

募集要項と注意事項

1 受講料について

- ◇受講料は、初回受付時に現金で集金します。お釣りのないようにご協力ください。
- ◇受講料には、会場使用料など運営に係わる経費も含まれます。
- 受講料は、いかなる場合も返金いたしませんので、あらかじめご承知おきください。

2 申込み方法について

郵送、持参、FAX、市民講座 まなびのライブ塾ホームページからの申込みのいずれかとなります。

(1) 郵送

- 宛先は、下記のはがき貼付用を、切り取ってご利用ください。
- 下記のはがき裏面記入例を参考に、通常はがきでお申し込みください。

(2) 持参

別紙申込書兼FAX送信票（以下「申込書」という。）をユニコムプラザさがみはら（相模原市南区相模大野3-3-2）総合相談コーナーへご持参ください。

※受付時間 午前9時～午後8時

(3) FAX

別紙申込書をまなびのライブ塾（FAX 042-749-7010）まで送信してください。

(4) 市民講座 まなびのライブ塾のホームページからお申し込みください。

ホームページアドレス <https://manabi-live.net>

ライブ塾ホームページ



3 その他

- ◇講座によって、会場が異なりますので、ご確認ください。
- ◇対象者が明記されていない講座は、どなたでも申込みができます。
- ◇複数回開催される講座につきましては、全回参加できる方が対象となります。
- ◇申込書は1人1枚です。ご家族でのお申込みでも、複数の申込みが必要になります。
- ◇定員を超えて申込みがあった場合は、抽選になります。
- また、申込者が少数の場合は、講座を開催しない場合があります。
- ◇1人3講座まで申し込みます。
- ◇表示されている時間は、片付けの時間も含まれます。
- ◇募集期間終了後、受講決定またはキャンセル待ちの通知を全員に封書にて発送します。
- 申し込みました方で、10月11日までに通知が届かない場合は、すぐにまなびのライブ塾（電話042-749-7010）へご連絡ください。（※受付時間 平日午前9時30分～午後3時）
- ◇全ての講座で保育はありません。
- 申込み後のキャンセルは、必ずまなびのライブ塾へご連絡ください。
- 無断キャンセルは、次回以降の受講をお断りする等の対応を検討させていただきますので、ご承知おきください。
- 申込みの際に、本募集案内に記載している「新型コロナウイルス感染症対策について」を必ずご確認ください。

お預かりした個人情報に関しては、講座開催に関する以外に使用しません。

はがき貼付用

〒252-0303

相模原市南区相模大野3-3-2

ユニコムプラザさがみはら シェアードオフィス2

市民講座 まなびのライブ塾 行

はがき裏面記入例

- ①氏名
(ふりがな)
- ②郵便番号
- ③住所
- ④電話番号
- ⑤希望する講座
第1希望○○○
第2希望□□□
第3希望△△△

2023市民講座 まなびのライブ塾 秋講座 受講者募集

募集期間

9月19日(火)～10月2日(月)

まなびのライブ塾とは、市民が主体となって作り上げ、運営も講師も市民自らが
行う講座です。

ぜひお気軽にご参加ください。

【問い合わせ・申し込み先】

〒252-0303 相模原市南区相模大野3-3-2

ユニコムプラザさがみはら シェアードオフィス2

市民講座 まなびのライブ塾

TEL&FAX 042-749-7010

<https://manabi-live.net>



ライブ塾ホームページ

～この事業は、相模原市教育委員会後援事業です～

主催：市民講座 まなびのライブ塾

1 英国ドラマで歴史散歩 【講師】高橋清子 歴史愛好家
 ～近代の英国貴族と使用人の生活・女性工場労働者から見えるイギリス社会史～

【対象】 どなたでも (定員 10人) 【受講料】 2,800円
 【会場】 総合学習センター 【持ち物】 筆記用具
 【開催日時】 10月24日、11月7日、11月21日 【全3回】
 各火曜日 午前10時～12時

第1回 英国ドラマ「ダウントン・アビー」を題材に19世紀末～20世紀初頭の英国貴族一家と使用人たちの様子からその時代を見る。
 第2回 映画「未来を花束にして」を題材に、産業革命後の都市工場に働く人々を劣悪な労働環境、女性差別から参政権獲得までの姿を見る。
 第3回 帝国主義全盛期の覇権国イギリス(植民地経営)、第1次世界大戦、スペイン風邪などの時代背景からイギリスの近代史を見る。

2 秋の薬膳料理を考える 【講師】千頭慶子 国際中醫師 薬膳師
 ～生活の中に東洋医学をとりいれ養生を実践しましょう～

【対象】 どなたでも (定員 12人) 【受講料】 2,300円
 【会場】 総合学習センター 【持ち物】 筆記用具
 【開催日時】 10月28日、11月11日、11月25日 【全3回】
 各土曜日 午前10時～11時45分

薬膳の考え方を3回に分けて、身近な材料で作れる簡単なレシピを紹介しながら解説します。
 第1回 秋の食材と料理 第2回 体質の分類と薬膳茶 第3回 薬膳料理を考えてみよう
 (グループごとに意見交換します)。尚、料理実習はありませんが、坐ったままでできる気功ツボ押し体操を適宜紹介します。食事と呼吸・運動の相乗作用により養生を目指します。

3 脳について知ろう 【講師】田口芳雄 脳外科医
 ～脳の働き、脳の病気や予防について学びましょう～ (コーディネーター：伊藤裕子)

【対象】 どなたでも (定員 25人) 【受講料】 900円
 【会場】 橋本公民館 【持ち物】 筆記用具
 【開催日時】 11月7日(火) 【全1回】
 午前10時～11時30分

私たちの脳はどんな働きをしているの？脳の老化はストップできるの？脳の病気の予防方法や治療方法は？脳について日頃から疑問に思っていることを、脳外科医の講師がわかりやすく教えてください。どなたでもお気軽にご参加ください。

- 〈新型コロナウイルス感染症対策について ～感染しない・させない・笑顔で学ぼう～〉
- ・発熱(37.5度以上または平熱+1度以上)、息苦しさ、だるさ、咳、咽頭痛、風邪の症状がある場合は、出席を控えてください。また、その際は必ずまなびのライブ塾(042-749-7010)までご連絡ください。
 - ・マスク着用については、講師の指示に従ってください。
 - ・講師と受講者、または受講者同士は適切な距離を保ちます。
 - ・受講中に体調不良になった場合は、速やかに退出をお願いします。退席の際は、必ずスタッフに名前と連絡先を伝えてください。
 - ・講座を実施する会場の指示により、名簿を提出することがあります。
 - ・感染の状況によっては、講座を延期または中止する場合があります。

4 絵本 読み聞かせのコツ 【講師】五反田由紀子
 ～おはなし会で、子どもの心に届く読み聞かせを～ 絵本読み聞かせ講師

【対象】 読み聞かせを始めたい方 【受講料】 900円
 読み聞かせをされている方(定員10人) 【持ち物】 筆記用具
 【会場】 総合学習センター お好きな絵本1冊
 【開催日時】 11月13日(月) 午後2時～4時 【全1回】

絵本の読み聞かせは一見簡単そうですが、実は奥が深いです。読み聞かせ歴13年の講師が、読み聞かせをする際に知っておきたい大事なこと、持ち方などの技術と読む側としての心構えをお伝えします。大人と子どもの絵本の受け取めかたの違いなどもお話しします。おはなし会で子どもの心をつかむ読み聞かせのコツが満載です。これから読み聞かせを始める方も、既にされている方もどうぞご参加ください。

5 パズルで知ろう！さがみはら 【講師】荒井慶太
 ～相模原市の魅力を楽しく再発見～ 相模原市印刷広告協同組合 副理事長 (コーディネーター：大元祐子)

【対象】 どなたでも (定員 16人) 【受講料】 700円
 【会場】 南保健福祉センター 【持ち物】 筆記用具
 【開催日時】 11月14日(火) 午前10時～11時30分 【全1回】

「さがみはら学習パズル ぴーしーず」は相模原市の地図のジグソーパズルです。パズルを完成させることによって、3区の色、地区の形、シンボルマークやキャラクターなどを自然に覚えることができます。またクイズカードを使って、ゲーム感覚で相模原市の魅力を再発見します。相模原市に住むことが楽しくなる講座です。受講生の皆さんにはパズルを一つずつお持ち帰りいただきます。

6 百人一首を楽しもう！ 【講師】大元祐子 百人一首愛好家
 ～遊びながら学ぶ古典文学～

【対象】 どなたでも (定員 16人) 【受講料】 700円
 【会場】 南保健福祉センター 【持ち物】 筆記用具
 【開催日時】 11月15日(水) 午前10時～11時30分 【全1回】

鎌倉時代に藤原定家によって編まれた百人一首は、古典文学として、またお正月の遊びとして、現代の人々に親しまれています。百人一首について知り、歌を味わい、遊びを体験してみませんか。令和6年のお正月を百人一首で楽しく過ごしましょう。

<デビュー講座>

7 はじめてのスマートフォン 【講師】川上香苗 デジタル機器
 ～電話だけではもったいない。スマホを理解し生活を豊かにしよう～ アドバイザー

【対象】 スマートフォンを所有している初心者 【受講料】 850円
 (定員12人) 【持ち物】 筆記用具
 【会場】 総合学習センター 普段使用しているスマートフォン
 【開催日時】 10月14日(土) 午前10時～12時 【全1回】

スマホを持ち始めたけど電話通話のみで、様々な機能を使いこなしていない、スマホにして良かった事なんて一つもないと感じている方を対象に、基本機能や生活に役立つ使い方をゆっくりと学びましょう。悩み多きスマホ初心者と共に悩みを共有し、解決することが目的の講座です。スマホを長時間使用すると疲れる目、肩のストレッチもご紹介します。