょう。結婚式のwelcomeボードや卓  
上アレンジも人気。油絵の具で彩色する  
ので色褪せません。

講習費 2,000円  
材料費 粘土代など実費(粘土代1080円~)  
持ち物 木工用ボンド  
定員 2~5名 人数確定日 開催日5日前



クラフトバンドエコロジー協会認定講師

## クラフトバンドのかご バッグ・小物 松崎 富士代

時間 120分~  
開催場所 会議室

バッグ・かご・小物  
ストラップなど

再生紙等で作られたカラー豊富なクラ  
フトバンドは初めての方でも簡単に素  
敵なカゴを作ることができます。多彩な  
編み方とカラーでデザインも無限大。

講習費 5~8名 2,000円、豊橋以外+500円  
材料費 30分追加1人300円  
持ち物 400円~相談、速乾性木工用ボンド  
・ハサミ、洗濯ばさみ20個程度、  
マイナストライパー・メジャー



日本パンフラワー協会会員/日本貴金属協会会員  
ミガホンアカデミーカギリタ講師

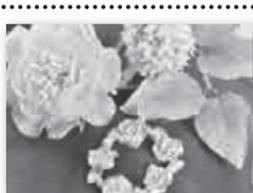
## シルバー粘土アクセサリ 尾崎 千佐美

時間 180分  
開催場所 会議室

すずらん・薔薇・ペンダントトッ  
ピス・イヤリングなど相談

純銀の粘土でお花のアクセサリを作  
ります。

講習費 2,000円 材料費 3,000円~  
持ち物 手ふきタオル・エプロン  
定員 2~5名 人数確定日 開催日1週間前



さとう式リンパケア/セルフケア講師/看護師/脳科学コーチ

## セルフリンパケア 長尾 峰子

時間 90~120分(人数により)  
開催場所 横になれる場所

赤ちゃんからお年寄りま  
で簡単お手軽ながらケア  
で、全ての細胞の循環を  
促すリンパケア。効果が  
即実感できます。日頃の  
疲れを癒し、体の変化を  
体験。

講習費 体験2,000円 6回コース22,000円  
材料費 希望者はリンパケア専用道具購入可(2160円より)  
持ち物 バスタオル・動きやすい服装  
手鏡・チークブラシ(あれば)  
定員 各クラス4~10名 人数確定日 開催日3日前



石けん利用をすすめる活動20年以上/名古屋トワイライト事業講師

## 石けん 柘植 千賀子

時間 120分  
開催場所 会議室

シャンプー・住宅掃除・キッチン  
洗濯など相談・親子実験  
(みかんジュースの飲み比べ・ミミズ実験)

見た目だけでは区別がつかない  
合成洗剤と石けんの何がどう  
違うのかを解説。洗浄剤の種類  
と違いがヒトの体や環境に与え  
る影響について根本的な話を  
します。使い方もお伝えします。

講習費 1開催5,000円 材料費 資料代100円  
持ち物 筆記用具 定員 5~30名  
人数確定日 開催日4日前



(一財)民族衣装文化普及協会特別認定講師/着装技術1級 王朝典許し

## 着付け 小宮山 啓子

時間 120分  
開催場所 靴を脱いで入れる部屋

少人数で集中して習える3つのコース  
A.初心者向け3回講座  
B.経験者向け帯結び1回講座  
C.浴衣1回講座

講習費 A.5,000円・B.2,000円・C.1,500円 持ち物 相談  
定員 A・B.3~5名・C.4~8名 人数確定日 開催日1週間前



JTA日本トランポピクス協会指導員

## トランポピクス 石橋 悦子

時間 90分  
開催場所 室内なるべく広い所

音楽に合わせてながらウォーキング。  
膝・腰が気になる方!ミニト  
ランポリンは負担がからず体  
の軸が整いゆかみも矯正でき  
インナーマッスルへ刺激。筋  
肉痛にならず短時間で効果的  
に有酸素運動をしましょう。

講習費 1,500円  
材料費 トランポリンレンタル料300円  
持ち物 室内用運動靴・運動のできる服装  
フェイスタオル・飲み物  
定員 5~11名 人数確定日 開催日3日前



サリサリハルム認定 骨盤美人体操インストラクター

## 骨盤美人体操 松村 陽子

時間 90分  
開催場所 横になれる場所

癒しの音楽をかけながら、素足でゆつたりと。  
整体師が考えた身体メンテ  
ンス体操ストレッチ体操。骨盤  
の歪みを整え、血流やリンパ  
の流れを良くし健康で若々し  
い身体を目指します。

講習費 1,500円  
持ち物 ヨガマットまたはバスタオル  
動きやすい服装(ジーンズ不可)・飲み物  
冷える方は靴下(タイツは不向き)  
定員 4~15名 人数確定日 開催日3日前



## ボディメイクストレッチ 熊谷 伸恵

時間 60分  
開催場所 横になれる場所

カンタンな有酸素運動・イン  
ナーマッスルを呼び覚ます  
動きを取り入れ身体がラク  
になるストレッチを紹介。楽  
しくエクササイズしましょう。

講習費 1,500円  
持ち物 ヨガマットまたはバスタオル  
動きやすい服装(ジーンズ不可)  
飲み物・フィットネス用室内靴  
定員 5~15名 人数確定日 開催日3日前



調理師免許

## さかな料理 中山 典子

時間 120分  
開催場所 調理室

あじ・いかなど相談  
魚を一匹使って三枚におろしたり、イカのさば  
き方も伝えます。さばいたあとはお料理をして  
美味しくいただきます。



講習費 1,500円 材料費 1,000円~  
持ち物 エプロン・手ふきタオル  
定員 4~6名 人数確定日 開催日3週間前

名古屋友の会会員

## 鍋帽子® 尾関 めくみ

鍋帽子作りと鍋帽子料理の二つの講座のご紹介です。

鍋帽子作り時間 240分(昼食込)  
鍋帽子料理時間 120分  
開催場所 調理室と隣り合わせの  
なるべく広い会議室

●鍋帽子作り/鍋帽子の材  
料をキョーにご指導しても  
作れるようにご伝えます。  
●鍋帽子料理/鍋帽子で 美  
味しくできる料理を学習しま  
す。料理メニューは 応相談。  
講習費 1,500円 材料費 鍋帽子作り2,500円(昼食込)  
鍋帽子料理600円程度  
持ち物 鍋帽子作り/裁縫道具 鍋帽子料理/エプロン  
定員 4~6名 人数確定日 開催日2週間前

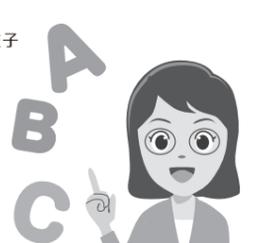


英検準1級/TOEIC985点/英会話講師歴20年以上

## ZOOMで英語レッスン 津田 亜佐子

時間 30分/60分(開催日、時間は応相談)

◆ZOOMとは  
登録番号は、ホームページに決  
まった番号を入力するだけで自宅  
のパソコンから講師のパソコンに  
繋がるテレビ電話のようなので  
す。パソコンにカメラがないとい  
ない場合は購入が必要(3,000円程度)



便利なZOOMを利用して、一人一人に合った英語レッスンを。海外旅行、TOEICや英検、フリートーク、小・中・高校生のレッスンなど目的や希望に合わせた、オーダーメイドレッスンを。

講習費 30分 1,500円 60分 3,000円

PICSパーソナルカラーアナリストティーチャー  
ファッションレスキューアカデミア協力  
パーソナルスタイリスト/カラーコーディネーター

## パーソナルカラー 鈴木 ぶき子

時間 120分  
開催場所 明るい会議室

色の効果を感じて魅力的な  
あなたに。似合う色と形をみ  
つけそれを活かすための  
講座。いくつになっても綺  
麗でいたいあなたに。おしゃ  
れ迷子を卒業しましょう。

講習費 尾張旭センター  
4名まで2,000円、5名以上1,500円  
他センター  
4名まで2,500円、5名以上2,000円  
持ち物 相談 定員 4~15名  
人数確定日 開催日1週間前

