

多摩交流センターだより

多摩
30市町村
対象

TAMA 市民塾 平成30年4月開講分 塾生募集案内

【募集期間 平成29年12月1日(金)～平成30年1月18日(木)】

公募による講師と市民の発想・企画・運営による新しい生涯学習(楽習)のステージ『TAMA市民塾』。ユニークで楽しさあふれる講座を用意してお待ちしています。

●開講期間 【6ヶ月コース】平成30年4～9月

●会場 多摩交流センター(京王線府中駅北口徒歩3分) ●共催 TAMA市民塾・(公財)東京市町村自治調査会

No.講座名・講師名	講座内容	回数・曜日・時間・定員
No.1 図解:ギリシア神話と キリスト教文化 五條 吉和	ギリシア神話のちょっとした知識と、目で読む聖書である宗教画と神話画がわかると西洋文化は瞬時に身近な存在に変化します。名画を鑑賞しながら、歴史・文化を学ぶという試みです。西洋文明の2大源流-神話と宗教を楽しく学び、講座終了後には西洋美術鑑賞が楽しくなります。目から鱗が落ちる講座を目指します。	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3月曜日(第1回は4/2) 14:00～16:00 (32名)
No.2 背景を知って 建築を楽しもう 徳村 頌子	「建築博物館」と言われる表参道・銀座・丸の内・上野公園界隈等で、面白くてユニークな建築に目を奪われる事ありませんか? 建築には設計者の思い、歴史・経済等の社会現象が反映されています。それらの背景を知って、街歩きをもっと楽しいものにししましょう!! ヨーロッパの建築にも目を向けます。(見学時の交通費・入場料は各自負担)	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3火曜日 (第1回は4/3) 14:00～16:00 (26名)
No.3 身振り手振り脱出! 「きちんと伝える英会話」 甲斐 ひとみ	2020年の東京オリンピック・パラリンピックに、海外からのお客様をお迎えする都民として、英語で心の交流をする楽しさを体験できることを目指した講座です。リズムある正しい発音で、場面に応じた表現をくり返し練習します。「日本人の英語は美しい」と言われるよう頑張りましょう。	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3水曜日(第1回は4/4) 14:00～16:00 (26名)
No.4 色紙ではじめる日本画 小林 昌子	色紙は、短い時間で手軽に一つの作品を完成させる事ができます。初心者でも簡単に、作品を描く喜びや楽しさを味わえます。そのまま飾る事ができるので、すぐに鑑賞でき楽しめます。今回は日本画の手法で描きます。日本画の基本は写生です。モチーフをじっくり味わい、自分の色紙を作りましょう。(色紙代 ¥600、モチーフ代+お茶代 ¥2,400)	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第2・4水曜日 (第1回は4/11) 14:00～16:00 (26名)
No.5 心も身体も健康に! 癒しのヨーガ 島田 理恵	どなたでも無理なく参加できる、とてもシンプルなヨーガです。当日の体調や気分、天候などに合わせながら呼吸を感じ、内側から心身のメンテナンスをします。瞑想やセルフマッサージ、目の体操なども行ないます。おはなし(放し)も交えながら楽しく身体を動かして仲間づくりをしましょう。	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3水曜日(第1回は4/5) 14:00～16:00 (26名)
No.6 学んで楽しい九星気学 菅原 道子	九星気学とは、生年月日と干支、五行を組み合わせた占いです。特別な力は必要ありません。気になる人やビジネスの相手との相性、性格を知り、上手に付き合っていく方法や、方位による開運法を伝えます。気学を知り生活にメリハリを。(希望者のみ 手帳版の方象暦ダイアリーを購入)	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第1金曜日(第1回は4/6) 10:00～12:00 (26名)
No.7 ビートルズを 英語で話そう! 長谷川 雅典	ビートルズに代表されるロック・ソウルの歌詞には、人生を豊かにする良い言葉・ヒントがいっぱい。「この曲が好きです」「こういう考え方はおもしろいですね」などをグループで、各回の題材を英語で自由に話し合います。目標は「英語を話すことへの抵抗感を減らす・慣れる」こと。音楽という身近な題材で世界の事情を知り、考える力を育む機会にしましょう。	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3土曜日(第1回は4/7) 10:00～12:00 (26名)
No.8 あなたもマジシャン 高橋 正樹	夢とロマン、優しさ遊び心に満ちた愉快なマジックの講座です。パーティや宴会ですぐに披露できるものから本格的な手順まで、バラエティに富んだ内容ですので、超初心者から経験者まで、老若男女を問わず楽しんでいただけます。最終的には、ボランティア訪問ができるようになるまでを目指します。(教材費 全回分 ¥4,100)	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第2・4土曜日 (第1回は4/14) 14:00～16:00 (26名)
No.9 写真の歴史と 多摩の写真小史 能地 泰規	1839年に誕生した写真術は、デジタルの時代を迎えて銀塩(フィルム感光剤)の呪縛から解放されました。主に写真の誕生期の歴史を知ること自らの写真表現により深みを与える考察の場を、参加者全員で造りあげます。併せて、日本の写真産業の発展に重要な影響を与えてきた多摩地区の写真産業の歴史についても理解を深めます。	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第1日曜日(第1回は4/1) 10:00～12:00 (32名)

No.講座名・講師名	講座内容	回数・曜日・時間・定員
No.10 絵画と語る ～画家の人生を たどりながら～ 篠崎 優美	さまざまな国、時代、環境の中で、それぞれの信念を持って、「絵を描く」ということに人生をかけた6人の画家たち。彼らの作品に触れることで、その生きざまに少しでも寄り添えたら、と思っています。時を超えて、画家たちの人生への旅をして参りましょう!(資料代 ¥600)	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第2日曜日 (第1回は4/8) 10:00～12:00 (32名)
No.11 西国・坂東・秩父 百寺観音巡礼の旅 服部 文晴	1300年余りの歴史を重ねてきた“西国・坂東・秩父百観音霊場”へご案内します。霊場巡りには幾つかの約束事があります。例えば、巡る順番や作法などを知ること、大きな功德が得られるといわれています。講座ではさらに巡礼用品から写経に至るまでの準備、行程へと進めていきます。もちろん名所旧跡、名物まで楽しみは百倍です。(全6回とも座学です。)	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第2日曜日 (第1回は4/8) 14:00～16:00 (32名)

【申込資格】 多摩地域30市町村に在住・在勤・在学の方が対象です。(開講時に本人確認のため身分証明書をご提示いただくこともあります。)

【申込方法】 記入例を参考に**通常はがき(62円)**でお申し込みください。
・はがき1枚に1講座名を記入(2講座以上の記入は**全て無効**)
・1人で2講座までです。(3講座以上の申し込みは**全て無効**)

【申込期間】 平成29年12月1日(金)～平成30年1月18日(木)<当日消印有効>

【抽選】
・応募者が定員を超えた場合は抽選になります。
・**抽選結果は、1月27日(土)に当選者のみ封書で発送します。**
・募集締切後、定員に満たない場合は、追加募集をします。(15名以下の場合、開講しないことがあります。)

【申込先】 〒183-0056 府中市寿町1-5-1
府中駅北第2庁舎6階 多摩交流センター内「TAMA市民塾」

【問合せ先】 TEL 042-335-0111(月～金(祝日・12月29日～1月3日を除く)の9:00～17:00)
Eメールアドレス tama_shimin_juku@true.ocn.ne.jp

【受講料】 全6回の講座 3,000円 全12回の講座 6,000円(教材費が別途必要な講座もあります。)
・期日までに受講料を払込みください。払込方法については当選通知の中でお知らせします。

払込期限 2月15日(木)(払込期限が過ぎた場合は失効)

・払込まれた受講料は理由を問わず返金できません。

【その他】
・講座のカリキュラムや参考資料(作品写真)等は多摩交流センターで見ることができます。
・保育施設、駐車場はありません。
・ご応募いただく個人情報は、当該講座に関するこのみに使用します。

(はがき記入例)

62円	1830056
1 講座No.	府中市寿町1-5-1 府中駅北第2庁舎6階 多摩交流センター内 TAMA市民塾 行
2 講座名	
3 氏名(ふりがな)	
4 年齢・性別	
5 〒・住所	
6 電話 [自宅 携帯]	

TAMA市民塾・日曜講座のお知らせ

第112回 心を「おだやか」に整えるワザ ～「超カンタン実践心理学」120分集中講座～

【講師】 田中 仁 (zin) 氏

心理カウンセラー。特定非営利活動法人ラフターヨガジャパン理事。茶道講師(表千家)。最新の心理学&脳科学をベースに、笑うエクササイズ、茶道のエッセンスを取り入れた「超カンタン実践心理学」を研修・セミナーで講演。「わかりやすい!」「楽しい!」「これなら続けられる!」と大好評を得ている。

【内容】 日常のストレスに負けずに心を整えて生きていけば、健康寿命が延びることが科学的にも証明されつつあります。さらに、アンチエイジング、人間関係改善など、そのメリットは計り知れません。

心を整えて暮らすことはできます。しかも、それは「技術」です。技術なのでトレーニングすれば、どなたでも身につきます。年齢、経験は不問です!

「最新の心理学&脳科学」をベースに、「笑うエクササイズ」や、誘導瞑想で潜在意識に語りかける「眠りヨガ」なども取り入れた内容。知識ゼロの方でも、その日から実践できる「感情コントロール法」をお伝えします。この機会に心を整える「ワザ」を、ぜひ習得して下さい!

日時 平成30年1月21日(日) 14:00～16:00
場所 多摩交流センター会議室
京王線府中駅北口 府中駅北第2庁舎6階(府中市寿町1-5-1)
申込方法 当日会場にお越しください。先着50名までとさせていただきます。
受講料 無料
問合せ先 多摩交流センター内 TAMA市民塾
TEL 042-335-0111