

No・講座名・講師名	講座内容	回数・曜日・時間・定員
No. 7 京都のみほけ 齊藤 経生	国宝第一号の指定を受けた広隆寺の弥勒菩薩半跏思惟像をはじめ京都市内には三十三間堂、六波羅蜜寺、三千院、東寺、また京都市中から南に足をのばせば、宇治の平等院や浄瑠璃寺、蟹満寺、観音寺など、奈良時代から鎌倉時代のいずれも優美な魅力ある仏像を伝えています。講座では京都の仏像の見どころとその魅力を探ります。	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第2・4水曜日 (第1回は10/14) 14:00~16:00(32名)
No. 8 都道府県最高峰の 登山研究 山本 信夫	都道府県最高峰とはどんな山々なのか。百名山のような書籍や放映も見当たりません。日本各地の47座は地元のランドマークですが、中には例えば標高408mのもの、基地の中にある山もあります。それらの山々の特色や登り方などを詳細に解説します。山好きの方、山に関心のある方、その絶景を映像と説明で楽しみ話合しましょう。	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第3水曜日 (第1回は10/21) 14:00~16:00(32名)
No. 9 アジアの歴史、 再発見の旅 宮本 謙介	近年、アジアの歴史に関する研究が大きく前進し、新しい見方・解釈が次々に生まれています。本講座では、最近の研究成果をできるだけ分かりやすく平明に解説し、新しいアジア史の見方に触れていただくことを狙いとしています。あなたの歴史の理解に、必ずや新たな視野が広がることでしょう。	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3木曜日 (第1回は10/1) 14:00~16:00(32名)
No. 10 植物のTAMAを歩く 椎名 豊勝	多摩は、湧水池、河岸段丘、丘陵地、河川に恵まれた台地です。また大都市東京は植物園等の都市林が造成されています。そこには多くの樹木が自然の状態や人工林として存在します。全国的に見ても多種多様な植物が見られるエリアといえます。そこで自然と文化を訪ねながら、いろいろな樹木や草本について実地に観察します。 (入園料及び交通費は各自負担)	10ヶ月コース 毎月2回・全20回 第2・4木曜日 (第1回は10/8) 10:00~12:00(26名)
No. 11 敷居の高くない “占い講座” 湯澤 美佐子	少し怖くて、でも興味深い。自分の未来を思い切って自分で占って見ませんか? 占いの敷居は、高くありません。世界中のあちらこちらで何千年もの間、様々な形で積み重ねた人類の叡智の集大成といっても過言ではありません。現代の占いを知り、実際にそのいくつかの占術を実践し、開運ツールとして生活に取り入れてみましょう。楽しく、興味深い占いの世界でひととき癒されてみませんか。	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第1金曜日 (第1回は10/2) ※1月は日程変更あり 10:00~12:00(26名)
No. 12 新しい事を発見する “絵手紙講座” 金子 啓子	絵手紙を描く事で色々な事柄に興味を持てる様になります。一枚のハガキに絵と言葉が入り、四季折々を観察することで、頭と手と心が有効に働いて脳の活性化に役立ちます。1回~6回の講座で基本を学び、足跡を残す為に半紙で和綴りノートを作ります。 (教材費 初回 ¥1,000 6回目¥100)	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第3金曜日 (第1回は10/16) 14:00~16:00(26名)
No. 13 世界の街の 感動するお店あれこれ 近江 淳	海外旅行をした時に行くスーパーで本当に素晴らしい感動するお店に出会っていますか。欲しい商品が手軽に手に入り安くて質が良く、そして気持ち良く挨拶してくれる店員さんがいる、そんなスーパーがあるといいですね。行くだけで楽しく財布の紐もゆるんでくる、そんな感動するお店を紹介します。 (書籍代 ¥200「世界の街のお店あれこれ」)	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第2土曜日 (第1回は10/10) 10:00~12:00(32名)
No. 14 やさしい ピラティス 渡辺 操	ピラティスは元々負傷兵のリハビリとしてドイツ人により考案されたメソッドです。今ではヨガやバレエなどとも融合し、呼吸を使ったストレッチやインナーマッスルの筋力トレーニングなども行ないます。関節や筋肉の動きを意識することで身体の変化に気付いていきます。深い呼吸は身体の内部をも変えていく力があります。さあ、やってみましょう。 (エクササイズボール ¥110)	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第2・4土曜日 (第1回は10/10) 14:00~16:00(26名)

No・講座名・講師名	講座内容	回数・曜日・時間・定員
No. 15 初めての 楽しいウクレレ教室 林 輝雄	譜面は読めなくてもウクレレが弾ける。ハワイアン、フォークソング、懐メロなど歌える様になりたい。仲間と合唱合奏するのが夢。音楽は初めて、楽器も初めて、ましてや苦手な譜面など無縁で読めない方々のためのウクレレ教室がこの講座のコンセプトです。誰でも安心してウクレレが弾ける様になりますよ!! (ウクレレをお持ちでない方は、ウクレレ代¥3,500 教則本代¥1,500)	6ヶ月コース 毎月2回・全12回 第1・3日曜日 (第1回は10/4) ※1月は日程変更あり 10:00~12:00(26名)
No. 16 はじめての ハワイアンリボン 竹村 留美子	ハワイ伝統のレイを、リボン・ヤーン・ラットテールコードなどを使って作るハワイアンクラフトです。リボンを編んだり、縫ったり、パーツを作って繋いだりの技法を用いながら季節に合わせたカリキュラムを取り入れ、ミニリース・ストラップ・バックチャームなどの小物を作成します。	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第3日曜日 (第1回は10/18) 14:00~16:00(26名)
No. 17 絵とピアノで楽しむ クラシック音楽 佐藤 恵美	クラシック音楽を初心者の方にもわかりやすく「絵(絵画や絵本)」と生演奏で楽しく学ぶ講座です。300年のクラシック音楽を4期に分け、歴史的・文化的背景を見つづ作曲家の面白いエピソード等も織りまぜていきます。視る、聴く、触れる、五感を使ってよりクラシック音楽を身近に感じられる様、一緒に学びましょう。	6ヶ月コース 毎月1回・全6回 第4日曜日 (第1回は10/25) 10:00~12:00(32名)

- 【募集期間】 2020年6月1日(月)~2020年7月10日(金)<当日消印有効>
- 【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)
- 【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、7月18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名以下の場合は、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6F 多摩交流センター内「TAMA市民塾」
- 【問合せ先】 TEL 042-335-0111(土・日・祝を除く9:00~16:00)
Eメールアドレス tama_shimin_juku@true.ocn.ne.jp
- 【受講料】 全6回講座 3,000円 全12回講座 6,000円 全20回講座 10,000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。
・振込手数料は各自負担とさせていただきます。

払込期限 8月11日(火) (払込期限が過ぎた場合は失効)

- 【その他】
- ・払込まれた受講料は理由を問わず返金できません。
 - ・講座のカリキュラムは多摩交流センターのホームページ(<https://www.tama-100.or.jp>)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。
 - ・この募集内容は、2020年6月1日現在のものです。今後の新型コロナウイルス感染状況により、定員の変更や、開講を中止することがありますので、あらかじめご了承ください。

<はがき記入例>

63円 1830056
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

- 講座No.
- 講座名
- 氏名(ふりがな)
- 年齢・性別
- 〒・住所
- 電話 [自宅
携帯]