

# 市民学校のご案内



横山隆一  
「フクちゃん」

「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** 2023年 9月20日(水) からおおむね週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ぼーと内 中央公民館

**受講料** 1科目 5回コース 2,500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（材料費は受講初日に講師に直接お支払いください）。

※ [前納] 表記のテキスト代は、受講料とともに前納してください。

**対 象** 16歳以上の方

**申し込み** 往復はがきに必要事項を記入のうえ申し込み ⇒ 裏面をご参照ください。

**締 切** 2023年 8月25日(金) 17時必着

※定員を超えた場合は抽選を行い、抽選結果は8月26日(土)以降に通知します。

当選者は9月13日(水)までに受講料等を納入してください。

※8月25日(金)に定員に達しなかった科目は、8月29日(火)午前8時30分から電話・窓口でも受け付けます。

**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、また受講時のかるぼ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)。

・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。

・マスク着用の指示がない講座のマスク着用は任意です。

HPはこちら!

**主 催** 高知市・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)



火曜日	科目	和紙ちぎり絵	講師	北村 桂子
	時間	10:00~12:00	教室	9階 第3学習室
	定員	30名	材料費等	材料費 7,000円
	携行品	筆記用具・手拭き・のり入れ(6×9cm位)・ハサミ		
	日程	〈全8回〉 9/26, 10/3, 10/10, 10/17, 10/24, 10/31, 11/7, 11/14		
	内容	土佐和紙、因州和紙、美濃和紙など、和紙の表情と特長・その取り扱い方を学び、季節の作品などを作ります。		
	科目	童謡・唱歌・名歌を歌う	講師	岡崎 美保子
	時間	10:00~12:00	教室	11階 音楽室(最終日のみ大講義室)
	定員	30名	材料費等	テキスト代 400円 [前納]
	携行品	筆記用具・飲み物		
日程	〈全8回〉 9/26, 10/3, 10/10, 10/17, 10/24, 10/31, 11/7, 11/14			
内容	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。			
科目	油絵の基礎	講師	増田 和剛	
時間	18:30~20:30	教室	10階 絵画室	
定員	15名	材料費等	教材費 1,000円	
携行品	【初回に持参するもの】油絵道具一式・キャンバス(F15) 1枚・筆記用具			
日程	〈全10回〉 9/26, 10/3, 10/10, 10/17, 10/24, 10/31, 11/7, 11/14, 11/21, 11/28			
内容	初めて油絵(絵画)表現を始める受講生を対象にした実習を実施します。10回講座を通じて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が体感できる(体験)講座です。			

水曜日	科目	楽しいくらしの英会話	講師	北村 彰子/クリスティン・ヤマノウチ
	時間	10:00~12:00	教室	9階 第3学習室(11/1のみ特別学習室)
	定員	30名	材料費等	テキスト代 1,100円 [前納]
	携行品	筆記用具・辞書(お持ちの方は)		
	日程	〈全10回〉 9/27, 10/4, 10/11, 10/18, 10/25, 11/1, 11/8, 11/15, 11/22, 11/29		
	内容	日常会話を中心に様々なシーンに対応します。都市と田舎・住居・コミュニティー・家庭での困りごと・恐怖・調理とレシピ・治療と病院・レストラン・信念など。		
	科目	伝統工芸・組紐	講師	岡本 睦子
	時間	10:00~12:00	教室	9階 和室
	定員	25名	材料費等	材料費 1,600~3,300円(作品によって異なる)
	携行品	ハサミ・メジャー・木綿糸(白のかせ巻の糸)・ふとん針 ※初回は何も持たずにご参加ください		
日程	〈全5回〉 9/27, 10/4, 10/11, 10/18, 10/25			
内容	初めての方は、基本の組み方二種を習得します。継続の方は、習熟度に応じて丸台・綾竹台・高台まで指導します。			
科目	大人のためのピアノ教室	講師	熊澤 宏子	
時間	10:00~12:00	教室	11階 音楽室	
定員	10名	材料費等	教材費 2,200円 [前納]	
携行品	筆記用具(鉛筆)			
日程	〈全8回〉 9/27, 10/4, 10/11, 10/18, 10/25, 11/1, 11/8, 11/15			
内容	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。1人1台キーボードを使います。			

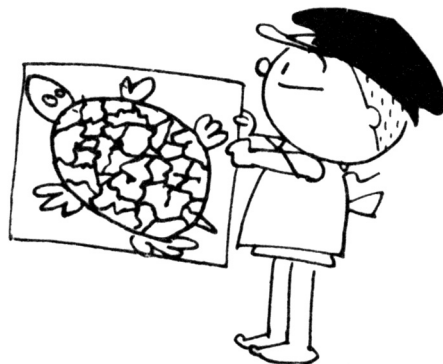
水曜日	科目	はじめてのオカリナ	講師	安藤 千織
	時間	13:30~15:30	教室	11階 音楽室
	定員	20名	材料費等	テキスト代 1,650円
	携行品	オカリナ (アルトC管)・卓上譜面台・筆記用具 ※演奏時マスク不着用		
	日程	〈全8回〉 9/20, 9/27, 10/4, 10/11, 10/18, 10/25, 11/1, 11/8		
	内容	オカリナの持ち方、息の使い方など基礎から丁寧に指導します。楽譜が読めなくても大丈夫。わらべうた、童謡など、なじみのある曲を吹いてみましょう。		
	科目	陶芸入門	講師	川村 雄二
	時間	18:30~20:30	教室	10階 彫塑・陶芸室
	定員	20名	材料費等	粘土・ペーパー・釉薬その他の実費 3,000円程度
	携行品	作業用エプロン (あれば)・45Lゴミ袋2枚・30cm幅ラップ・密封容器 (タッパーウェアなど) 小2個・物差し (20~30cm)・鉛筆 (2B以上)・消しゴム・その他お持ちの方は小道具 (要記名)		
日程	〈全10回〉 9/20, 9/27, 10/4, 10/11, 10/18, 10/25, 11/1, 11/15, 11/22, 11/29			
内容	初めての方は土に慣れるためヒモ作りから始め、湯飲み、マグカップ等を作ります。2作目からは焼きものの作りの楽しさを感じていただくため、いろいろな技法で作品を作ります。			
科目	やさしい家庭料理	講師	住友 裕子	
時間	18:30~20:30	教室	10階 調理室	
定員	24名	材料費等	材料費 5,000円	
携行品	エプロン・三角巾・手拭き用タオル・食器拭き用タオル・持ち帰り用お弁当箱 ※マスク着用必須			
日程	〈全5回〉 9/27, 10/4, 10/11, 10/18, 10/25			
内容	何をどれだけとったら良いか四群点数法を基に、毎日の食卓でのおかずをお弁当に仕上げます。 ①簡単メンチカツ、②香草焼とパエリア、③松花堂風お弁当、④さんまご飯のおにぎらず、⑤簡単な秋のお弁当を予定。			

木曜日	科目	アロハ・ルアナフラ	講師	中川 久美
	時間	10:00~12:00	教室	9階 和室
	定員	20名	材料費等	
	携行品	動きやすい服装・筆記用具・飲み物		
	日程	〈全8回〉 9/28, 10/5, 10/12, 10/19, 10/26, 11/2, 11/9, 11/16		
	内容	ハナレイムーンという曲をレッスンし、ステップとハンドモーションを練習します。舞台となるカウアイ島についても講義します。最終日にはグループに分かれて発表をします。		
	科目	美文字クリニック (ペン字・筆ペン)	講師	竹中 尚子
	時間	18:30~20:30	教室	9階 第2学習室
	定員	30名	材料費等	テキスト代 250円 [前納]
	携行品	筆記用具・ノート		
日程	〈全5回〉 9/28, 10/5, 10/12, 10/19, 10/26			
内容	字はちょっとしたコツで美しくなります。そのコツを学びましょう。はがきの表書きや、のし袋の書き方なども学習します。			

金曜日	科目	竹細工入門	講師	丹下 登
	時間	10:00~12:00	教室	10階 彫塑・陶芸室
	定員	15名	材料費等	材料費 3,000円
	携行品	切り出しナイフ (またはカッターナイフ)・ペンチ・千枚通し・鉛筆などの筆記用具		
	日程	〈全8回〉 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 10/27, 11/10, 11/17, 11/24		
	内容	日常的にテーブル上で使用できる、四目編みの盛り籠を作ります。初めての方でも、最初から完成まで自分自身の力で作ることができるよう、制作工程に工夫を凝らしています。		

科目	銀粘土クラフトジュエリー	講師	川村 千広
時間	13:30～15:30	教室	10階 工芸室
定員	12名	材料費等	スターターキット 6,000円程度／材料費 1,500円～
携行品	エプロン・タオル・筆記用具 他、初回でお知らせします		
日程	〈全5回〉 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 11/10		
内容	道具や材料の説明から始め、リングなどのアクセサリーを制作します。		
科目	楽しいコーラス	講師	汲田 幸世
時間	13:30～15:30	教室	11階 音楽室
定員	20名	材料費等	テキスト代 400円 [前納]
携行品	筆記用具・飲み物 (必要な方) ※マスク着用必須		
日程	〈全8回〉 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 10/27, 11/10, 11/17, 11/24		
内容	柔軟体操や発声練習を行い、童謡や唱歌、ポピュラーソング、世界の民謡等を合唱します。		
科目	英会話入門	講師	菊池 春樹／スティーブン・チャー
時間	18:30～20:30	教室	9階 第2学習室
定員	30名	材料費等	テキスト代 2,000円
携行品	ノート・筆記用具・テキスト『パターンで覚える英会話フレーズ2000』		
日程	〈全10回〉 9/22, 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 10/27, 11/10, 11/17, 11/24, 12/1		
内容	日常すぐに使えるやさしい表現を文法も単語も混ぜ込んで丸呑みにすることが、英語習得のコツです。英語の表現を使う練習をしましょう。ネイティブの先生に加え、日本人講師もアシストします。		
科目	日本画の基礎	講師	荒木 陽一
時間	18:30～20:30	教室	9階 第3学習室
定員	30名	材料費等	材料費 2,500円 (日本画の画材をお持ちでない場合は実費10,000～20,000円程度必要。初回に説明します)
携行品	鉛筆 (Bと2H等、柔らかめと固めのもの)・シャーペン・消しゴム・ボールペン (赤)・墨汁 (少量)・新聞紙・雑巾 (その他初回に説明)		
日程	〈全8回〉 10/6, 10/13, 10/20, 10/27, 11/10, 11/17, 11/24, 12/1		
内容	F 6号の和紙を使って作品を制作します。初心者の方は模写を制作します。		
科目	着物 (着方とマナー)	講師	岩井 信子
時間	18:30～20:30	教室	9階 和室
定員	20名	材料費等	テキスト代 300円 (持っていない方のみ) [前納]
携行品	(初回)着物・足袋・裾よけ・肌じゅばん・長じゅばん・タオル2枚・紐3本・だて締め2本・帯は名古屋帯 ※2回目以降の携行品については毎回指示します。		
日程	〈全8回〉 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 10/27, 11/10, 11/17, 11/24		
内容	基本をしっかりと身につけるよう、自身で着ることができるよう、実技学習します。「東洋の神秘」とうたわれる着物。民族衣装をみる、着ることを学びましょう。		
科目	男の料理教室	講師	合田 末廣
時間	18:30～20:30	教室	10階 調理室
定員	24名	材料費等	材料費 5,000円
携行品	三角巾・エプロン・布巾 ※マスク着用必須		
日程	〈全5回〉 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 10/27		
内容	オリジナルのタレ作りや、失敗の少ない簡単な調理方法を伝授します。 ①ササット焼肉丼、②小魚の握り寿司、③トロトロオムライス、④鶏のカリカリ焼、⑤みそラーメンを予定。		

科目	ヨーガ入門	講師	大塚 節子
時間	10:00~12:00	教室	9階 和室
定員	30名	材料費等	テキスト代 500円 (初受講の方のみ)
携行品	動きやすい服装・敷物 (ヨーガマット又は厚めのバスタオル)・ハンカチ		
日程	〈全8回〉 9/30, 10/7, 10/14, 10/21, 10/28, 11/11, 11/18, 11/25		
内容	健康法としてのヨーガ行法をわかりやすくお伝えします。		
科目	お菓子とパンの教室	講師	山脇 由佳
時間	10:00~12:00	教室	10階 調理室
定員	20名	材料費等	材料費 5,000円
携行品	エプロン・三角巾・手拭き用ハンドタオル・食器拭き用タオル・持ち帰り用容器・筆記用具		
日程	〈全5回〉 10/7, 10/21, 11/11, 11/18, 12/2		
内容	旬の野菜と果物を使い、季節を感じるパン・ケーキを作ります。 ①秋野菜のキッシュパン、②ハロウィンのパンプキンパイ、③スイートポテトブレッド、④デコレーションカップケーキ、⑤シュトーレンを予定。		
科目	のびのび体操	講師	瀬川 佳津江
時間	10:00~12:00	教室	11階 軽運動室
定員	15名	材料費等	
携行品			
日程	〈全5回〉 9/30, 10/7, 10/21, 10/28, 11/11		
内容	歩く・筋肉をつける・からだをのばすをテーマに、ゆっくり楽しく全身を動かしていきます。		
科目	大人が素敵に見える服(洋裁)	講師	長崎 八重美
時間	13:30~15:30	教室	9階 第3学習室 (10/21は絵画室)
定員	18名	材料費等	テキスト代 300円 [前納]・縮尺定規462円・50cm L 尺定規 2,057円・自在定規440円
携行品	1/4縮尺定規・筆記用具・洋裁用具・ノート (無地)・ハサミ・電卓・50cmさし・生地		
日程	〈全10回〉 9/30, 10/7, 10/14, 10/21, 10/28, 11/11, 11/18, 11/25, 12/2, 12/9		
内容	軽やかな秋のスタイルのジャケット・コート・ブルゾンなどを製作します。		



# 市民学校 申込方法

※1つの科目につき、はがき1人1枚でお申し込みください。

◇締め切り  
2023年8月25日(金) 17時 必着

## 〈往復はがきの記入例〉

### 【返信の表面】

63 円	□□□-□□□□
返信	□
	□
	□
	□
	様
	高知市○○町××-×

※ここには、申し込まれる方の住所・氏名をご記入ください。

### 【往信の裏面】

- ①郵便番号
- ②住所
- ③氏名（ふりがな）
- ④生年月日 ⑤性別
- ⑥電話番号
- ⑦昼間の連絡先
- ⑧受講希望科目
- ⑨過去に市民学校でその科目を受講された回数

### 【往信の表面】

63 円	781-9529
往信	
	市民学校 係
	高知市九反田2-1
	高知市文化振興事業団

### 【返信の裏面】

※この面には何も記入しないでください。