

陽だまりカレッジ

つくる・つながる・まちづくり



オンライン大好評です!



自宅で レッスン

LINE と Zoom

申込みから受講までの流れ

- 1) 申込み..... あなた ⇒ 生活クラブ ... 電話かWEBで(QRコード)メールアドレスなど連絡先も教えてください。
- 2) 受講の確認.... 生活クラブ⇒ あなた ... 電話で確認
- 3) 講師から連絡... 講師 ⇒ あなた ... 受講の打合せ
- 4) オンラインで受講
- 5) 講習費請求.... 翌月末に引落口座に請求、または陽だまりカレッジ定額回数券

申込み時に、連絡がとれるメールアドレスや、ZoomやLINEどちらを希望しているかもお知らせください。

→ 注意事項は裏面へ



TEL 052(899) 0770

FAX052(899)0802

(生活クラブ愛知本部)

生活クラブ愛知のホームページ

<http://aichi.seikatsuclub.coop>

「活動・とりくみ」から「陽だまりカレッジ」へ

キャンセルも上記電話番号に

申込締切日以後のキャンセルには取消料がかかります。開催日前日までは講習費の50%、当日のキャンセルは100%を頂きます

申込みはこちら

キッズ・フォニックス・レッスン

津田亜佐子

英語をローマ字読みでなく、正しい発音で読み書きするためのメソッドがフォニックスです。レッスンで用いる「シンセティック・フォニックス」は、インターナショナル幼稚園でも使用されていて、英語を英語のまま読み書きする力が楽しく身に付きます。

幼稚園～小学校低学年くらいのお子様を対象。英語未経験のお子様大歓迎!

7/8(水) 7/15(水)
いずれも17:00～17:30

※3日とも異なるレッスンをします
ので何回でも参加OK。

※各日程ともに申込締切日は4日前

講習費:1500円/回
定員:各回6名



自宅の整理収納でかわるあなたの生活

熊澤 弥生

片付けをしたいけど、どうしたらいいのかわからない...
子どもが勉強できるように片付けたい...
介護が始まりそう～その前に自宅を整理したい...
育休中に片付けたい...など
それぞれの悩みに寄り添いながら個別に相談させていただきます。

実施日...7月2・3・4・5
午前1名・午後1名
(時間帯はご希望に合わせて)
1回(60分程度)
1,000円

●申込締切 開催3日前



パーソナルスタイリング個別相談会

鈴木 ふき子

ファッションに関することなら何でもOK。
一緒に素敵なスタイリングを作ってみましょう。
おうち着を素敵にするご相談、スカーフの結び方、
ネット通販購入相談、靴選びなどなど何でもOK

対象:陽だまりカレッジ
パーソナルカラー診断済の方、
連続講座受講済の方

日程は個別に対応
1回30分

講習費:1500円



パンフラワー 尾崎 千佐美

樹脂粘土でお花を作ります。あなたのペースで
好きな お花が作れます。
[陽だまりカレッジ受講者]

7/7・14・21・8/4
10:00～11:30

●講習費 1500円
●申込締切4日前 ●定員5名
(締切後でも定員までは申込み可能)

[初心者向け]
名古屋・豊田・尾張旭センター組合員限定
樹脂粘土で一輪挿しを作ります。
ミニばら・ミニフルーツ・スイトピーの中から選んでください。
完成までに一作品3回程を想定しています。

7/16(木)・7/30(木) 10:30～
7/23(木) 10:30～・13:30～・16:00～
初心者は上記以外でも相談に応じます。(一回60分)

事前に 材料キットを混載便で送ります。
準備するもの:木工用ボンド、クリアファイル、竹串、はさみ

●講習費:1000円 材料費:1000円
●定員 各2人 お子さんもOK(小学生以上)
●申込締切日開催日2週間前

陽だまりカレッジ

つくる・つながる・まちづくり



オンライン大好評です！

「活動・とりくみ」から「陽だまりカレッジ」へ
生活クラブ愛知のホームページ
<http://aichi.seikatsuclub.coop>

申込みはこちら



TEL 052(899)0770

FAX052(899)0802

お習字 小学生以上高校生対象 横田 奈央子

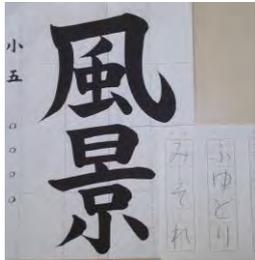
- ①級・段 取得(硬筆+毛筆)
- ②硬筆③毛筆④毛筆+硬筆(②③④は級段取得なし)



お稽古+添削指導(ライン等または郵送)

1~3回目迄同じお手本で習字
添削は1回につき1度

- ①4000円/(テキスト代含む)月3回返
1回40分
- ②③ 1回30分 ④1回40分
1回 1500円 1回 計¥1800
- 2回 2000円 2回 計¥2600
- 3回 2500円 3回 計¥3200



日程:時間 希望(平日・休日 午前・午後 夜間など)をお伝え下さい
用意する物:講師と相談
参加者負担:お手本、テキスト、郵送添削の郵便料金、他実費
締切日:希望日の10日前(①は毎月9日締切)
時間帯に複数人(兄弟など)受講希望の要相談

おうちでセルフリンパケア 長尾 峰子



セルフケアで循環を良くして、自分で身体を整えましょう!
健康力アップ!免疫力アップ!ファミリーケア! お子様同席歓迎

持ち物:動きやすい服装、バスタオル、チークブラシあれば、手鏡あれば

- ①自分のためのリンパケア クラス
1000円/1時間
 - ②子育てママのリンパケアクラス
産後の身体、
子どもの身体について
子供と一緒になくてもOK
1000円/10時~11時
- 6/25(木)14時 歩きながらケア
6/29(月)14時 座りながらケア
7/9(木)14時 めぐる身体ケア
7/13(月)10時 ニの腕スッキリケア
7/21(火)14時 背中スッキリケア
7/27(月)14時 足腰を強化リンパケア
- 6/29(月)腰痛ケア
7/9(木)痛み緩和
7/21(火)骨盤ケア
7/27(月)お腹スッキリ

*①②ともに定員5名申込締切日 4日前



トランポピクス 石橋 悦子

「生活クラブでの受講経験者限定」

ミニトランポリンを使い
お部屋でウオーキング。

講習費:1000円

6/30・7/7・14・21・28

14:00~14:45

定員 5人

申込締切日 前週(木)
トランポリンを購入したい方は
日本トランポピクス認定
トランポリンをお勧めして
います。お問合わせください。



骨盤美人体操 松村 陽子

整体師が考案した自分で自分をメンテナンスしていく体操。

ストレッチと筋トレで、コロナに負けない体づくりに!

おうちだから、すっぴんでもOK赤ちゃんやペットが隣に

いながらも大丈夫。マイクOFFで泣き声も気になりません。

他の時間をご希望の方はお気軽にご相談ください

7/1(水)7/4(土)10:30~11:30

7/9(木) 13:30~14:30

定員 ZOOM開催は5名、LINE開催は3名

講習費:1000円

持ち物:飲み物 申込締切日4日前



LINEのビデオ通話にて受講のやり方

事前に 講師とお友だちになり その後
当日のみのグループでビデオ通話します。



Zoomでの受講のやり方

zoomという無料アプリをインストールします。
前日までに「ID」と「パスワード」を講師から連絡。
受講のみならば、登録の必要はありません。

注意事項

- ・Wi-Fi環境であることが望ましいです。
- ・受講時にお部屋の様子が写ることに対して、プライバシーが確保できるようにしていただくように気をつけて下さい。
- ・ビデオカメラをオフにすることも可能ですが、講座によっては講師が姿勢などをチェックしたいので、できるだけカメラオンをお願いします。
- ・生活クラブ未加入者の友人も受講できます(+500円になります)。その場合は、友人である組合員さんから生活クラブにお申込み下さい。(受講料は組合員さんに請求となります)
- ・既に購入済みの陽だまりカレッジ 定額回数券はオンライン講座にも使用できます。裏の記入事項を記入し、混載便でセンター事務局までお送り下さい。
- ・申込後のキャンセルは所定のキャンセル料を申し受けます。締切後、開催費前日までは50%。当日キャンセルは100%を頂きます。締切後のキャンセルは材料費をご負担頂くことがあります。

意外と簡単にレッスンできますよ〜。ご質問などあれば、お気軽にしてくださいね。