

2021年度 エコロ 講座 ガイド

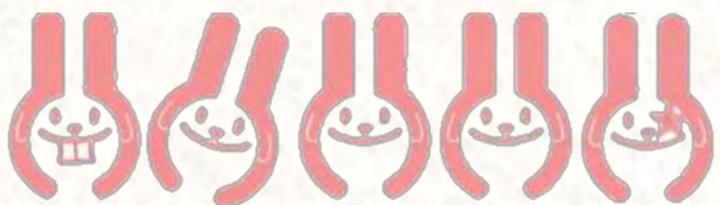


エコロ講座は、
誰でも参加できる
出会いの場です。



エコロ講座 愛知 で検索

目次



	ページ
全体目次	1
エコロ講座とは	2
ワーカーズ・コレクティブ講師の会リシエ	
講座一覧目次	3-4
講座開催について	5
開催地域地図	6
申し込み簡単フローチャート	7.8
講座についてQ&A	9.10
講座の項目説明	11
健康美容	12-14
生活文化教養	15-24
オンライン講座について	25
オンライン	26-32
申込書の記入例A	33
申込書A(講座指定)	34
申込書の記入例B	35
申込書B(希望日指定)	36
開催確定書サンプル	37
開催確認書	38
エコロ共済加入用紙	39

エコロ講座とは



- エッコロ講座は、**誰でも参加できる出会いの場**です。
組合員同士の交流、未組合員のお友だちもお誘いして、
地域のつながる機会として活用し、
助けあえる関係を講座を通じて広げていきましょう。
- **エコロ共済**の“エコロ”とはイタリア語で“はい、どうぞ”
生活クラブ生協の組合員同士、お互いに組合員活動を支えあい、
日常で困った時に助け合う仕組みです。
- エッコロ講座は、健康・美容・生活・文化・教養を
テーマとする講座が多数あります。
『**エコロ共済加入者は無料**』で参加できます。
誰でも企画することができます。5人集まれば、好きな講座が
開催可能です。(共済加入者 最低1人)
(講師料・講師交通費はエコロ共済事業より、補助されています)

ワーカーズ・コレクティブ 講師の会リシェ



- エッコロ講座の講師は、生活クラブの組合員から生まれた
「ワーカーズコレクティブ講師の会リシェ」に委託しています。
また名古屋・豊田・尾張旭・豊橋・岡崎、各会場の文化講座
「陽だまりカレッジ」の講師も委託をしています。
- リシェ【riche】はフランス語で「豊か」を語源とし、
講座を通して豊かな生活、豊かな地域、豊かな心、真の豊かさが
提案できますように、楽しい心や健やかな体が講座によって
かなえられますように、と願いを込めて結成されました。

目次:講座一覧

■健康・美容

	大人企画	親子企画	子ども企画	ページ
①親子で音楽遊び NEW!!		親子		12
②肩こり体操 NEW!!	大人			12
③ヨガ NEW!!	大人			13
④健康講座(座学)	大人			13
⑤骨盤体操	大人			14
⑥トランポピクス	大人			14
⑦リンパケア	大人	親子	子ども	14

■生活・文化・教養

⑧消しゴムハンコ 大人 NEW!!	大人			15
⑨消しゴムハンコ 子ども NEW!!		親子		15
⑩アロマ	大人	親子		16
⑪アンガーマネジメント	大人	親子		16
⑫色のふしぎ	大人	親子		16
⑬色のふしぎ親子		親子		17
⑭ガーデニング	大人	親子	子ども	17
⑮子ども料理			子ども	18
⑯コミュニケーション	大人			18
⑰スクラップブックング	大人	親子	子ども	18
⑱整理大人	大人			19
⑲整理子育て	大人			19
⑳石けん親子		親子		20
㉑石けん座学	大人			20
㉒石けん実践	大人			20
㉓石けん粘土	大人	親子	子ども	21
㉔煎茶	大人	親子	子ども	21
㉕タイカービング	大人	親子		22
㉖粘土クラフト	大人			22
㉗パーソナルカラー	大人			22
㉘パン	大人			23
㉙抹茶	大人	親子	子ども	23
㉚水習字		親子		24
㉛ゆかた着付け	大人	親子	子ども	24

■オンライン

	大人企画	親子企画	子ども企画	ページ
③②親子で音楽遊び NEW!!		親子		26
③③肩こり体操 NEW!!	大人			26
③④消しゴムはんこ NEW!!	大人			27
③⑤健康講座(免疫力) NEW!!	大人			27
③⑥健康講座(子育て) NEW!!	大人			28
③⑦はじめてのZoom NEW!!	大人		子ども	28
③⑧ヨガ NEW!!	大人			28
③⑨色の不思議	大人	親子	子ども	29
④⑩英語で遊ぼう		親子		29
④⑪クレイクラフト	大人	親子	子ども	30
④⑫骨盤体操	大人			30
④⑬コミュニケーション	大人			30
④⑭習字(硬筆)	大人			31
④⑮整理	大人			31
④⑯石けん	大人			32
④⑰ゆかたの着付け	大人	親子		32
④⑱リンパケア	大人	親子	子ども	32

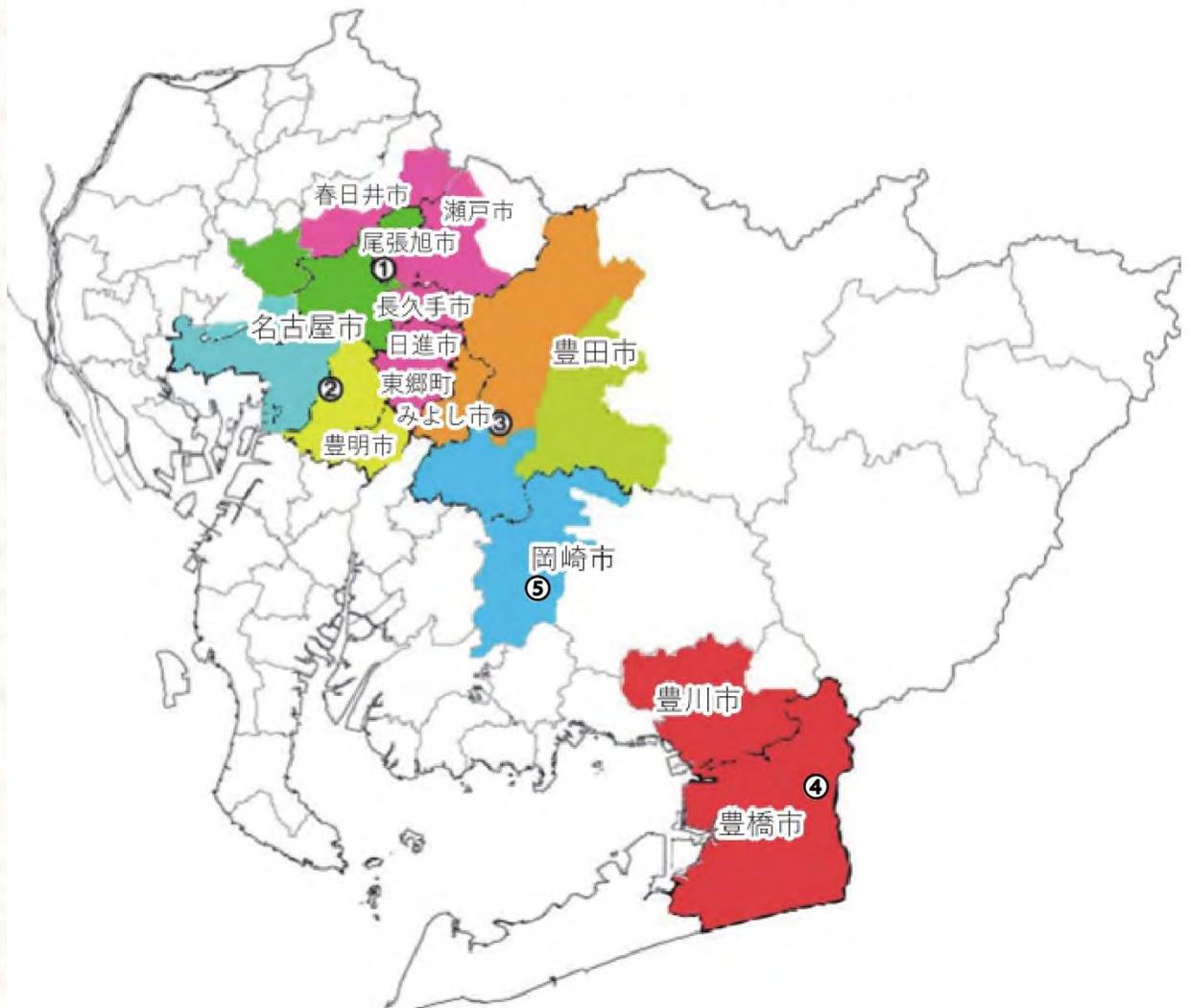


講座開催について

<p>主催(団体) 開催可能回数</p>	<p>個人(組合員)：年2回(エコクラブメンバー以外) エコロクラブ：年3回 単協委員会・エリア・地域コミュニティ：制限なし</p>
<p>参加者</p>	<p>エコロ共済加入者無料。どなたでもOK。 同一生計家族も無料。 (当日加入可能/月100円)巻末の加入申込書を提出。 未加入者・未組合員は500円(1回のみ/今年度)</p>
<p>開催条件</p>	<p>エコロ共済加入者1名含む、5名以上(未加入者でも可能) ※開催に必要な人数に、同一生計の家族は入れない</p>
<p>キャンセル 規定</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・開催確認書の提出以降は変更不可。 ・主催者都合でキャンセルがあった場合は、主催者負担または参加者負担。 ・天災時などは相談により延期なども可能。 ・講師都合でのキャンセルは、会場費は単協負担、材料は講師負担。



開催地域 地図



配送センター

エリア

- | | |
|----------|----------------|
| ①尾張旭センター | ■ つばさエリア |
| | ■ 名古屋北エリア |
| ②名古屋センター | ■ 名古屋南エリア |
| | ■ 名古屋東エリア |
| ③豊田センター | ■ フルーツバスケットエリア |
| | ■ 豊田グリーンエリア |
| ④豊橋センター | ■ 豊橋エリア |
| ⑤岡崎ひだまり館 | ■ とよ・おかエリア |

申し込み 簡単フローチャート

まずは
「講座一覧」から
気になる講座を
見つけてね

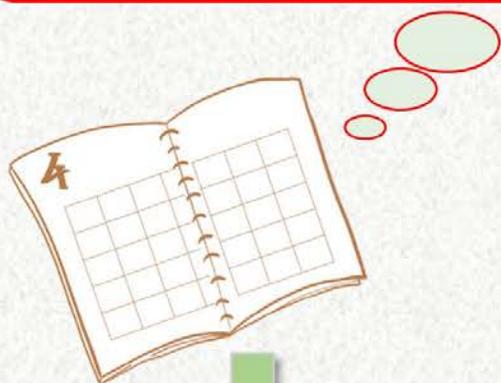


受きたい「エッコロ講座」が
1つに決まっている方

日程が
1つに決まっている方

開催希望日 を **第3候補まで**
決めてください

講座 を **第3候補まで**
決めてください



「エッコロ講座申込書 **A**」
で申し込み

- 巻末の用紙に記入
- ホームページから



「エッコロ講座申込書 **B**」
で申し込み

- 巻末の用紙に記入
- ホームページから



開催の
1ヶ月以上前までに

ホームページ・配達便・FAX
いずれかで申し込んでください

日時・講座の確定連絡があります

講師から主催者へ直接連絡があります

講座について Q & A



Q. 託児を依頼することはできますか？

- エリア、地域コミュニティー、エコロクラブ 主催の場合
… 集団託児ができます。 (*)感染症下については別のルールがあります
- 個人主催の場合… リフレッシュ託児を利用出来ます。

Q. 子ども講座のとき、保護者はどこで待機すれば？

保護者は、会場か、会場近くにて連絡が取れる状況で、生活クラブの活動や、メンバー間の交流をお楽しみください。

Q. 自宅を会場として使うことはできますか？

自宅に講師を呼んでの講座も開催可能です。

Q. エッコロ講座と違う内容、もしくは連続して講座を受けることは可能ですか？

ご希望の場合は、**陽だまりカレッジ**
(生活クラブのカルチャースクール・文化消費材)
日程オーダー陽だまりカレッジをご利用ください。



Q. 参加人数の変更はいつまで可能ですか？

開催確認書を提出後は、基本的に変更はできません。
体調不良などやむを得ず変更の場合は本部へご連絡ください。

Q. 直前に人数変更した場合、材料費、開催費用はどうなりますか？

開催確認書で人数を確定した後のキャンセルの場合、材料費は参加者または主催者の負担となります。開催費用の請求はありません。

Q. 主催者の都合で講座が中止になる場合、開催費用はどうなりますか？

基本的には、開催費用（材料費）は主催者（参加者）の負担になります。

Q. 講師の都合で講座が中止になる場合、開催費用、会場費はどうなりますか？

開催費用（材料費）は講師が負担します。
会場費は単協が負担しますので、主催者側の負担はありません。

Q. 台風や地震等の天災、緊急事態宣言などの理由でやむを得ず中止する場合、開催費用や会場費はどうなりますか？

開催費用、会場費とも主催者の負担となります。

Q. オンライン講座をセンターで受講することは可能ですか？（パソコン関係が苦手なので…）

オンライン講座はセンターでは開催できません。

Q. オンライン講座ではないエッコロ講座を、オンラインで受けることは可能ですか？

オンラインで受講出来る講座は、オンライン講座のみです。

Q. オンライン（zoom）のやり方がわからないのですが？

今年度、「はじめてのZoom講座」を新設しました。



講座の項目説明

開催費用/人

- ・材料・資料・レンタルなどは基本講師が準備。
- ・参加者→当日現金で講師へ支払い。
- ・オンラインは、参加者の生活クラブの支払口座→自動引落し。

上限人数めやす

- ・増加の場合はご相談ください。

主催準備

- ・会場のサイズ・広さ・条件・備品などの準備・要望。
- ・わからないことは、本部にご相談下さい。

参加者準備

参加者各自が準備するもの、持ち物、用意するもの

対象

大人	子同伴	親子	子ども	
○	○	○	○※	大人：大人向け講座 子同伴：大人向け講座、 子ども同伴も可 親子：親と子どもと一緒に受講 子ども：子ども向け講座

開催可能地域

	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	
センター	○	○	○	○	○	講師により開催地域が異なる。 方面とは配達地域 P6・開催地域の地図を参照
方面	×	×	×	×	×	

開催可能日時

	月	火	水	木	金	土	日	祝	
AM	○	○	○	○	○	○	○	○	○開催できる可能性が高い、 ×開催できない応相談
PM	×	×	×	×	×	○	○	○	

注※

※子ども向け講座の 対象年齢・特別な持ち物など 注意事項

講座名	1. 親子で音楽遊び					2. 肩こり体操										
講師紹介	リトミック上級指導 平丸 真梨子 (名古屋北エリア)					バランスサイズ・トレーナー 萩原 昌子 (名古屋北エリア)										
講座イメージ																
講座内容	親子で体を動かし、タンバリンや鈴などの楽器も使用しながら、音楽を楽しむ。					肩・首・腰がしなやかな動きになるエクササイズ。簡単なポーズをとってゆっくり動かして、筋肉や関節を柔らかくする。運動嫌いや関節が固い人におすすめの講座。										
およそ所要時間	30分					60分										
開催費用/人	なし					なし										
上限人数めやす	親子6組					15人										
主催準備	<ul style="list-style-type: none"> ・全員両手を上げられる広さ ・くつを脱いで座れる(70アマットがあると良い) ・音出し可の部屋 					<ul style="list-style-type: none"> ・1人一畳くらいの広さ ・人数分のイス ※最寄り駅から送迎要										
参加者準備	なし					<ul style="list-style-type: none"> ・動きやすい服装 ・飲み物 ・タオル 										
対象	大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども							
	×	○※1	○※2	×		○	×	×	×							
開催可能地域	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋						
	○	○	○	×	×	○	○	○	○	○						
	センター方面															
	×	×	×	×	×	○	○	○	○	○						
開催可能日時	月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
	○	○	○	×	○	×	○	○	○	○	×	×	○	×	○	○
	AM															
	×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	×	×	○	×	○	○
注※	※1できれば託児 ※2おすわり～未就園児															

講座名	3.ヨガ					4.健康講座(座学)										
講師紹介	RYT200全米ヨガインストラ 戸軽 淳子 (とよ・おかエリア)					健康管理士一般指導員・元教員 伊藤 由美香 (名古屋東エリア)										
講座イメージ																
講座内容	ヨガ発祥の地インドのヒマラヤのふもとでの学びから、安全に関節を動かし、背骨を中心に丁寧に動かすヨガの基本を学ぶ講座。呼吸に意識を向けることでスッキリとした感覚を目指す。					健康のカギを握る免疫力について学ぶとともに、「心と体を整えて自分らしく生きる」という観点から健康を考える講座。										
およそ所要時間	60分					60分										
開催費用/人	なし					なし										
上限人数めやす	10人					20人										
主催準備	<ul style="list-style-type: none"> ・1人一畳くらいの広さ ・素足で入れる部屋 					<ul style="list-style-type: none"> ・プロジェクター用のホワイトボードか壁 ・机・椅子(和室でも可) ※講師がプロジェクター・パソコンを持参										
参加者準備	<ul style="list-style-type: none"> ・食後2時間空ける ・運動ができる服装(ジーパン不可) ・ヨガマット(バスタオル) ・タオル・飲み物 					<ul style="list-style-type: none"> ・筆記用具 										
対象	大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども							
	○	×	×	×		○	×	×	×							
開催可能地域	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋						
	センター方面	×	×	○	○	×	○	○	○	○	○					
開催可能日時	月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
	AM	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○
	PM	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○
注※																

5.骨盤体操

リフレクソロジスト
松村 陽子
(名古屋東エリア)



女性らしい、しなやかな身体を目指す、女性整体師が考案した自分をメンテナンスしていくストレッチ体操。キレイな姿勢や冷え知らずの巡りのいい身体を目指す体操。

60分

なし

20人

- ・1人一畳くらいの広さ
- ・素足で入れる部屋

- ・運動ができる服装(ジーンズ不可)
- ・ヨガマット(バスタオル)
- ・飲物
- ・タオル

大人	子同伴	親子	子ども
○	○※1	×	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	○	×

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	×	○	○	○	×	×	×
×	×	×	×	×	×	×	×

※1お気に入りの音の出ないおもちゃ持参
※木曜は第1.3のみ○

6.トランポピクス

JTAトランポピクス協会指導員
石橋 悦子
(名古屋南エリア)



ウォーキング用のミニトランポリンの上を歩く事により、膝や腰への負担が少なく、短時間に有酸素運動を実現。陽だまりカレッジ人気講座。

60分

ミニトランポリンレンタル
400円×借りる台数

7人

- ・直径1mのトランポリンが使える広さ

- ・運動ができる服装(ジーンズ不可)
- ・室内用運動靴
- ・飲物
- ・タオル

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	×	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	×	×	×
○	×	×	×	×

月	火	水	木	金	土	日	祝
×	○	×	○	×	×	×	×
×	×	×	○	×	×	×	×

7.リンパケア

リンパセルフケア講師・看護師
長尾 峰子
(名古屋北エリア)



歯科医考案のさとう式リンパケア、押さない・揉まない・伸ばさない。優しく体内の水分である細胞液の循環を促す、新しい健康美容法。手軽にでき、その場でわかる即効ケア。

60分

なし

30人

- ・畳や床、イスでも可

- ・手鏡
- ・あればチークブラシ

大人	子同伴	親子	子ども
○	○	○	○

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	○	○

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○

講座名		8.消しゴムハンコ大人					9.消しゴムハンコ親子										
講師紹介		<small>(株)ヒノデワシ消しゴムはんこ認定講師</small> 和田 円 <small>(名古屋北エリア)</small>					<small>(株)ヒノデワシ消しゴムはんこ認定講師</small> 和田 円 <small>(名古屋北エリア)</small>										
講座イメージ																	
講座内容		カッターナイフ、シャーペンを使い、はんこ専用消しゴムを削り、はんこを作成。野菜の図案などを、ハガキに押しつけて絵葉書を作る講座。					簡単なカタチに、はんこ用の消しゴムを切り（保護者が切る）それをいっぱい押して、親子で大きな絵を書く講座。色も塗って世界にひとつだけの作品に。講師のはんこも使い放題。										
所要時間めやす		120分					90分										
開催費用/人		300円+200円(道具以外)					300円+200円(道具以外)/組										
上限人数めやす		15人					親子8組										
主催準備		・机・いす（和室可）・プロジェクターを講師が持参のためホワイトボード（白い壁）・A4の紙×人数分 ※豊田岡崎豊橋は最寄り駅送迎					・机・いす・和室可 ・A4サイズの紙×人数分 ※豊田岡崎豊橋は最寄り駅送迎										
参加者準備		・鉛筆 ・あればシャープペンシル ・消しゴム					・鉛筆・消しゴム ・色鉛筆クレヨンなど（水は使用不可）										
対象		大人	子同伴	親子	子ども	大人	子同伴	親子	子ども								
		○	×	×	×	×	○※1	○※2	×								
開催可能地域		名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋						
		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						
		○	○	×	×	×	○	○	×	×	×						
開催可能日時		月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM		○	×	×	○	○	×	○	○	○	×	×	○	○	×	○	○
PM		○	○	×	○	○	×	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○
注※							※1:できれば託児 ※2:園児以上										

10.アロマ

NARDアロマインストラクター
原 祐子
(フルーツバスケットエリア)



そもそもアロマセラピーとは？アロマオイルってどうやって作られるの？選び方は？そんな基礎の基礎のお話と、抗菌スプレーにもなる便利なルームスプレーを作成する講座。

60分

600円

10人

・机
・いす
・和室可

なし

11.アンガーマネジメント

ステップあいち認定インストラクター
桑山 くみ子
(名古屋北エリア)



『怒り』をテーマに自分自身の感情に気づき、人と人とのコミュニケーションを学ぶ講座。ロールプレイ中心の体験講座。

大人120分・親子60分

なし

20人

・イス(丸く並べる)

・筆記用具

12.色のふしぎ

カラーコーディネーター
鈴木 富貴子
(つばさエリア)



生活の中での色使いについて学ぶ。心豊かに育つための子ども部屋の色・料理を美味しく見せるための色・交通安全、エコ、ダイエットにつながる色とは？

60分

なし

15人

・ホワイトボードあれば
・和室可

・筆記用具

10.アロマ					11.アンガーマネジメント					12.色のふしぎ					
大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども		
○	○	○※	×		○	×	○※	×		○	○	×	×		
名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	
○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	×	×	
月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×	×	×	×	×	×
○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○

※小1以上親子10組

※0~3才ぐらの親子.8組まで

講座名		13.色のふしぎ親子					14.ガーデニング										
講師紹介		カラーコーディネーター 鈴木 富貴子 (つばさエリア)					ガーデナー 伊東 加寿子 (名古屋北エリア)										
講座イメージ																	
講座内容		親子で学ぶ色の科学。安全な傘の色・美味しく見える料理の色（色紙工作）・墓石の大きさ測定（膨張色・収縮色）など実際に体験しながら色のふしぎを学びます。					ガーデニング入門講座。季節のお花を使った可愛い寄せ植え作り。（器材込み）生活に植物の元気を取り入れて、植物や土の不思議に触れる講座。										
所要時間めやす		90分					90分										
開催費用/人		100円×子ども人数					1500円(器込み)										
上限人数めやす		親子8組					10人										
主催準備		・ホワイトボード ・カーテンなどで暗く出来る部屋					・土を扱っても良い所。（出来れば机がある方が良い） ・ゴミ袋・床・テーブルなどのカバーは必要時準備 ※参加人数は2週間前に連絡										
参加者準備		・筆記用具 ・のり・はさみ ・新聞紙 ・ごみ袋					・はさみ ・薄いゴム手袋 ・持ち帰り袋(箱) ・エプロン										
対象		大人	子同伴	親子	子ども	大人	子同伴	親子	子ども								
		×	○※1	○※2	×	○	×	○※1	○※2								
開催可能地域		名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋						
方面		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						
		○	○	○	×	×	○	○	○	○	○						
開催可能日時		月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM		○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
PM		○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
注※		※1：小学生未満 ※2：小学生以上					※1：園児以上親子10組 ※2：園児以上10人										

15.子ども料理

トワイライト事業講座講師
尾崎 千佐美
(名古屋東エリア)



材料のラベルウオッチングをしながら考える。料理を一緒に作りながら、石けんの話も。メニューは、キーマカレー、ナン、ラッシー(ヨーグルト牛乳はちみつ)

120分

材料消費材は講師と相談

8人

- ・調理が出来る所(個人宅可能)
- ・鍋、フライパンなど調理器具
- ・布巾、食器など。
- ・他食材は講師と相談

エプロン・三角巾・マスク・血布きん・台布きん・手ふきタオル・拭き布(食後の皿拭くポロ布)・皿(カレー用・ナン用)・コップ・お茶などの飲物・筆記用具・調理室用靴スリッパ(必要時)

16.コミュニケーション

キャラクターロジー心理学協会認定講師
北垣 啓子
(フルーツバスケットエリア)



キャラクターロジー心理学を使って、対話をしながらいつもの行動パターンを知り、自分と人との関係性をやさしくしていくコミュニケーション講座。

90分

なし

8人

- ・机
- ・イス
- ・和室でも可

・筆記用具

17.スクラップブックング

スクラップブックング講師13年
浅田 早弥香
(フルーツバスケットエリア)



お気に入りの写真を可愛く飾る、アメリカ発のペーパークラフト。好みのテイストの台紙と飾りのキットを選べます。20cm四方の作品を製作する講座。

90分

700円

10人

- ・机
- ・イス

・お気に入りの写真1~3枚

15.子ども料理					16.コミュニケーション					17.スクラップブックング							
大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども				
×	×	×	○※		○	○※	×	×		○	○※1	○※2	○※3				
名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋			
○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	×			
○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	×			
月	火	水	木	金	土	日	祝			月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
※小学生以上					※できれば託児					※1:できれば託児 ※2:園児以上、親子5組 ※3:小学生以上5人							

講座名		18.整理 大人					19.整理 子育て										
講師紹介		整理収納アドバイザー・元看護師 熊澤 弥生 (名古屋北エリア)					整理収納アドバイザー認定講師 福田 雅子 (名古屋北エリア)										
講座イメージ																	
講座内容		リタイヤ後を安心快適に暮らすためには、気力・体力がある内に自宅を整える必要があります。シニアに合わせた片付け方を、介護に携わった立場からお話します。					お家が片付かないとイライラしている方におすすめ。正しい整理を知ることは、賢い子どもを育てることに繋がります。お家ですぐ始められる整理の方法もお伝えします。										
所要時間めやす		60分					60分										
開催費用/人		なし					なし										
上限人数めやす		20人					20人										
主催準備		・プロジェクターが映せる白い壁かホワイトボード (講師がパソコンとプロジェクターを持参します) ※最寄駅までの送迎要					・プロジェクターが映せる白い壁かホワイトボード (講師がパソコンとプロジェクターを持参します)										
参加者準備		・筆記用具					・筆記用具										
対象		大人	子同伴	親子	子ども	大人	子同伴	親子	子ども								
		○	○※	×	×	○	○	×	×								
開催可能地域		名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋						
センター方面		○	○	○	○	×	○	○	○	○	○						
		○	○	○	○	×	○	○	○	○	○						
開催可能日時		月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM		○	×	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○
PM		○	×	×	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○	○
注※		※できれば託児															

20.石けん親子

石けんコーチ
柘植 千賀子
(名古屋東エリア)



汚れを落とす仕組みを解説、石けんと合成洗剤の違い、環境への影響など。
Aミミズの実験・Bジュースの飲み比べ実験、どちらかを選択下さい。

90分

150円

親子30人

・水道が使える施設 (和室でも可)
・机・イス・ホワイトボード
・バケツ2コ・雑巾
・Bジュース飲み比べは紙コップ 人数×2個

・筆記用具・手拭きタオル
・Bジュースの飲み比べは歯ブラシ 2本/人(できれば未使用のもの)

大人	子同伴	親子	子ども
×	○	○※	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	○	○

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○

※小4以上の親子30人

21.石けん座学

石けんコーチ
柘植 千賀子
(名古屋東エリア)



石けんと合成洗剤の違い。石けんはなぜ安全なのか？どうして美しくいられるのか？洗剤が人体や環境に与える影響を近年の時事にふれながら、知る。

60分

100円

20人

施設の条件：水道が使える
・机
・イス (和室でも可)
・ホワイトボード

・筆記用具

大人	子同伴	親子	子ども
○	○※	×	×

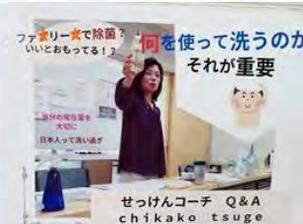
名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	○	○

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○

※できれば託児

22.石けん実践

石けんコーチ
柘植 千賀子
(名古屋東エリア)



石けんと合成洗剤の違いの話に加え、ナチュラルクリーニングの話。・シャンプー・住宅掃除・キッチン・洗濯の中から1つ選択下さい。

120分

100円

20人

施設の条件：水道が使える
・机・イス (和室でも可)
・ホワイトボード
・バケツ2コ・雑巾

・手拭きタオル
・筆記用具

大人	子同伴	親子	子ども
○	○※	×	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	○	○

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○

※できれば託児

講座名	23.石けん粘土					24.煎茶										
講師紹介	ミガホンアカデミー マルガリータ講師 尾崎 千佐美 (名古屋東エリア)					小川流煎茶教授 後藤 勝子 (名古屋北エリア)										
講座イメージ																
講座内容	生活クラブの石けんの生産者エスケー(株)の『こねこねマイ石けん粘土』を使って、大人企画はバラを。お子さんは好きなモノを作る。					『滴・滴のお茶』江戸時代、流祖小川可進が考案した煎茶を嗜む、講座。										
所要時間めやす	60分					60分										
開催費用/人	150円					200円+和菓子など										
上限人数めやす	20人					10人										
主催準備	<ul style="list-style-type: none"> ・机・イス (和室でも可) ・A4サイズの紙×人数 					<ul style="list-style-type: none"> ・和菓子(消費材)×人数 ・お湯ポット ・6畳以上の靴を脱いで入れる部屋 ※最寄り駅から送迎要										
参加者準備	<ul style="list-style-type: none"> ・手拭きタオル 					<ul style="list-style-type: none"> ・ハンカチ 										
対象	大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども							
	○	○	○※1	○※2		○	×	○※1	○※2							
開催可能地域	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋						
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○						
開催可能日時	月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
	○	○	○	△	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
注※	※1：2才以上、親子20組 ※2：園児以上、20人					※1：5才以上、親子10組 ※2：小学3年以上、8人										

25.タイカービング

ボイスカービングアカデミー認定講師
浅田 早弥香
 (フルーツバスケットエリア)



野菜&果物、ソーブを専用ナイフで彫刻するタイの伝統工芸。日常の料理からパーティー、お節料理にまで活躍する野菜の飾り切り体験講座。
 きゅうりで花と葉を作成。

90分

300円程度(テキスト付)+
 ナイフレンタル100円

6人

・机・イス (洋室のみ)
 ・手洗い場

・エプロン
 ・手ふきタオル
 ・筆記用具

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	○※1	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	×
○	○	○	○	×

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
×	×	×	×	×	○	○	○

※1：小学生以上親子10人

26.粘土クラフト

ミガホンアカデミー マルガリータ講師
尾崎 千佐美
 (名古屋東エリア)



パン粘土・樹脂粘土を使ってお花のアクセサリ作り講座。

60分

500円

10人

・机・イス (和室でも可)
 ・A4サイズの紙×人数

・木工用ボンド
 ・はさみ

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	×	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	○	○

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	×	○	○	○	○

27.パーソナルカラー

PICS パーソナルカラーアナリスト
鈴木 富貴子
 (つばさエリア)



洋服だけでなくメイクや髪、眼鏡等の色選びにも生かせるあなたの魅力を引き出してくれる色について学ぶ。(体験講座につき個別診断はありません。)

90分

250円 (色見本)

10人

・机・イス・ホワイトボード
 ・自然光が入る明るい部屋
 (名古屋・尾張旭・豊田cは小会議室。
 豊橋c 2階) 出来れば洋室

・筆記用具

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	×	×

名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋
○	○	○	○	○
○	○	○	×	×

月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	×	○	○	○	○	○

講座名	28.パン					29.抹茶										
講師紹介	ジャパン・ホーム・ベーキングスクール認定師範 二橋 さくら (豊橋エリア)					茶道裏千家講師 黒川 まどか (名古屋南エリア)										
講座イメージ																
講座内容	ホームベーカリーを活用して カレーズンパン(オリジナル カ レー味レーズンパン)・りんご ジャムパンの2種類のパンを作 る講座。					スーパーフードとして注目され ている抹茶の効用を聞き、お菓 子やお抹茶のいただき方、美味 しく点てるコツを知る講座。										
所要時間めやす	90分					60分										
開催費用/人	250円					300円+和菓子など										
上限人数めやす	10人					10人										
主催準備	<ul style="list-style-type: none"> ・オープンのある調理室 ・ホームベーカリー ・講師自宅開催の場合光熱費500円/回 					<ul style="list-style-type: none"> ・参加者分の和菓子など(消費材) ・6畳程和室か洋室(机とイス) ・水道が使える給湯室か調理室近く ・お湯ポット(200ml×人数) 										
参加者準備	<ul style="list-style-type: none"> ・エプロン・三角巾・ふきん ・手ふきタオル・マスク ・持ち帰り容器 					<ul style="list-style-type: none"> ・和室の場合は替えの靴下 										
対象	大人	子供 <small>同伴</small>	親子	子ども		大人	子供 <small>同伴</small>	親子	子ども							
	○	×	×	×		○	×	○※1	○※2							
開催可能地域	名古屋	豊橋	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	豊橋	豊田	岡崎	豊橋						
	×	×	×	×	○	○	×	○	×	×						
	×	×	×	×	○	○	×	×	×	×						
開催可能日時	月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	×
	○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	○	○	×	×	×
注※						※1：5才以上、親子15組 ※2：小学3年以上、8人										

30.水習字

31.ゆかた着付け

書道研究書泉本部毛筆の部師範

横田 奈央子

(つばさエリア)

着付け講師歴20年

小宮山 啓子

(フルーツバスケットエリア)



親子で筆を使う体験講座。墨を使わず、水を使い、体や指を使い、スキンシップをしながらカタチや文字を描く講座。

浴衣の着付け・半幅帯の結び方・浴衣のたたみ方まで、ご自分の浴衣、持ち物で自分自身で着る、講座。

60分

90分

400円×子ども人数

なし

5組

8人

・2畳×親子組数の部屋
(素足で入れる部屋、和室可)

(はだして入れる部屋 (1人1畳))

- ・タオル
- ・古タオル
- ・動きやすい服装

- ・浴衣・半幅帯・浴衣の下に着るもの (浴衣スリッパor裾除け+肌襦袢orタンクトップなど)・腰ひも3本・帯板・薄手タオル1本

30.水習字					31.ゆかた着付け												
大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども		大人	子同伴	親子	子ども				
×	○※1	○※※	×		○	○※1	○※2	○※3									
名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋	名古屋	尾張旭	豊田	岡崎	豊橋			
○	○	○	○	×	○	○	○	○	○								
○	○	○	×	×	○	○	○	○	○								
月	火	水	木	金	土	日	祝			月	火	水	木	金	土	日	祝
×	×	○	○	○	×	○	○	×	×	×	×	×	○	○			
×	×	○	×	○	×	○	○	×	×	×	×	×	○	○			

※1できれば託児
※※3才～小学低学年

※1できれば託児 ※2:小学生以上
親子8組 ※3:小学高学年以上8人

オンライン講座について

注意	<ul style="list-style-type: none">・スマートフォン・カメラ付きパソコン・タブレット、いずれか必要です。・開始10分程前にオンライン環境の確認をし、準備をしましょう。・オンライン講座は、Wi-Fi環境であることが望ましいです。(通信にかかる費用は受講者のご負担となります)・講座参加時はビデオカメラをオフにすることもできますが、参加者全員、カメラオンをお願いします。
Zoom (ズーム) の場合	Zoomという無料アプリをインストールします。 講師から事前に主催連絡者へ、ミーティングID/パスワードをお伝えしますので参加者全員へ転送をお願いします。 当日、ビデオ会議(ミーティング)に参加にて開催します。
LINE(ライン) の場合	LINEという無料アプリをインストールします。人数確定したら、講師と参加者が全員お友達になり、グループにします。当日、ビデオ通話で講座を開催します。
会場	オンラインは主に自宅など (センターでは開催しません)
開催費用	オンラインの場合は、各参加者の生活クラブの引落とし口座からお支払い。(材料費含む) 未組合員の支払いは、主催者から引落としになります。

講座名		32.親子で音楽遊び				33.肩こり体操											
講師紹介		リトミック上級指導 平丸 真梨子 (名古屋北エリア)				バランスサイズ トレーナー 萩原 昌子 (名古屋北エリア)											
講座イメージ																	
講座内容		ピアノに合わせて、体を動かし走ったり、おどったり、歌ったり。家庭で簡単にできる、音楽を使った遊び講座。				肩・首・腰がしなやかな動きになるエクササイズ。簡単なポーズをとってゆっくり動かして、筋肉や関節を柔らかくする。オンラインで行うプチ講座。											
所要時間めやす		30分				60分											
開催費用/人		なし				なし											
上限人数めやす		親子6組				8人											
主催準備		なし				なし											
参加者準備		なし				<ul style="list-style-type: none"> ・イス ・動きやすい服装 ・水 ・タオル 											
対象		大人	子同伴	親子	子ども	大人	子同伴	親子	子ども								
		×	○	○※	×	○	○	×	×								
開催可能日時		月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
AM		○	○	○	×	○	×	○	○	○	○	×	×	○	×	○	○
PM		×	×	×	×	×	×	○	○	○	○	×	×	○	×	○	○
注※		※おすわり～未就園児															

講座名	34.消しゴムはんこ	35.健康講座(免疫力)																																																
講師紹介	(株)ヒノデワシ消しゴムはんこ認定講師 和田 円 (名古屋北エリア)	健康管理士一般指導員・元教師 伊藤 由美香 (名古屋東エリア)																																																
講座イメージ																																																		
講座内容	カッターなどを使って、はんこ専用消しゴムを削って、はんこを作ります。 見本を全員に1点ずつプレゼント。	健康のカギを握る免疫力について学ぶとともに、「心と体を整えて自分らしく生きる」という観点から健康を考える講座。																																																
所要時間めやす	120分	60分																																																
開催費用/人	400円(見本はんこ込) + 400円(デザインナイフ)	なし																																																
上限人数めやす	6人	10人																																																
主催準備	なし	なし																																																
参加者準備	・鉛筆・消しゴム・カッターナイフ・カッターマット類・あればスタンプインク(紙用)、朱肉、絵の具など ・はんこ押す紙	なし																																																
対象	<table border="1"> <tr><th>大人</th><th>子同伴</th><th>親子</th><th>子ども</th></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>×</td></tr> </table>	大人	子同伴	親子	子ども	○	○	×	×	<table border="1"> <tr><th>大人</th><th>子同伴</th><th>親子</th><th>子ども</th></tr> <tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>×</td></tr> </table>	大人	子同伴	親子	子ども	○	×	×	×																																
大人	子同伴	親子	子ども																																															
○	○	×	×																																															
大人	子同伴	親子	子ども																																															
○	×	×	×																																															
開催可能日時	<table border="1"> <tr><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th><th>日</th><th>祝</th></tr> <tr><td>○</td><td>×</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	月	火	水	木	金	土	日	祝	○	×	×	○	○	×	○	○	○	○	×	○	○	×	○	○	<table border="1"> <tr><th>月</th><th>火</th><th>水</th><th>木</th><th>金</th><th>土</th><th>日</th><th>祝</th></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>×</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	月	火	水	木	金	土	日	祝	○	○	×	○	○	○	○	○	○	○	×	○	○	○	○	○
月	火	水	木	金	土	日	祝																																											
○	×	×	○	○	×	○	○																																											
○	○	×	○	○	×	○	○																																											
月	火	水	木	金	土	日	祝																																											
○	○	×	○	○	○	○	○																																											
○	○	×	○	○	○	○	○																																											
注※																																																		

36.健康講座(子育て)

健康管理士一般指導員・元教師
伊藤 由美香
 (名古屋東エリア)



子ども達の健やかな成長のために大切なこととは？
 親としてのあり方や、心と体の整え方について考える講座。

60分

なし

10人

なし

なし

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	×	×
月	火	水	木
○	○	×	○
○	○	×	○

37.はじめてのZoom

Zoomエバンジェリスト
野崎 安澄
 (フルーツバスケットエリア)



スマホ・タブレット・パソコンいずれかお持ちで、オンラインに興味がある方対象。Zoom初心者のための講座。参加→チャット→名前変更。Zoomのアプリをいれるところから丁寧に、親切に説明。

30分

なし

10人

・参加者全員のメールアドレス・電話番号をお知らせ下さい。

・パソコン・スマホ・タブレットなどインターネットにつなげられる機器。

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	×	○
月	火	水	木
○	×	×	○
○	○	×	○

38.ヨガ

RYT200全米ヨガインストラ
戸軽 淳子
 (とよ・おかエリア)



講師自身、ヨガ発祥の地インドで学んだことを元に、安全に関節を動かし、背骨を中心に丁寧に動かすヨガの基本を学ぶ講座。呼吸に意識を向けることでスッキリとした感覚を目指す。

60分

なし

10人

なし

- ・食後2時間空ける
- ・運動ができる服装(ジーンズ不可)
- ・ヨガマット(バスタオル)
- ・タオル・飲み物

大人	子同伴	親子	子ども
○	×	×	×
月	火	水	木
○	○	○	○
○	○	○	○

オンライン

講座名	39.色の不思議	40.英語で遊ぼう																
講師紹介	カラーコーディネーター 鈴木 富貴子 (つばさエリア)	英検準1級・英会話講師歴20年以上 津田 亜佐子 (つばさエリア)																
講座イメージ																		
講座内容	知らないうちに色の影響を受けている私達。色の影響や効果を知って上手に色を活かす知識を得る講座。以下から1つ選択☆色のイメージ(色彩心理)☆子どもの成長と色☆生活の中での色	親子で楽しめる、英語の絵本の紹介と読み聞かせ講座																
所要時間めやす	30分	30分																
開催費用/人	なし	なし																
上限人数めやす	10人	親子6組																
主催準備	なし	なし																
参加者準備	なし	なし																
対象	大人 ○	子同伴 ×	親子 ×	子ども ×	大人 ×	子同伴 ○	親子 ○※	子ども ×										
開催可能日時	AM PM	月 ○	火 ○	水 ○	木 ○	金 ○	土 ×	日 ×	祝 ○	月 ○	火 ○	水 ○	木 ○	金 ○	土 ×	日 ×	祝 ×	
注※																		※幼稚園～小学生までの親子

41. クレイクラフト

ミガホンアカデミー マルガリータ上級講師
尾崎 千佐美
(名古屋東エリア)



2日程で乾燥する樹脂粘土を使い、ピンク色のスイートピーを一枝、つくる講座

60分

400円

6人

- ・2週間前までに人数連絡
- ・材料は混載便(消費材と一緒に)にて配達

- ・木工用ボンド
- ・ハサミ
- ・クリアファイル

大人	子同伴	親子	子ども				
○	○	○※1	○※2				
月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○
○	○	○	×	○	○	○	○

※1:年長以上親子で1作品6組
※2:小学生以上

42. 骨盤体操

リフレクソロジスト
松村 陽子
(名古屋東エリア)



整体師が技術と経験を元に考案したストレッチ体操。身体の巡り、自律神経、女性ホルモンバランスを整え、健康になるきっかけを、オンラインで自宅にしながら、手軽に受講。ワライ一番人気。

60分

なし

20人

なし

- ・運動ができる服装(ジーンズ不可)
- ・ヨガマット(バスタオル)
- ・飲物・タオル

大人	子同伴	親子	子ども				
○	○	×	×				
月	火	水	木	金	土	日	祝
○	×	○	○	○	×	×	×
○	×	○	○	○	×	×	×

43. コミュニケーション

キャラクターロジー心理学協会認定講師
北垣 啓子
(フルーツバスケットエリア)



外出や人と会うことがままならない今、つい家族や子どもに当たってしまうことはありませんか?自分のなかでできる対処法を一緒に考えていきましょう。

60分※

なし

8人

なし

なし

大人	子同伴	親子	子ども				
○	○	×	×				
月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	×	○	○	×	×	×
○	○	×	○	○	×	×	×

※参加人数により前後します

講座名	44.習字（硬筆）	45.整理
講師紹介	書道研究書泉本部 毛筆の部 師範 横田 奈央子 (つばさエリア)	整理収納アドバイザー・元看護師 熊澤 弥生 (名古屋北エリア)
講座イメージ		
講座内容	オンラインで学ぶ大人向け硬筆のお稽古。久しぶりに鉛筆で、おさらいをしましょう。	心地よく、これからの暮らしを楽しむためには…どんな悩みを抱え何が問題なのかを知ることからが大切。ご自身の生活環境の見直しから始める一歩としての気付きのお話を聞く講座。
所要時間めやす	60分	60分
開催費用/人	100円	なし
上限人数めやす	6人	6人
主催準備	・参加者全員のご住所をお知らせください。お手本を郵送します。	なし
参加者準備	・鉛筆(6B～2B)・消しゴム・下敷き(あればソフト下敷き)・84字マス野線入り用紙(ノート)なければ野線入り紙・鉛筆削り	筆記用具
対象	大人 子同伴 親子 子ども	大人 子同伴 親子 子ども
開催可能日時	月 火 水 木 金 土 日 祝	月 火 水 木 金 土 日 祝
AM	○ × ○ ○ ○ × ○ ○	○ × × ○ ○ ○ ○ ○
PM	× × ○ × ○ × ○ ○	○ × × ○ ○ ○ ○ ○
注※		*ご両親との受講も可能

46.石けん

ナチュラルクリーニング25年
柘植千賀子
 (名古屋東エリア)



石けんを使う上での説明、解説。☆洗濯の仕方 ☆洗髪の仕方 どちらかを選択。また要望に応じて、炭酸塩(セスキ炭酸塩)クエン酸等の使用解説、相談も可能。

60分

なし

10人

なし

筆記用具

47.ゆかたの着付け

着付け講師歴20年
小宮山 啓子
 (フルーツバスケットエリア)



オンライン経験豊富な講師に習う、浴衣の着付け、半幅帯の結び方をご自分の持ち物で行う講座。

60分

なし

5人

なし

・浴衣・半幅帯・浴衣の下に着る(浴衣スリッパor裾よけ+肌襦袢orタンクトップなど)・腰紐3本・帯板・薄手のタオル1本

48.リンパケア

さとう式リンパセルフケア講師・看護師
長尾 峰子
 (名古屋北エリア)



歯科医考案、さとう式セルフリンパケアは、押さない・揉まない・伸ばさない。細胞液の循環を促す、新しい健康美容法。手軽にでき、その場で見える即効ケア。

60分

なし

30人

なし

・手鏡
 ・あればチークブラシ

オンライン

大人	子同伴	親子	子ども	大人	子同伴	親子	子ども	大人	子同伴	親子	子ども				
○	○	×	×	○	×	○*	×	○	○	○*	○				
月	火	水	木	金	土	日	祝	月	火	水	木	金	土	日	祝
○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	×	×	×	○	○
○	○	○	○	○	○	○	○	×	×	○	×	×	×	○	○

*小学生以上

*親子(赤ちゃん)10組ほど

単協地域福祉委員会事務局 行
 FAX 052-899-0802 (Tel 052-899-0770)
 FAXまたは配達便でご提出ください

※講座開催申込は、実施希望日の1ヶ月前までに
 送付してください。

記入例

エコ講座開催申込書 (A:講座指定)

<2021年度版>

申込み日	2021年 4月 2日(火)	
主催 (団体名)	〇〇エリア〇〇コミ	主催分類 (〇をつけてください) ・エリア ・地域コミュニティ ・エコクラブ ・単協委員会 ・個人
主催 連絡者名	生活 花子 ・TEL 052-123-4567 ・FAX 052-123-4567	エリア名: 〇〇エリア 組合員コード: 〇〇〇〇〇〇〇〇 ・携帯 090-1234-〇〇〇〇 ・メール hanako@yahoo.ne.jp
申込講座名	講座No. 〇 大人・親子・子ども企画	講座名称: 〇〇〇〇〇〇〇〇 講師氏名: 〇〇〇〇〇〇〇〇
開催目的	地域の組合員どうしの交流を深め、子育て中の組合員の息抜きの機会とするため。	
希望日時	① 2021年5月23日(木) 10:00~11:00	
※第三希望まで 記入	② 2021年5月24日(金) 10:00~11:00	
	③ 2021年5月22日(水) 10:00~11:00	
参加人数 (計画)	約9名 その内エコロ共済加入者...4名予定	注) 人数確定日は、開催日の7日前。 (ガーデニング、クレイクラフトは14日前) 本部事務局へ参加人数を連絡し、以後の 材料の数量変更は不可。
会場 (予定)	会場名 名古屋センター センター以外は必ず住所・TEL記入	会場住所 名古屋市天白区野並 1-120 電話番号 052-899-0801
交通手段	最寄駅 地下鉄 桜通 線 野並 駅	車の場合 ※講師の駐車場 (有) 無
その他 希望・連絡 事項	【 講座前後の会議・催しの名称...地域コミ会 時間 11:00 ~ 12:00 】 講座終了後に、コミ会を開きます。親子企画を希望します。	
実施可否 の結果連絡 期限	2021年4月10日 (開催の時は、確認書にて日時と講師連絡先を連絡します)	

※事務局記入欄

事務局 受付日	/	印	
講師の会連絡日	/	印	
決定連絡日	/	印	備考

単協地域福祉委員会事務局 行
 FAX 052 - 899 - 0802 (Tel 052-899-0770)
 F A X または 配達便 で ご 提出 ください

※講座開催申込は、実施希望日の1ヶ月前までに
 送付してください。

エコ講座開催申込書 (A:講座指定)

<2021 年度版>

申込み日	年 月 日 ()	
主催 (団体名)	主催分類 (○をつけてください) <input type="checkbox"/> エリア <input type="checkbox"/> 地域コミュニティ <input type="checkbox"/> エッコクラブ <input type="checkbox"/> 単協委員会 <input type="checkbox"/> 個人	
主催 連絡者名	エリア名： 組合員コード：	
	・TEL ・FAX	・携帯 ・メール
申込講座 名	講座 No. 大人・親子・子ども企画	講座名称： 講師氏名：
	開催目的	
希望日時	① 年 月 日 () : ~ :	
※第三希望まで 記入	② 年 月 日 () : ~ :	
	③ 年 月 日 () : ~ :	
参加人数 (計画)	約 名 その内エコロ共済加入者…名予定	注) 人数確定日は、開催日の7日前まで。 <input type="checkbox"/> (ガーデニング、クレイクラフトは14日前まで) 本部事務局へ参加人数を連絡し、 以後の材料の数量変更は不可。
会場 (予定)	会場名 センター以外は必ず住所・TEL 記入	会場住所 電話番号
	交通手段 最寄駅 線 駅 車の場合 ※講師の駐車場：有・無	
その他 希望・連絡 事項	【講座の前後に行う会議・催しの名称… 時間 : ~ : 】	
実施可否 の結果連 絡期限	年 月 日 (開催の時は、確認書にて日時と講師連絡先を連絡します)	

※事務局記入欄

事務局 受付日	/	印	
講師の会連絡日	/	印	
決定連絡日	/	印	備考

単協地域福祉委員会事務局 行
 FAX 052 - 899 - 0802 (Tel 052-899-0770)
 F A X または配達便でご提出ください

※講座開催申込は、実施希望日の1ヶ月前までに
 送付してください。

記入例

エコ講座開催申込書 (B:希望日指定)

<2021 年度版>

申込み日	2021 年 4 月 2 日 (火)		
主催 (団体名)	〇〇エリア〇〇コミ	主催分類 (〇をつけてください) <input type="checkbox"/> エリア <input checked="" type="checkbox"/> 地域コミュニティ <input type="checkbox"/> エコクラブ <input type="checkbox"/> 単協委員会 <input type="checkbox"/> 個人	
主催 連絡者名	生活 花子 ・TEL 052-123-4567 ・FAX 052-123-4567	エリア名: 〇〇エリア 組合員コード: 〇〇〇〇〇〇〇〇 ・携帯 090-1234-〇〇〇〇 ・メール hanako@yahoo.ne.jp	
日時	2021 年 5 月 23 日 (木) 10:00 ~ 11:00		
希望講座	講座 NO. / 講座名称	企画	(講師氏名)
※第三希望 まで記入	① 〇 /	〇〇●	大人・親子・子ども (〇〇)
	② 〇 /	〇〇〇	大人・親子・子ども (〇〇)
	③ 〇 /	〇〇●●	大人・親子・子ども (〇〇)
開催目的	地域の組合員どうしの交流を深め、子育て中の組合員の息抜きの機会とするため。		
参加人数 (計画)	約 9 名 その内エコ共済加入者...4 名予定	注) 人数確定日は、開催日の 7 日前。 <input type="checkbox"/> (ガーデニングは14日前) 本部事務局へ参加人数を連絡し、 以後の材料の数量変更は不可。	
会場 (予定)	会場名 名古屋センター センター以外は必ず住所・TEL 記入	会場住所 名古屋市天白区野並 1-120 電話番号 052-899-0801	
交通手段	最寄駅 地下鉄 桜通 線 野並 駅 車の場合 ※講師の駐車場 <input checked="" type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無		
その他 希望・連絡 事項	【 講座前後の会議・催しの名称...地域コミ会 時間 11:00 ~ 12:00 】 講座終了後に、コミ会を開きます。親子企画を希望します。		
実施可否 の結果連絡 期限	2021 年 4 月 10 日 (開催の時は、確認書にて日時と講師連絡先を連絡します)		

※事務局記入欄

事務局 受付日	/	印	
講師の会連絡日	/	印	
決定連絡日	/	印	備考

単協地域福祉委員会事務局 行
 FAX 052 - 899 - 0802 (Tel 052-899-0770)
 F A X または配達便でご提出ください

※講座開催申込は、実施希望日の1ヶ月前までに
 送付してください。

エコロ講座開催申込書 (B:希望日指定)

<2021 年度版>

申込み日	年 月 日 ()		
主催 (団体名)			主催分類 (○をつけてください) ・ エリア ・ 地域コミュニティ ・ エッコクラブ ・ 単協委員会 ・ 個人
主催 (連絡者名)	エリア名： 組合員コード：		・ TEL ・ 携帯 ・ FAX ・ メール
日時	年 月 日 () : ~ :		
希望講座	講座 NO. /	講座名称	企画 (講師氏名)
※第三希望 まで記入	① /		大人・親子・子ども ()
	② /		大人・親子・子ども ()
	③ /		大人・親子・子ども ()
開催目的			
参加人数 (計画)	約 名 その内エコロ共済加入者… 名予定		注) 人数確定日は、開催日の7日前まで。 (ガーデニング、クレイクラフトは14日前まで) 本部事務局へ参加人数を連絡し、 以後の材料の数量変更は不可。
会場 (予定)	会場名 センター以外は必ず住所・TEL 記入	会場住所 電話番号	
交通手段	最寄駅 線 駅 車の場合 ※講師の駐車場：有・無		
その他 希望・連絡 事項	【講座の前後に行う会議・催しの名称… 時間 : ~ :】		
実施可否 の結果連絡 期限	年 月 日 (開催の時は、確認書にて日時と講師連絡先を連絡します)		

※事務局記入欄

事務局 受付日	/	印	
講師の会連絡日	/	印	
決定連絡日	/	印	備考

講座申込後、下記のような確認書が届きます。 返送してください。

エコロ講座 確認書

2021/〇/〇

様

開催日時が決まりましたのでご連絡します。

講座名	
①開催日	2021年 〇月 〇日 () 〇〇:〇〇-〇〇:〇〇
②開催場所	
②講師連絡先	さん 〇〇〇-〇〇〇〇-〇〇〇
③しめきり	2021年 〇月 〇日 () (土日の場合は、前日の金曜日まで)

主催者が準備するものなど、当日の打ち合わせは講師と連絡し合ってください。

参加できる方はエコロ共済加入者です。
加入検討中で組合員外の方の参加は事務局まで問合せください

生活クラブ生協 本部 児玉潔明

TEL 052-899-0770

受講人数、主催者名を記入のうえ、F A X・混載便で本部までお送りください。

人数分の材料を講師が用意しますので、下記連絡以降に人数の変更はできません。

急な欠席などがあったときも材料分は主催者側の買い取りとなります。

↓

F A X 052-899-0802

参加人数連絡表

地域福祉委員会 行き

下記講座の受講者数は以下の通りです。

No. 〇

講座名	
開催日	2021年 〇月 〇日 () 〇〇:〇〇-〇〇:〇〇
受講者数	人
人数連絡しめきり日	2021年 〇月 〇日 () (土日の場合は、前日の金曜日まで)
主催者	お名前 ()

期日までに受講人数を連絡してください。以降の材料などの数量変更は不可です。

エコロ未加入の組合員、組合員でない方は500円の参加費で1回限り受講できます。

単協地域福祉委員会事務局 行
 FAX 052 - 899-0802 (Tel. 052-899-0770)
 FAXまたは配達便でご提出ください

※必要事項を記入し、開催後 10 日以内に単協委員会事務局へ提出してください。

エコロ講座 開催報告書【主催者】 <2021 年度版>

記入日 年 月 日 記入者

開催日時	年 月 日 : ~ :		
会場名			
主催者 (団体名)	(エリア名)		
(連絡者名)	(組合員コード)		
講座名称	大人・親子・子ども企画		(講師名)
参加人数	計 人 (内訳: 組合員 人、員外 人、講座参加の子ども 人) 内、エコロ共済加入者 人 (同伴の子ども人数は、記入の必要なし)		
参加者氏名 (組合員CD)	()	()	()
※別紙添付可	()	()	()
	()	()	()

<報告記入欄>

講座の内容は、 いかがでしたか	
参加者の様子は、 いかがでしたか	
その他、意見 今後希望する点など	
参加費、請求先	参加費徴収金額 円 (人分) ※生活クラブへの現金入金は必要ありません。 請求先…組合員名 組合員 CD

員外、及びエコロ共済未加入者の参加費500円は人数分を主催者が徴収してください。後日主催者へ請求します
 ※講師料は、エコロ共済より補助します。

事務局記入欄	備考
--------	----

あなたがエコロに加入することで、たくさんの組合員の活動への参加が保障されます。

この活動参加が、消費材の開発や改善にもつながっています。

つまりは、消費材を利用する組合員全体の利益への貢献となっています。

エコロの加入手続きはカンタン。

下記に記入してセンターにご提出ください。



生活クラブ エコロ共済 加入申込書

申込日 年 月 日

エリア名	班コード	組合員コード	
フリガナ		性別	・男 ・女
氏名			
電話番号	()		

- エコロ共済掛金は月額100円です。
- 前払いのため、加入翌月の（初回）引落だけは200円併徴となります。
- センター提出翌日、午前0時より効力の発効となります。
- 契約期間は4月1日～3月31日までの年契約です。（組合員脱退以外）中途解約はできません。

センター	本部	入力チェック
年 月 日		



発行 生活クラブ愛知本部
☎052-899-0770
単協地域福祉委員会
2021年4月

協力 ワークス・コレクティブ
講師の会リシェ
☎090-1566-2369(おざき)

