

市民学校のご案内

かるぽーと 市民学校

検索



「市民学校」は、全科目が初心者向けとなっています。初めての方もお気軽にご参加ください。

期 間 2019年9月12日(木) から週1回 順次開講

※科目により開講日と時間が違いますので、ご注意ください。

会 場 高知市文化プラザかるぽーと内 中央公民館

受講料 1科目 6回コース 3,000円
8回コース 4,000円
10回コース 5,000円

※科目によって材料費等は別途負担。

(各科目の材料費等の欄に太字で金額が明記されている科目は受講料とともに前納。)

対 象 16歳以上で市内在住または在勤の方

申し込み 全科目、往復はがきでの申し込み

- 備 考**
- ・申し込み期限は、原則として開講日の前日までです。
 - ・申し込み人数が規定数に達しない科目は休講します。
(締切後2週間を経過した時点で決定し、休講になる場合は開講日の1週間前頃までにお知らせいたします。)
 - ・申し込み後の取り消しや欠席による払い戻しはいたしません。
また、直前の取り消しの場合、別途負担の材料費等をお支払いいただくことがありますので、ご了承ください。
 - ・受付時、また受講時のかるぽーと地下駐車場のご利用は有料となります(30分150円です)。
 - ・自転車でお越しの方は、かるぽーと西側の駐輪場をご利用ください。
 - ・講師の都合で、代理講師になる場合や日程を変更する場合があります。
 - ・お子さま連れの受講はご遠慮ください。

主 催 高知市教育委員会・公益財団法人高知市文化振興事業団

お問い合わせ 高知市文化振興事業団 市民学校 係 TEL 088-883-5071 (休館日：毎週月曜日／祝日・振替休日の場合は開館)

〈往復はがきの記入例〉

62円 返信	□□□□□□ △ △ △ △ 様 高知市 ○ 町 × × ×	【往信面の裏】 ① 郵便番号 ② 住所 ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢 ⑤ 電話番号 ⑥ 昼間の連絡先 ⑦ 受講希望科目 ⑧ 過去に市民学校でその科目を受講された回数
-----------	---	--

※1つの科目につき、はがき1人1枚としてお申し込みください。

◇ **申し込み先**
〒781-9529 高知市九反田2番1号
高知市文化振興事業団 市民学校係

◇ **締め切り**
2019年8月21日(水) 必着

※定員を超えた場合は抽選を行い、抽選結果は8月23日(金)以降に通知します。

当選者は9月8日(日)までに受講料等を納入してください。

※8月21日(水)に定員に達しなかった科目は、翌8月22日(木)午前8時30分から電話・窓口でも受け付けます。

科目		学習予定日		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
朝の部 10：00～12：00														
科目	和紙ちぎり絵			9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/29	11/5	11/12	11/19	11/26	
講師	北村桂子		材料費等 材料費 7,800円	10/1は9階特別学習室				休講日 10/22						
教室	9階第3学習室			○土佐、因州、美濃和紙など、和紙の表情と特長・その取り扱い方										
定員	30名													
携帯品	・筆記用具 ・手ふき			・のり入れ2個（6cm×9cm位のもの） ・ハサミ		クリスマス（ガーランド）		季節の作品（式紙）		おひなさま		作品の完成		
科目	童謡・唱歌・名歌を歌う			9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5			
講師	岡崎美保子		材料費等 テキスト代 400円	○懐かしく心に温かい童謡・唱歌・名歌を歌います ○童謡から名歌まで幅広く時代や作者の思いなど、深く指導します										
教室	11階音楽室													
定員	30名													
携帯品	・筆記用具 ・飲料水			仲よし小道 汽車ボッポ 冬の夜		ぼくのミックスジュース 雨降りお月 雲のかけ		踊ろう楽しいボーレチカ 今日の日はさようなら		波浮の港 トム・ビリビ		雪山賛歌 アヴェ・マリア		
梅リー・ウィドウワルツ これまでのおさらい														
昼の部 13：30～15：30														
科目	フランス刺しゅう「戸塚刺しゅう」			9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5			
講師	金谷訓子		材料費等 材料費 3,500円程度	○初歩の方に合わせて進めていきます				10/1は9階特別学習室						
教室	9階第3学習室			【作 品】・ミニテーブルセンター（18cm×59cm） ・花びん敷き（まわりをピコミシンで処理したスカラップ状のもの。バッグやクッションなどに貼り付けることもできます）										
定員	20名													
携帯品	・フランス刺しゅう針（先の丸いもの、とがったもの） ・針山 ・待針 ・刺しゅう枠（12cm位） ・ハサミ（小さめのもの） ・骨筆またはインクの出なくなったボールペン ・筆記用具			「ミニテーブルセンター」制作						「花びん敷き」制作				
科目	社交ダンス			9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5			
講師	矢野壽男		材料費等	・マンボ	・スクエアルンバ	・ジルバ	・マンボ	・ジルバ	・マンボ	・チャチャチャ	・ジルバ			
教室	2階小ホール			・ルンバ	・ルンバ	・ブルース	・チャチャチャ	・ルンバ	・チャチャチャ	・サンバ	・サンバ	・ルンバ		
定員	35名			・タンゴ	・チャチャチャ	・クイックステップ	・ワルツ	・タンゴ	・ワルツ	・スローフォックス	・クイックステップ	・ワルツ		
携帯品	・ダンスシューズ、またはフロアを傷めない靴（ダンスシューズの購入希望があれば手配します）			基本ステップを覚えよう		フットワークとコネクション（コンタクト）		ウォークとボディポジション（ホールド）		ライズ＆フォール（ボディスイング）		アライメントとダイレクション		
科目	銀粘土クラフトジュエリー			9/17	9/24	10/1	10/8	10/29	11/5	11/19	11/26			
講師	川村千広		材料費等 スターターキット約6,000円（持っていない方のみ） 材料費 1点3,000円程度	休講日 10/15・10/22				休講日 11/12						
教室	10階工芸室													
定員	15名													
携帯品	・エプロン ・タオル ・ティッシュ ・筆記用具			銀粘土の基礎知識・道具・技法等について説明		ペンダントトップ制作		リング制作		自由制作				
夜の部 18：30～20：30														
科目	油絵の基礎			9/17	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12	11/19	
講師	増田和剛		材料費等 教材費 500円 ※道具一式を増えたと最低10,000円程度かかります	○10回の講座を通して1枚の作品を大切に作り上げ、描く面白さや表現する楽しさを体感できます										
教室	10階絵画室			ガイダンス										
定員	15名			油絵をはじめる前に										
携帯品	※初回に必ず持参してください ・油絵道具一式 ・キャンバス1枚（F15） ・筆記用具			油絵道具の使い方を学ぶ		構図の取り方を学ぶ		描き方のアドバイス		油絵具に慣れよう！		モチーフから形を発見しよう		
モチーフから色を発見しよう														
塗り込みに挑戦①														
塗り込みに挑戦②														
塗り込み③&仕上げるために①														
仕上げるために②														

科目		学習予定日		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
朝の部 10：00～12：00														
科目	楽しいくらしの英会話			9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/20	11/27	
講師	北村 彰子 テイウィッド・シュミン		材料費等	テキスト代 1,080円			休講日11/13							
教室	9階第3学習室													
定員	30名			○日常会話を中心に様々なシーンに対応します										
携帯品	・筆記用具 ・辞書(お持ちの方は)			趣味&娯楽	芸術	ビジネス&仕事	ファミリー&コミュニティ	洋服&ファッション	天候&気候	旅行	スポーツ	神話&風説	ジョーク&ユーモア	
科目	伝統工芸・組紐			9/18	9/25	10/2	10/9	10/23	10/30	11/6	11/20			
講師	岡本 睦子		材料費等	材料費 1,500～3,200円 (作品によって異なる)			休講日10/16		休講日11/13					
教室	9階和室													
定員	25名			○初めての方は基本の組み方3種を習得します(用途に応じた紐を組みます) ○継続の方は速度に応じて、丸台、綾竹台、高台まで指導します										
携帯品	・ハサミ ・メジャー ・ふとん針 ・木綿糸(白のかせ巻の糸) ※初回は何も持たずにご参加ください			4玉 すず菜「四ツ組」 チェーン入りネックレス		8玉 北山「角ハツ組」帯めめ または ストラップ3種 キーホルダー		8玉 江戸「丸ハツ組」帯めめ または ストラップ メガネ紐						
科目	大人のためのピアノ教室			9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6			
講師	熊澤 宏子		材料費等	テキスト代 1,944円			○初めてピアノを触る人のために、音楽の基礎知識と、指のトレーニングを中心に ○一人1台キーボードを使います							
教室	11階音楽室													
定員	10名													
携帯品	・筆記用具			レパートリー曲 ①②	レパートリー曲 ①～③	レパートリー曲 ①～④				レパートリー曲 ①～⑤				
昼の部 13：30～15：30														
科目	はじめてのオカリナ			9/18	9/25	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/20			
講師	安藤 千織		材料費等	テキスト代 1,650円			休講日10/2		休講日11/13					
教室	11階音楽室													
定員	20名			○オカリナの取り扱い注意点や持ち方、姿勢など、基礎から丁寧に説明します ○まずは2つの音で吹くことのできる童謡・唱歌から無理なく進めていきます。楽譜が読めなくても大丈夫!少しずつ覚えていきましょう										
携帯品	・オカリナ(アルトC管) ・卓上譜面台 ・筆記用具 ※オカリナは貸し出しもできますが持ち帰りは不可。事前の申し込みで講師推奨楽器を注文することもできます。 ※卓上譜面台は初回はなくてもかまいません。			ソ・ラ・シを吹いてみよう ソ・ラ・シ・ド・レを吹いてみよう 低い音ファ・ミを吹いてみよう		低い音レ・ドを吹いてみよう		竹田の子守歌 若者たち		きらきら星 虫のこえ	大きな栗の木の下で	全体の復習 ミニコンサート		
科目	パッチワーク・キルト			9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6			
講師	高橋 利美		材料費等	材料費 3,500円程度										
教室	9階第3学習室													
定員	25名			ポットホルダー ミニタペストリー 手提げバッグ										
携帯品	・ノート ・ハサミ ・ものさし ・2B鉛筆 ・裁縫道具一式 初めてでない方は、お会いして内容を決めます													
科目	初心者のための民謡・歌謡舞踊教室			9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6			
講師	藤間 香緒瑠		材料費等	30名			○初心者の方にも分かりやすく、楽しくお稽古できるようにしたいと思います。							
教室	9階和室													
定員	30名													
携帯品	・着物(浴衣等) ・帯(半巾帯等) ・足袋 ・扇 民謡は洋服で可			新潟おけさ (新潟県)	一合まいた (香川県)	民謡二曲 おさらい・仕上げ	華になれ 一番	華になれ 二番	華になれ 三番	華になれ おさらい・仕上げ	総復習と仕上げ			
夜の部 18：30～20：30														
科目	陶芸入門			9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/20	11/27	12/4	
講師	川村 雄二		材料費等	粘土、釉薬その他実費 3,000円程度					休講日 11/6・11/13					
教室	10階彫塑・陶芸室													
定員	20名			・完成までの作業工程の説明 ・初めての方はヒモ作りで、湯呑み・マグカップ等 ・希望者には、電動ロクロを指導 コーヒークップ、茶碗、皿等に挑戦 ・自由制作可										
携帯品	・作業用エプロン ・45Lゴミ袋2枚 ・30cm幅ラップ ・密閉容器(小)2個 ・雑巾(古タオル)1枚 ・鉛筆(HB以上) ・消しゴム ・小道具がある方は持参(必ず名前を記入)			希望者には、電動ロクロを指導 コーヒークップ、茶碗、皿等に挑戦		自由制作 これまでの仕上げ		総仕上げ	削り、 ペーパー掛け (この後、素焼き)	素焼き作品に釉薬 掛け 希望者は絵付け (この後、本焼き)	窯出し 作品引き渡し 講評			
科目	やさしい家庭料理			9/18	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	11/6	11/27			
講師	住友 裕子		材料費等	材料費 5,300円			休講日10/30		休講日 11/13・11/20					
教室	10階調理室													
定員	30名			・大さじ、小さじをマスター! ・食材のバランスのとれた「四群点数法」のお話 基本の主食、汁、主菜、副菜で整える夕食 お肉の料理、ご飯、汁物、野菜の小鉢 魚をおろしてムニエルに、黒米入りご飯、 ポテトスープ(クルトンはカカオチョコ)										
携帯品	・エプロン ・三角巾 ・布巾2枚 ・台布巾 ・タオル(手ふき用)			葉酸米を上手に炊く、出汁から作る お味噌汁、酢豚黒酢風味、小鉢		身近な韓国料理		ミルクを使ってあつあつグラタン、 サラダ、紅茶		牛ももカレー肉じゃが、 野菜で小鉢、汁物		お正月料理に柚子香る高知のお寿司 ぐる煮		
チキンとシフォンケーキで 早めのメリークリスマス!														



科目	学習予定日		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩		
朝の部 10：00～12：00														
科目	のびのび体操		9/12	9/26	10/10	10/17	10/24	11/21	11/28	12/12				
講師	瀬川 佳津江	材料費等	休講日 9/19		休講日 10/3		休講日 10/31・11/7・11/14		休講日 12/5					
教室	11階軽運動室													
定員	20名													
携帯品	・運動のできる服装 ・タオル ・上履き													
科目	アロハ・ルアナフラ		9/12	9/19	9/26	10/3	10/10	10/24	10/31	11/7				
講師	ルアナ 中 川	材料費等	○詩の内容と意味をしっかりとつむ		○ベージックのステップを正確に振り覚え、仲間と一緒に息を合わせて踊る		休講日 10/17							
教室	9階和室	テキスト代 100円												
定員	30名													
携帯品	・動きやすい服装 ・筆記用具 ・汗ふき用タオル ・水分補給用の水やお茶等													
昼の部 13：30～15：30														
科目	絵手紙入門		9/19	9/26	10/3	10/24	10/31	11/21	12/5	12/12				
講師	濱田 美代	材料費等	休講日 10/10・10/17		休講日 11/7・11/14		休講日 11/28							
教室	9階第3学習室	テキスト代 1,296円 (持っていない方のみ) 材料費 実費若干 (画具以外の資料・絵具等)												
定員	25名													
携帯品	①線引き筆 ②彩色筆 ③顔料 ④墨 ⑤梅皿 ⑥画仙紙 ⑦半紙 ⑧硯 ⑨下敷 ⑩筆洗(カップ3個) ⑪ティッシュペーパー ⑫ビニール袋(小1枚) ⑬①～⑬注文受け付けます ⑭⑭は初日に注文ください ⑮⑮は各自用意ください ※＜モチーフ＞は各自持参													
科目	やさしい手編み教室		9/19	9/26	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/21				
講師	山中 泰子	材料費等	10/17は10階工芸室		休講日 11/7・11/14									
教室	9階第2学習室	材料費 9,000円程度												
定員	15名													
携帯品	・棒針6号～8号 ・カギ針5/0号～6/0号 ※作品により針の号数も材料費も異なります													
夜の部 18：30～20：30														
科目	美文字クリニック(ペン字・筆ペン)		9/12	9/19	9/26	10/3	10/10	10/17★	10/24◆	10/31★				
講師	岡崎 六 泉	材料費等	○仕事などにすぐに役立つように、皆さんの希望に講義内容をお合わせ指導していきます。		★の日は10階給画室、◆の日は9階第3学習室、それ以外の日は9階第2学習室で行います									
教室	9階第2学習室	実費 300円程度 テキスト代 300円												
定員	30名													
携帯品	・筆記用具 ・メモ用紙													
科目	ヨーガ入門(夜)		9/19	9/26	10/3	10/10	10/24	10/31	11/21	11/28				
講師	大塚 節子	材料費等	休講日 10/17		休講日 11/7・11/14									
教室	9階和室	テキスト代 500円 (初受講の方のみ)												
定員	40名													
携帯品	・動きやすい服装 ・敷き物(厚めのバスタオル又はヨーガマット) ・ハンカチ													

科目	学習予定日		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
朝の部 10：00～12：00												
科目	竹細工入門		9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25	11/1	11/22	11/29	12/6
講師	丹下 登		○六つ目の3重かさね編みのバスケットを作ります							休講日 11/8・11/15		
教室	10階彫塑・陶芸室		大きく目が開いているので、仕上がり後ご自身で中袋を作るなど楽しめると思います									
定員	20名											
携帯品	・鉛筆 ・ペンチ ・千枚通し(目打ち) ・剪定ばさみ ・切り出しナイフまたはカッターナイフ		全体の進め方と 編み方の練習		編み		緑作り			簾巻		持ち手
昼の部 13：30～15：30												
科目	楽しいコース		9/20	9/27	10/4	10/11	11/1	11/22	11/29	12/6		
講師	汲田 幸世		休講日 10/18・10/25				休講日 11/8・11/15					
教室	11階音楽室		○柔軟体操や呼吸法、発声練習を行い、童謡、唱歌、ポピュラーソング等を合唱(二部または三部)します									
定員	30名											
携帯品	・筆記用具 ・タオル ・水分の補給(必要な方)		気のいいあひる トム・ビルビ		手のひらを太陽に 線路はつづくよ どこまでも		芭蕉布 蘇州夜曲		花まつり		小さい秋みつけた 里の秋 さる路	
							もろびとこそりて きよここの夜 遠か友に		取り組んできた曲 を、ピアノ伴奏者 も入れ深めていく		小さな楽しい 音楽会	
夜の部 18：30～20：30												
科目	英会話入門		9/20★	9/27	10/4	10/11	10/25	11/1★	11/22	11/29★	12/6	12/13
講師	菊池 豊樹		休講日 10/18				休講日 11/8・11/15		★の日は11階音楽室、それ以外の日は 9階第2学習室で行います			
教室	9階第2学習室		○基本の英語をネイティブの講師から学びましょう。 日本人の講師がそれをアシストしますので、初心者の方が楽しく学ぶことができます。									
定員	30名											
携帯品	・筆記用具 ・ノート		基本の会話 あいさつと 自己紹介		基本の会話 お礼とお詫び		相づちを打とう		お天気と季節の 話題		今の気分 自分の性格と 容姿を語ろう	
							1日の始まりと 終わりを英語で		旅行の会話 ホテルのチェックイン 要望		旅行の会話 乗り物に乗る	
											ショッピングの 会話	
											おもてなし英語	
着方(着方とマナー)												
科目	岩井 信子		10/4	10/11	10/25	11/1	11/22	11/29	12/6	12/13		
講師	岩井 信子		休講日 10/18		休講日 11/8・11/15		○基本をしっかりマスターすることに重点を置き、 自分で着物を着る過程をしっかりと学習します。					
教室	9階和室											
定員	30名											
携帯品	(初回)・着物 ・足袋 ・裾よけ ・肌じゅばん ・ひも3本 ・長じゅばん(半袴をかけたもの) ・たて締め2本 ・タオル2枚 ※初回は帯はいりません ※携行品は毎回指示します ※着物は浴、単衣、何でもかまいません		寸法の測り方 名古屋帯の結び 方、小物選び、 たたみ方		名古屋帯を結ぶ 帯締め、帯揚げの 選び方		カジュアルな着物(綿、ウール、木綿等) 半巾帯の結び方 (伝統系3種) 美しい立居		晴れ着の装い		総復習 半袴のつけ方 コートの扱い 物の持ち方、進物 の差し上げ方	
男の料理教室												
科目	合田 末廣		9/20	9/27	10/4	10/11	10/18	10/25				
講師	合田 末廣		○各班でリーダーを決める									
教室	10階調理室		○講師調理台にて献立説明、実演、材料配分									
定員	24名											
携帯品	・エプロン(前掛) ・三角巾 ・布巾2枚 ・台布巾 ・タオル(手ふき用) ・持ち帰り用容器 ※魚を使う献立は天候により変更することがあります		鯨缶詰丼 (汁付)		キムチチャーハン (汁付)		握り寿し (汁付)		自身魚ムニエル スープスパ		牛スジ肉土手焼風 煮込み	
									ポークチャップ			

科目	学習予定日		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	⑨	⑩	
朝の部 10：00～12：00													
科目	お菓子とパンの教室		9/14	9/28	10/12	10/26	11/30	12/14					
講師	山 脇 由 佳	材料費 6,000円	※この科目は隔週で開催します		休講日 11/2・11/16								
教室	10階調理室		○家庭でも簡単に作れるパンとお菓子の教室です。調理時間は約2時間とても手軽です。 手作りいつもの食卓を彩りましょう										
定員	20名												
持ち帰品等	・エプロン ・三角巾 ・布巾2枚 ・台布巾 ・タオル(手ふき用) ・持ち帰り用容器		・メロンパン ・バタークッキー	・モンブランロール	・チーズパン ・プレーズン	・ハロウィンの パンキンパイ	・シュートレン	・クリスマスケーキ					
科目	ヨーガ入門(朝)		9/14	9/21	9/28	10/5	10/12	10/26	11/30	12/7			
講師	大 塚 節 子	テキスト代 500円 (初受講の方のみ)	○心身の健康を目的としたヨーガ行法をわかりやすくお伝えします		休講日 10/19			休講日 11/2・11/9・11/16・11/23					
教室	9階和室		○心身の健康を目的としたヨーガ行法をわかりやすくお伝えします										
定員	40名												
持ち帰品等	・動きやすい服装 ・敷き物(厚めのバスタオル又はヨーガマット) ・ハンカチ		身体をほくして 呼吸を調える ヨーガの座法	良い姿勢で 若々しく健康に	ヨーガは リラックス	バランス良く全身 を動かしてセルフ コントロール	足腰を強化して バランス感覚を 養おう	ブラーナーヤマ 瞑想	日頃のヨーガ				
昼の部 13：30～15：30													
科目	日本画の基礎		9/28	10/5	10/12	10/19★	10/26◆	11/9★	11/30★	12/7			
講師	荒 木 陽 一	材料費 2,000円 ※画材を全く持っていない場合、 別途15,000円程度かかります	★の日は10階彫塑・陶芸室、◆の日は11階大講義室、 それ以外の日は9階第3学習室で行います		休講日 11/2			休講日 11/16・11/23					
教室	9階第3学習室		○水干絵具と岩絵具を用いて、本格的な日本画の基礎を実習します ○F6号の日本画と季節の色紙を制作します										
定員	35名												
持ち帰品等	・鉛筆(HBとB以上の濃いもの) ・ボールペン ・パステル、色鉛筆等 ・顔彩、水彩絵具等 ・初めての方は画材が別途必要 ※初回は必要画材の説明をします		制作手順の説明		作品制作			色紙制作					
科目	大人が素敵に見える服(洋裁)		9/21★	9/28	10/5	10/12	10/19★	10/26★	11/9★	11/23	11/30★	12/7	
講師	長 崎 八重美	テキスト代 300円 縮尺定規 360円 L尺定規 1,565円	★の日は10階絵画室、それ以外の日は9階第2学習室で行います		休講日 11/2			休講日 11/16					
教室	9階第2学習室		○ノーカーのコースを制作します(裏地の有り無しは自由。着物地也可)										
定員	20名												
持ち帰品等	・50cm尺定規 ・1/4～1/5縮尺定規 ・ハサミ ・メジャー ・生地 ・無地ノート ・筆記用具 ・電卓 ・その他洋裁用具		1/4縮尺でコート 2体図説講義	実寸製図 パターン作り	裁断 印づけ 芯はり	仮縫い合わせ 試着	補正 本縫いの準備	本縫い	仕上げ 着装				

