

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 2020年9月15日(火) 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 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〉

63円 返信	□□□□□□ △ △ △ △ 様	【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**

2020年8月21日(金) 必着

※定員を超えた場合は抽選を行い、抽選結果は8月24日(月)以降に通知します。

当選者は9月6日(日)までに受講料等を納入してください。

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

※必ずお読みください



市民学校の入校を希望される皆さまへ

～高知市立中央公民館～

新型コロナウイルス感染症の発生源・発生経路になることを防ぎ、皆さまの命の安全と健康を守るための措置として、次のような対策を実施します。

受講生全員が安心して受講できる環境づくりのため、皆さまのご理解・ご協力をお願いいたします。

基本的な感染症対策

■ 下記のような場合は受講をご遠慮ください

- 発熱、息苦しさ（呼吸困難）・強いだるさ、軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある、そのほか体調がすぐれない等の場合
- 新型コロナウイルス感染症陽性と診断された方との濃厚接触がある場合
- 過去2週間以内に感染が拡大している国・地域への訪問歴やその国・地域の在住者と濃厚接触がある場合

■ 下記のことを徹底してください

- 受講の際は必ずマスクを着用し、手洗い、手指消毒を励行してください。
- 講座終了後は受講生同士で協力して机や備品等を消毒液で拭いてください。

■ 下記のことにご協力ください

- 受講生同士の間隔を確保するため座席や配置を指定・制限する場合があります。
- 教室内での食事はご遠慮ください。
- 講座の実施期間中（約2か月～3か月）は感染リスクが高いと考えられる場所への移動や行為に十分ご注意ください。
- 受講中に発熱等の症状が感じられた場合は職員にお声がけいただき指示に従ってください。

<個人情報の取り扱いについて>

受講生や講師、担当した職員等の中から新型コロナウイルスの感染者または感染が疑われるケースが確認された場合、入校申込時に教えていただいた、お名前・連絡先等の個人情報を、保健所等の公的機関に提出することがあります。

※ここに記載している新型コロナウイルス感染症対策の内容は募集要項作成時におけるもので、感染状況によって予告なく内容を変更する場合があります。ご了承ください。

令和2年7月

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	9/15	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/3	11/10	11/17	11/24
講師	北村 桂子	休講日9/22									
教室	9階第3学習室	材料費 7,800円									
定員	20名	○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									
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	秋色(杉のうちわ)		季節の作品(式紙)			チュウリップ			作品の完成	
昼の部 13:30 ~ 15:30											
科目	銀粘土クラフトジュエリー	9/29	10/6	10/13	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1		
講師	川村 千広	休講日10/20 休講日11/3									
教室	10階彫塑・陶芸室	スターキット約6,000円(持っていない方のみ) 材料費1点3,000円程度									
定員	12名	銀粘土の基礎知識・道具・技法等について説明									
携帯品	・エプロン ・タオル ・ティッシュ ・筆記用具	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	9/15	9/29	10/6	10/13	10/20	10/27	11/10	11/17	11/24	12/1
講師	増田 和剛	休講日9/22 休講日11/3									
教室	10階絵画室	教材費 500円 ※道具一式を揃えると最低10,000円程度かかります									
定員	15名	○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									
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	ガイダンス 油絵をはじめる前に		静物画実習						静物画仕上げ	
		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	楽しくくらしの英会話	9/23	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11	11/18	11/25
講師	北村 彰子										
教室	9階第3学習室	テキスト代 1,100円									
定員	20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)	芸術と音楽	ペットと動物	都市と地図	容姿	スポーツとゲーム	お金	国々	健康	食べ物	意見
科目	伝統工芸・組紐	9/23	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11		
講師	岡本 睦子										
教室	9階和室	材料費 1,500~3,200円 (作品によって異なる)									
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) ○継続の方は進度に応じて、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 すず葉「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	9/23	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11		
講師	熊澤 宏子										
教室	11階音楽室	テキスト代 2,200円									
定員	10名	○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、グループレッスンで楽しみながら色々なジャンルのレパートリーを弾きます									
携帯品	・筆記用具(鉛筆)	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	レパートリー曲 ①~⑥	レパートリー曲 ①~⑥				
昼の部 13:30 ~ 15:30											
科目	初心者のための民謡・歌謡舞踊教室	9/23	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/4	11/11		
講師	藤間 香緒瑠										
教室	9階和室										
定員	20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									
携帯品	・着物(浴衣等) ・帯(半巾帯等) ・足袋 ・扇 民謡は洋服で可	ドンパン節 (秋田県)	デカンショ節 (兵庫県)	民謡二曲 おさらい・仕上げ	大川くずし 一番	大川くずし 二番	大川くずし 三番	大川くずし 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	9/16	9/23	9/30	10/7	10/14	10/21	10/28	11/11	11/18	11/25
講師	川村 雄二	休講日11/4(乾燥のため)									
教室	10階彫塑・陶芸室	粘土、釉薬その他実費 3,000円程度									
定員	12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 ・その他の方は各種技法で、食器・花器・くい呑み・蕎麦ちよこ等 ・希望者は、板作りでシーサーまたは来年の干支「丑」の陶飾り ・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 ・ものしり(20cm~30cmのもの) ・密閉容器(小)2個 ・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 コーヒーマグ、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	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	9/17	9/24	10/8	10/15	10/22	11/12	11/26	12/10		
講師	瀬川 佳津江	休講日 10/1			休講日 10/29・11/5			休講日 11/19	休講日 12/3		
教室	11階軽運動室										
定員	10名										
携帯品	・運動のできる服装 ・タオル ・上履き										
		○体力づくりの三大要素「持久力」「筋力」「柔軟性(ストレッチ)」の向上を柱に楽しく身体を動かします ○「疲れない」「ゆるめる」を目標にしたプログラムです									
科目	アロハ・ルアナフラ	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12		
講師	ルアナ 中川										
教室	9階和室										
定員	20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										
		○今回はカウアイ島の歌で練習しますので、1回目は島のことについて説明し理解を深めます ○歌詞の意味を大切に、確認しながら練習を進めます。楽しく癒やしの場となるような教室にしていきたいです ストレッチ・ベーシックは毎回行います									
		手の動き、フットワークの練習 課題曲1番の練習	歌に出てくるフットワークを丹念に1番の復習 2番の練習	1・2番の復習 3番の練習	細かいところを 確認しながら全 体の復習	復習しながら踊 りをしっかり覚 え、歌詞の意味を 理解して表現で きるように	柔らかい上体の 使い方、手の動き を止めない等、細 かいたところに注 意して踊る	交代で踊りお互 いの踊りを見て 学ぶ 笑顔で楽しむ	これまでの学び を振り返り、踊り を見合せて楽し む		
昼の部 13:30 ~ 15:30											
科目	絵手紙入門	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/12	11/19		
講師	濱田 美代										
教室	9階第3学習室										
定員	20名										
携帯品	①線引き筆 ②彩色筆 ③顔彩 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) ・⑬〜⑮注文受け付ませ ・⑯は初日に注文ください ・⑰〜⑲各自用意ください ※<モチーフ>は各自持参(10/8(3回目)は線、11/12(7回目) は新聞紙も持参)										
		絵手紙の基本に ついて 絵手紙の考え方 かき方の基本・用 具・彩色について	「線が命」というこ とについて なぜ線が大切と 言われるのか 「生きた線」とはど ういう線か	<モチーフ> 「季節を感じる もの」	<モチーフ> 「赤色」のもの ※鏡を持参	<モチーフ> 黄色のもの	<モチーフ> 「紫色」のもの	休講日 11/5	色んな用具を 作ってかいて みよう	2021年の目標 をかこう 大きな紙に かいてみよう	市民学校作品展 の準備
科目	やさしい手編み教室	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12		
講師	山中 泰子										
教室	9階第2学習室										
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										
		○ブルーオーバー、ベスト、カーディガンの中から希望の作品を作ります(冬向きのもの)									
		見本作品の説明 や作品に合わせて 糸を決めます	後身頃 作り目〜脇まで 袖ぐり〜肩まで		前身頃		袖	肩、脇のはぎ 衿・裾、袖口等 のふち編み		袖付け 仕上げ	
夜の部 18:30 ~ 20:30											
科目	美文字クリニック(ペン字・筆ペン)	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12		
講師	岡崎 六泉										
教室	9階第2学習室										
定員	15名										
携帯品	・筆記用具 ・メモ用紙										
		○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合わせ指導していきます									
		なぜ、横書き?	はがきの表書き (たて、よこ) 氏名を大切に	この要点を覚え ておけば、漢字は 必ず美しくなる	①ひらがなを続け て書けるように、 まず一字一字を マスターしよう ②年賀状について	①子どもっぽい字 だと思わない ために ②のし紙、のし袋 の書き方 ③サインの仕方			「文字」の悩みは人それぞれ! 各自が抱える問題点の解決策を、 相談しながら一緒に探していきま しょう	全回のまとめ	
科目	ヨーガ入門(夜)	9/24	10/1	10/8	10/15	10/22	10/29	11/5	11/12		
講師	大塚 節子										
教室	9階和室										
定員	30名										
携帯品	・動きやすい服装 ・敷き物(厚めのバスタオルまたはヨーガマット) ・ハンカチ										
		○初めての方や身体の硬い方でも行うことのできるヨーガの行法をやさしくお伝えします									
		身体をほくして 呼吸を深める	姿勢を改善して 不調を解消	ヨーガで上手に リラックス	体幹を強化して バランスをとろう	足腰を安定させる 立位のアーサナ	気の流れを調える プラーナーヤマ	心を穏やかにする 瞑想		日頃のヨーガ	

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	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27
講師	丹下 登										
教室	10階彫塑・陶芸室										
定員	12名										
携帯品	・切り出しナイフまたはカッターナイフ ・千枚通し ・ペンチ ・剪定ばさみ(あれば) ・筆記用具										
		○網代編みの飾り皿を作ります(器としても使えます) ○模様は何パターンか準備しますので自分好みのものを選んで編みます									
		模様運び、編み方 の説明と練習		平編み			縁作り		簾巻		簾巻と仕上げ
夜の部 18:30 ~ 20:30											
科目	英会話入門	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13	11/20	11/27
講師	堀池 幸樹										
教室	9階第2学習室										
定員	15名										
携帯品	・筆記用具 ・ノート										
		○すぐに使える基本のフレーズを中心に練習します ○ネイティブの先生と練習しますのできれいな発音を学べます ○日本人の先生がヘルプに入りますので初心者の方でも安心です									
		日常の挨拶 近況を尋ねる挨拶	お礼を言う お礼を言われた時	お詫の言葉 謝られた時の言葉	気持ちを表す 肯定的気持ち 否定的気持ち	気持ちを表す ほっとした気持ち 緊張	自己紹介 名前・職業・住まい 家族	緊急時の英語 ケガ 地震・火事	生活の英語 朝の生活 通勤・通学	仕事の英語 出勤・退社	仕事の英語 パソコン・メール お別れ
科目	着物(着方とマナー)	9/25	10/2	10/9	10/16	10/23	10/30	11/6	11/13		
講師	岩井 信子										
教室	9階和室										
定員	20名										
携帯品	(初回)・着物 ・足袋 ・裾よけ ・肌じゅばん ・長じゅばん(半袴をかけたもの) ・ひも3本 ・だて締め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 ※着物は帯、半、向、何でもかまいません										
		○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学びます									
		着物の美 寸法、小物運び、 たたみ方	寸法の測り方 名古屋帯の結び たたみ方、着る、 解く、脱ぐ作法	名古屋帯を結ぶ 帯締め、帯揚げの 運び方	半巾帯の結び方 (伝統系3種) 美しい立居	気持ちを表す ほっとした気持ち 緊張	自己紹介 名前・職業・住まい 家族	緊急時の英語 ケガ 地震・火事	生活の英語 朝の生活 通勤・通学	仕事の英語 出勤・退社	仕事の英語 パソコン・メール お別れ

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		ヨーガ入門(朝)		9/26	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/14	11/21					
講師	大塚節子	材料費等	テキスト代 500円 (初受講の方のみ)										休講日 11/7			
教室	9階和室															
定員	30名															
携帯品	・動きやすい服装 ・敷き物(厚めのバスタオルまたはヨーガマット) ・ハンカチ			○初めての方や身体の硬い方でも行うことのできるヨーガの行法をやさしくお伝えします												
	身体をほくして呼吸を深める	姿勢を改善して不調を解消	ヨーガで上手にリラックス	体幹を強化してバランスをとろう	足腰を安定させる立位のアーサナ	気の流れを調えるブラーナーヤマ	心を穏やかにする瞑想	日頃のヨーガ								
昼の部 13:30 ~ 15:30																
科目		日本画の基礎		10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/14	11/21	11/28					
講師	荒木陽一	材料費等	材料費 2,100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										10/24は10F・彫塑・陶芸室		休講日 11/7	
教室	9階第3学習室															
定員	20名															
携帯品	・鉛筆(HBとB以上の濃いもの) ・ボールペン ・パステル、色鉛筆、顔彩、水彩絵具等 ・初めての方は画材が別途必要 ※初回に必要な画材の説明をします			○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												
	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)		9/19	9/26	10/3	10/10	10/17	10/24	10/31	11/14	11/21	11/28			
講師	長崎八重美	材料費等	テキスト代 300円 縮尺定規 370円 L尺定規 1,600円										10/24は10F・絵画室		休講日 11/7	
教室	9階第2学習室															
定員	15名															
携帯品	・50cmL尺定規 ・1/4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			○ホームウェアからタウンウェアまで、好みのワンピースを制作します(着物地も可)												
	1/4の原型を使って参考デザイン2体の講義	実物原型を使用して製図	裁断印づけ	仮縫い合わせ補正					本縫い	仕上げ着装						

土曜日の

