

2020年度【臨時】★2020.9.15 版

リモート・エッコロ講座ガイド



LINE / Zoom

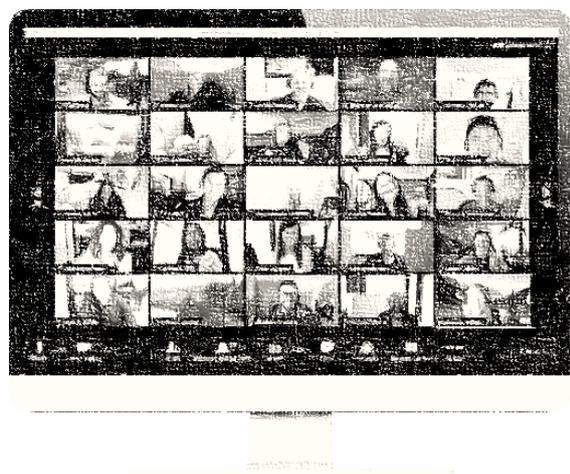
開催案内

リモート・エッコロ講座一覧

講師紹介

講座内容紹介

開催申し込み・報告書式



リモート・エコロ講座 開催方法

講座案内

リモート・エコロ講座は、新型コロナウイルス感染予防下でステイホームが一般化した中でも受講できる講座として、通常の「エコロ講座」とは別に20年度秋から、臨時的に設置します。

エコロ共済加入者は無料、講師費用はエコロ共済事業より補助となります。

リモートゆえ、一同に会することはできませんが、在宅しながら、組合員同士がつながりあえるツールとして新設しました。

講座は、パソコン、スマホ、タブレットから受講できます。

講師は、「ワーカーズ・コレクティブ講師の会 リシエ」です。

1) 主催者

- ・主催できる対象:①エリア、②単協委員会、③エコロクラブ、※④個人
(※④エコロ加入かつエコロクラブメンバー外)

2) 参加対象

- ・開催要件は、エコロ加入者のみとなります。(当日加入はOK)
- ・開催可能回数➡エコロクラブ:3回、個人2回(3月まで)

3) 参加費

- ・エコロ共済より補助しますので、講習代金は無料。別途材料費、郵送料はかかります。

4) 申込～開催報告までのながれ

- ・希望の講座と開催日を決める(2週間以上先の日程でかんがえる)



- ・オンラインによる講座、受講場所＝主には自宅など(センターは使用しません)
スマホ・タブレット・パソコンから参加します。



- ・申し込みは、生活クラブ生協愛知ホームページからA「講座指定」またはB「希望日指定」で申し込む



- ・日程と講座の確定の連絡をうける。事務局より、後日「開催確認」メールが届きます



- ・講師との打ち合わせ

講師(ホスト)から主催者、電話またはメールがあります。開催の打ち合わせをしてください



- ・参加人数の確定と本部への連絡



★「LINE」(ライン)の場合は、事前に参加者同士 グループを作り、そこに講師が参加します。
エッココ講座終了後グループを退会します。

★Zoomの場合は、「Zoom ミーティング ID」「ミーティングパスワード」をホスト(講師)から主催者に送信します。主催者は、参加者に転送します。(スマホZoomはアプリが必要です)



- ・開催の3日前までに参加人数を確定して、生活クラブ本部事務局に連絡してください。
- ・当日、開始15分前に「接続状態」にして、参加者とのリモート環境の確認をする



・開催報告

HPの「講座開催報告書」を開催後10日以内に記入し、生活クラブへメール送信。もしくは、ダウンロードし、記入した上、生活クラブへご提出ください。

《LINE、Zoom 使用上の参加者の注意事項》

- ・オンライン講座は、インターネットを利用し、サーバーにアクセスすることで講座に参加できるしくみのため、通信環境によっては通信費が発生することがあります。
- ・ウィルス対策がされていることを確認してください。

5) 開催費用

・会場費

会場費は主催者の負担です

※主催者都合による中止も主催者負担です。

※講師都合でやむを得ず中止した場合、会場費は単協が負担します。

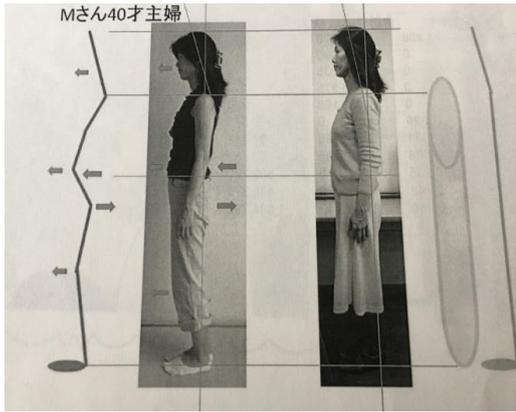
※材料費、送料は、一旦リシェが負担し、生活クラブ生協に請求、生活クラブが受講者(材料提供者)に相殺請求するものとします。

講師料(3500円)

エッココ共済事業から補助します。生活クラブ本部より直接「ワーカーズ・コレクティブ講師の会 リシェ」へ支払います

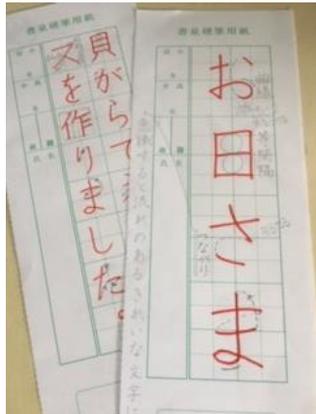
					参加可能人数(上限)			
No	ジャンル	講座名称	講師	時間(分)	Line	Zoom	対象	
R-1	運動	骨盤美人体操	松村 陽子	60	3人	20人	大人	
R-2	ヘルスケア	ゆるふわ リンパケア	長尾 峰子	60	3人	5人	大人	
R-3	せっけん	石けん つまづき解決!	柘植 千賀子	30	3人	3人	大人	
R-4	生活	整理	熊澤 弥生	60	3人	4人	大人	
R-5	知恵	習字(硬筆)	横田 奈央子	60		3人	大人	
R-6	知恵	コミュニケーション	北垣 啓子	60		3人	大人	
R-7	知恵	色のふしぎ	鈴木 富貴子	60	3人	5人	大人	
R-8	知恵	英語で遊ぼう♪親子	津田 亜佐子	30		5組	幼稚園~小学生	
R-9	着付け	ゆかたの着付け	小宮山 啓子	60		4人	大人	
R-10	クラブト	クレイ クラブト(スイトピー)	尾崎 千佐美	40	3人	3人	大人/子ども	

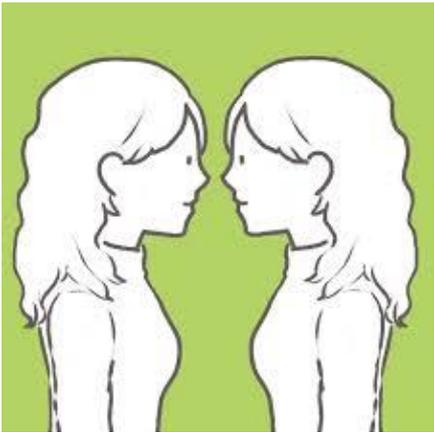
講 師	松村 陽子 名古屋東エリア								
講師紹介	サリサリハラム認定 骨盤美人体操講師・リフレクソロジスト								
No.	R-1								
講 座 名	骨盤美人体操 歪みスッキリ!								
講座内容	<p>整体師が技術と経験を元に考案した、ストレッチ体操。身体の巡りを良くし、芯から温かくなるのを実感。骨盤・姿勢の歪みを整え、自律神経、女性ホルモンバランスを整え、健康で美しい身体を目指すきっかけを体験しましょう。</p>								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	LINE 3人まで				ZOOM 20人まで				
開催条件	木曜日の午前は、第1・第3のみ								
企画	大人								
参加者の 持ち物	運動ができる服装(ジーパン不可)・ヨガマット(バスタオル)・水(飲み物)・タオル								
開催可能曜日・ 時間帯(開催の可 能性が高い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	×	○	※ ○	○	×	×	×
	午後	○	×	○	×	×	×	×	×

講 師	長尾 峰子 名古屋北エリア								
講師紹介	さとう式リンパケアセルフ講師 保健室(脳科学)コーチングアドバンスコーチ・看護師								
No.	R-2								
講 座 名	ゆるふわ♪ セルフリンパケ								
講座内容	<p>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、新しい健康法。メイクブラシで出来るリンパケアの大きな特徴は、その場で見える即効性。クイックケアを体験して下さい。</p>								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	LINE 3人まで				ZOOM 5人まで				
開催条件									
企画	大人								
参加者の 持ち物	化粧用チークブラシ								
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	○	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○	○	○

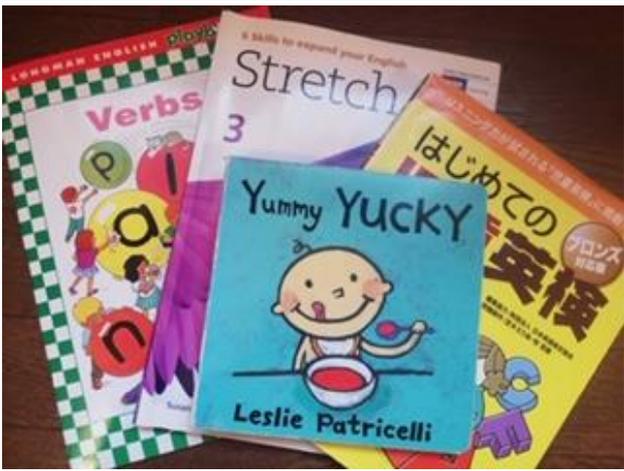
講 師	柘植 千賀子 名古屋東エリア								
講師紹介	石けんナチュラルクリーニングを勧める活動を20年以上続けている								
No.	R-3								
講 座 名	石けん つまづき解決!								
講座内容	<p>石けんを使う上で説明をします。</p> <p>2つから選んでください。</p> <p><input type="checkbox"/>お洗濯のしかた</p> <p><input type="checkbox"/>洗髪のしかた</p> <p>また炭酸塩(セスキ炭酸塩)、クエン酸等の使い方の解説や、ご相談にもあります。気持ち良い石けんライフを。</p>								
所要時間	約30分 (希望時間をお伝えください)								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	LINE 3人まで				ZOOM 3人まで				
開催条件									
企画	大人								
参加者の 持ち物									
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	○	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○	○	○

講 師	熊澤 弥生 名古屋北エリア								
講師紹介	整理収納アドバイザー・ライフスタイルプランナー 看護師・福祉住環境コーディネーター								
No.	R-4								
講 座 名	整理～これからの暮らしを楽しむために								
講座内容	居心地よい生活を手に入れたい… と思っているあなたへ、先ずどんな 悩みを抱えていて、何が問題なの かを知ることが大切です。そのお話 しをします。								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	LINE 3人まで				ZOOM 4人まで				
開催条件									
企画	大人								
参加者の 持ち物	筆記用具								
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	×	×	○	○	○	○	○
	午後	○	×	×	○	○	○	○	○

講 師	横田 奈央子 つばさエリア								
講師紹介	書道研究書泉本部 毛筆の部 師範								
No.	R-5								
講 座 名	習字（硬筆）初心者・久しぶりの方								
講座内容	<p>久しぶりの方、基礎からおさらいをリ モートでしませんか？</p> <p>お手本は郵送(1人実費84円)住所 をお知らせください。</p>								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	ZOOM 3人まで								
開催条件	お手本は郵送(1人実費84円)住所をお知らせください。								
企画	大人								
参加者の 持ち物	・鉛筆(6B～2B)・消しゴム・下敷き(あればソフト下敷き)84文字マス罫線入りノート (紙)・鉛筆削り								
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	×	○	○	○	○	○	○
	午後	×	×	○	×	○	○	○	○

講 師	北垣 啓子 フルーツバスケットエリア								
講師紹介	(一社)HIT キャラクトロジー®心理学協会認定 ベーシックマスター 子育てマスター								
No.	R-6								
講 座 名	自分とのコミュニケーション								
講座内容	<p>外へ出かけたり、人に会うことが減ってしまっている今。つい、家族や子どもにイライラをぶつけてしまったり、目に見えない何か怖くて仕方がなくなったりすることはありませんか？そんな時、自分の中でおきていることや対処の仕方を一緒に考えていきます。</p>								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	ZOOM 3人まで								
開催条件									
企画	大人								
参加者の 持ち物									
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	○	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○	○	○	○

講 師	鈴木 ふき子 つばさエリア								
講師紹介	PICS パーソナルカラーアナリストティーチャー／カラーコーディネーター /パーソナルスタイリスト／装力士								
No.	R-7								
講 座 名	色の不思議								
講座内容	<p>知らないうちに色の影響を受けている私たちの暮らし。色の影響や効果を知って、上手に色を活かしましょう。 以下から1つ選んでください。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・色のイメージについて(色彩心理) ・子どもの成長と色 ・生活の中での色 								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	LINE 3人まで				ZOOM 5人まで				
開催条件									
企画	大人								
参加者の 持ち物									
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	○	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	×	○	○	○	○	○

講 師	津田 亜佐子 つばさエリア								
講師紹介	英検準1級・TOEIC985点・英会話講師歴20年以上								
No.	R-8								
講 座 名	英語で遊ぼう♪ 親子								
講座内容	親子で楽しめる、英語の絵本の紹介と読み聞かせを行います。								
所要時間	30分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	ZOOM 5組まで								
開催条件									
企画	幼稚園から小学生まで								
参加者の 持ち物									
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	○	○	○	○	○	○	○
	午後	○	○	×	○	○	○	○	○

講 師	小宮山 啓子 フルーツバスケットエリア								
講師紹介	(一財)民族衣装文化普及協会特別認定講師 着装技術師 1 級								
No.	R-9								
講 座 名	ゆかたの着付け								
講座内容	浴衣の着付け、 半幅帯の結び方から ゆかたのたたみ方を ご自分の持ち物で お稽古しましょう。								
所要時間	60分								
開催費用 (主催者負担)	なし								
人数の上限	ZOOM 4人まで								
開催条件									
企画	大人								
参加者の 持ち物	浴衣・半幅帯・浴衣の下に着るもの (浴衣スリッパ or 裾除け or 肌襦袢 or タンクトップなど) 腰ひも 3 本・帯板・薄手のタオル 1 本								
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	×	○	×	×	×	○	○
	午後	○	×	○	○	×	×	○	○

講 師	尾崎 千佐美 名古屋東エリア								
講師紹介	ミガホンアカデミー マルガリータ講師 日本パンフラワー協会会員 日本銀粘土協会会員								
No.	R-10								
講 座 名	クレイ クラフト								
講座内容	<p>スイトピーの花を作りましょう。</p> <p>2日程で乾燥する樹脂粘土を使い、一輪挿しのピンク色のスイトピーを作りましょう。お子さんも作れます。小学生以上～大人</p> <p>材料は事前に混載便にて送ります。参加者の氏名・組合員番号・配達コースコードを2週間前までに知らせてください。</p>								
所要時間	40分								
開催費用 (主催者負担)	材料費1作品 400円								
人数の上限	LINE 3人まで				ZOOM 3人まで				
開催条件	大人 子ども								
企画	スイトピーの花								
参加者の 持ち物	木工用ボンド・ハサミ・クリアファイル・つま楊枝								
開催可能曜 日・時間帯(開 催の可能性が高 い日程)		月	火	水	木	金	土	日	祝
	午前	○	○	○	△	○	○	○	○
	午後	○	○	○	×	○	○	○	○

単協地域福祉委員会事務局 行
FAX 052 - 899 - 0802

※講座開催申込は、実施希望日の2週間前までに送信してください。

kiyoaki/kodama@s-club.coop

エコロ講座開催申込書 (A: **講座**指定) <2020 年度版>

申込み日	年 月 日 ()	<input checked="" type="checkbox"/> 通常	エコロ講座 <input type="checkbox"/> (非オンライン)
		<input checked="" type="checkbox"/> オンライン	Line <input type="checkbox"/> Zoom <input type="checkbox"/>
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 ・ FAX	・ 携帯 ・ 必須 メール	
申込講座名	講座 No. R-	講座名称： 講師氏名：	
開催目的	<input type="checkbox"/> 組合員どうしの交流 <input type="checkbox"/> ステイホームの中でのリフレッシュ <input type="checkbox"/> その他 ()		
希望日時 ※第三希望まで 記入	①	年 月 日 ()	: ~ :
	②	年 月 日 ()	: ~ :
	③	年 月 日 ()	: ~ :
参加人数	約 ___ 名 その内 エッコロ共済加入者... ___ 名 予定	注) 人数確定日は、開催日の 3 日前	
主催者の アドレス			
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)		

※エコロ講座とリモート（オンライン）講座は内容が異なりますので注意してください。オンライン講座でもLINEでは開催できないものがあります。

※事務局記入欄

事務局 受付日	／	
講師の会連絡日	／	
決定連絡日	／	備考

単協地域福祉委員会事務局 行
FAX 052 - 899 - 0802

※講座開催申込は、実施希望日の2週間前までに送信してください。
kiyoaki/kodama@s-club.coop

リモート・エッコロ講座開催申込書 (B:希望日指定)

<2020 年度版>

申込み日	年 月 日 ()	<input type="checkbox"/> 通常 <input type="checkbox"/> オンライン	エッコロ講座 <input type="checkbox"/> (非オンライン) Line <input type="checkbox"/> Zoom <input type="checkbox"/>
主催 (団体名)		主催分類 (〇をつけてください) ・エリア ・地域コミュニティ ・エッコロクラブ ・単協委員会 ・個人	
主催 (連絡者名)		エリア名： 組合員コード： ・TEL ・FAX ・携帯 ・メール	
日時	年 月 日 () : ~ :		
希望講座	講座 NO. R- / 講座名称 (講師氏名)		
※第三希望 まで記入	① / ()		
	② / ()		
	③ / ()		
開催目的	<input type="checkbox"/> 組合員どうしの交流 <input type="checkbox"/> ステイホームの中でのリフレッシュ その他 ()		
参加人数 (計画)	約 名 その内エッコロ共済加入者... 名 予定	注) 人数確定日は、開催日の 3 日前。	
主催者の アドレス			
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)		

※エッコロ講座とリモート(オンライン)講座は内容が異なりますので注意してください。オンライン講座でもLINEでは開催できないものがあります。

※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)

※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。

エコ講座 開催報告書【主催者】 <2020 年度版>

kियोaki.kodama@s-club.coop

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)
受講者人数	計 人 (内訳: 組合員 人 講座参加の子ども 人) (同伴の子ども人数は、記入の必要なし)		
受講者氏名 (組合員CD)	()	()	()
	()	()	()
	()	()	()
※別紙添付可	()	()	()
	()	()	()

<報告記入欄>

通常講座

リモート (オンライン講座)

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	

※講師料 3500 円と講師交通費は、エコ共済より補助します。

事務局記入欄	備考
--------	----

エッコロ共済 加入申込書

単協地域福祉委員会 御中

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 1 男
氏名			別 2 女
電話番号	()		

- 加入時に「エッコロ共済」ご加入手続きをされていれば、あらためて記入する必要はありません。
- エッコロ共済掛金は1か月100円です。
- 前払いのため、加入翌月の初回引き落としだけは200円となります。(翌月、翌々月分)
- センターへ提出した翌日0時より発効します。
- 契約期間は4月1日～3月31日までの年契約(自動更新)。中途での解約はできません。

センター		本部		入力チェック
年	月	日		