

受講者募集

令和8年度 前期開催(7月～11月) 川越市市民講座 講座案内

令和8年
5月31日(日)
必着！！

★お申込みは電子申請(推奨・下記二次元バーコードから)又は往復ハガキで！★

■歴史・文学に関する講座

- 1 郷土の歴史を史跡から学ぶ(河越氏の発祥から河越夜戦まで)
- 2 歴史講座 山車彫刻・神社彫刻から人々の願いを探る

■美術に関する講座

- 3 身近な友禅染「秋明菊」の染額、色挿し体験

■音楽・芸能に関する講座

- 4 やさしいウクレレ

■外国語・国際理解に関する講座

- 5 中学校レベルの簡単な英語で読むワールドニュース
- 6 図解式英文解釈法

■健康・スポーツに関する講座

- 7 認知症予防の健康生活習慣
- 8 講座で学ぶ介護保険とセルフケアプラン
- 9 スポーツを通じて自律した子どもを育てよう
- 10 毎日の暮らしを備えに変える認知症予防講座

■食生活・料理に関する講座

- 11 家庭薬膳教室
- 12 食品の安全性について考えてみませんか？

■手工芸に関する講座

- 13 弥生機工房
- 14 心なごむ私だけのテディベア教室

■家庭生活に関する講座

- 15 はじめての茶道

■生きがい・カウンセリングに関する講座

- 16 ハツ(発)スル ボイストレーニング

■家庭生活その他の講座(癒し・ヒーリング等)

- 17 身体のゆがみを徹底的にとり、疲れない身体をつくる講座

■ITに関する講座

- 18 スマホ活用術

■その他に関する講座

- 19 数学って何だろう

【申込締切】令和8年5月31日(日) 必着

◎氏名について(ご了承のうえお申込みください)

申込みの際にいただいた申込者氏名は、本事業実施および傷害保険加入のため、講座主宰者・保険会社等の第三者へ提供することがあります。

◎受講に関するお知らせについて

受講可否等については、令和8年6月22日(月)頃までに全員の方へ、電子メール又は返信ハガキでお知らせします。

電子申請はこちら



【お問合せ】川越市文化スポーツ部 文化芸術振興課 生涯学習推進担当

TEL 049-224-6157 FAX 049-224-8712

E-mail: bunkashinko★city.kawagoe.lg.jp(★を@に置き換えてください)

令和8年度川越市市民講座(前期)会場一覧

前期市民講座会場

施設名	講座番号	所在地	電話	備考
中央公民館	5,12,17,18	三久保町18-3	222-1394	
さわやか活動館		的場2649-1	237-4890	
北公民館	8,10,11	氷川町107	222-1400	
芳野公民館		北田島119-2	222-1873	
古谷公民館		古谷上3830-2	235-1834	駐車場が少ないので、なるべく徒歩、自転車又は公共交通機関でお越しください。
南古谷公民館	4	今泉371-1	235-1519	駐車場が少ないので、なるべく徒歩、自転車、公共交通機関(最寄り:JR川越線南古谷駅(徒歩約20分))でお越しください。
高階公民館	6,9,15	藤間27-1	242-6064	
高階南公民館	16	藤原町23-7	245-3581	
福原公民館		今福481-3	242-5005	駐車場が少ないので、なるべく徒歩、自転車又は公共交通機関でお越しください。
大東公民館		豊田本5-16-1	243-0022	
霞ヶ関公民館		笠幡177-1	231-1009	駐車場が少ないので、なるべく徒歩、自転車又は公共交通機関でお越しください。
霞ヶ関西公民館		笠幡3001-12	227-6551	
霞ヶ関北公民館	2	霞ヶ関北6-30-2	231-4455	
伊勢原公民館	1,3	伊勢原町5-1-1	237-5676	
川鶴公民館	14	川鶴2-8-3	233-9306	
名細公民館	7,13,19	小堤662-1	231-0001	
山田公民館		山田161-7	224-4194	駐車場が少ないので、なるべく徒歩、自転車又は公共交通機関でお越しください。
やまぶき会館		郭町1-18-1	222-4678	
川越西文化会館		鯨井1556-1	233-6711	
川越南文化会館		今福1295-2	248-4115	
ウエスタ川越		新宿町1-17-17	249-3777	駐車場有料(1時間まで無料、以降200円/時間)

※各公民館の駐車場には、非常に限りがあります。
なるべく徒歩、自転車又は公共交通機関でお越しください。

1 郷土の歴史を史跡から学ぶ(河越氏の発祥から河越夜戦まで)

①川越やその周辺には貴重な史跡がある。激動の中世について机上で関連史跡を巡りながら歴史を学ぶ。全4回
 ②7/13、7/27、8/10、8/24(月)③13:30~15:30④伊勢原公民館 講座室⑤16歳以上⑥20名⑦500円⑧筆記用具⑨青木 隆夫:定年退職後、シルバーガイドとして経験した河越館跡地や河越夜戦等の案内をベースに郷土の歴史を勉強している。

2 歴史講座 山車彫刻・神社彫刻から人々の願いを探る

①川越氷川神社の本殿の十ヶ町の山車人形彫刻や川越氷川祭の山車行事に参加する山車彫刻を通して人々の願いを探る。全2回
 ②9/16、10/7(水)③10:00~12:00④霞ヶ関北公民館 講座室4号⑤16歳以上⑥15名⑦500円⑧筆記用具⑨鈴木 登喜夫:昨年まで12年間シルバーガイドをやっていました。現在、川越まつり会館で解説員をやっています。

3 身近な友禅染「秋明菊」の染額、色挿し体験

①友禅染の一番楽しい工程「色挿し」(彩色)をぬり絵感覚で簡単に体験していただきます。全1回
 ②8/29(土)③9:50~11:50④伊勢原公民館 図工室⑤16歳以上⑥10名⑦1,000円⑧エプロン、ぞうきん、爪楊枝2、3本、新聞紙2枚⑨延本 理恵子:友禅染講師 平成27年~平成29年東京家政大学公開講座、平成30年~市民講座、令和6年~メルト講座マルシェ参加。染色サークル主宰。

4 やさしいウクレレ

①初めてウクレレを習う方、過去に挫折された方に丁寧に指導します。全6回
 ②7/8、7/22、8/12、8/26、10/28、11/11(水)③10:00~12:00④南古谷公民館 講座室⑤ウクレレを2回目までに持参できる方⑥20名⑦300円⑧ウクレレ、筆記用具※ウクレレを新たに購入する方には、粗悪品を購入しないよう事前にご相談に応じます。⑨小林 清:高校時代からハワイアンバンド経験、カルチャーセンター講師、2021年から10年以上の市民講座で主宰者経験。

5 中学校レベルの簡単な英語で読むワールドニュース

①簡単な英語でワールドニュースや世界の興味深い記事を楽しみます。記事の音読やシャドウイングを通して、発音やイントネーションを練習していきます。実際のニュース記事から実用的な単語やフレーズを学び、実際に使う練習をしていきます。簡単に自然な英語で、ニュースを理解し、話せるようになります。全5回
 ②7/2、7/16、8/6、8/20、9/3(木)③10:00~11:00④中央公民館 講習室1号⑤16歳以上⑥10名⑦300円⑧特になし⑨藤本 あにい:10年間シアトルで生活し、帰国後、英語を教えて早20年目になります。企業での語学研修、英会話スクール講師、英語サークル等講師と幅広く活動しています。豊富な講師経験と知識を活かし、誰でも楽しく学べるクラスを作っていきます。

6 図解式英文解釈法

①英文を構成する単語の仕組みを知り、例文を通してそのまま意味を理解していく方法を学ぶ 全6回
 ②7/4、7/18、8/1、8/15、9/5、9/12(土)③13:30~15:30④高階公民館 講座室2号⑤英語の辞書が引ける方⑥20名⑦1,300円⑧辞書、筆記具⑨重藤 辰治:大学の英文科を卒業後、県内の高校・大学で英語を教えた。コロナ前、何度か本講座を担当した。

7 認知症予防の健康生活習慣

①認知症と健忘の違い、認知症の症状と抱えている不安、健康行動の習慣と食生活 全1回
 ②8/8(土)③13:30~15:30④名細公民館 講座室2号⑤16歳以上⑥20名⑦無料⑧筆記用具、タオル⑨宿久修:認知症介助士、准サービス介助士、生涯学習1級インストラクター、身上監護アドバイザー

8 講座で学ぶ介護保険とセルフケアプラン

①知っておいて損はない介護保険の基礎から備えておきたい事、費用計算やセルフケアプラン等を学ぶ場です。全5回
 ②7/1、8/5、9/2、10/7、11/4(水)③16:30~18:30④北公民館 講座室⑤資料をメールで受け取れる方。スマートフォン等で検索等ができる方。⑥10名⑦無料⑧筆記用具、スマートフォン、メモ帳、電卓⑨有井 勇司:社会福祉士、精神保健福祉士、介護福祉士、介護支援専門員の資格を持つ現役の医療相談員(MSW)

9 スポーツを通じて自律した子どもを育てよう

①身体を動かす事が、主体的に学び行動する力を育てるのに最適なものは何か?をお話します。全2回
 ②7/1、7/29(水)③10:00~11:30④高階公民館 講座室2号⑤16歳以上⑥18名⑦500円⑧特になし⑨今井英大:保育士、ジュニアコーチ。

10 毎日の暮らしを備えに変える認知症予防講座

①運動や食事、脳トレやスマホ活用を通して、日常生活の維持・向上につながる認知症予防と一緒に見つけます。全4回 第1回:認知症に備えるための基本習慣を知る、第2回:脳を元気に!効果的な運動と食事法、第3回:<ぐっすり眠って脳の健康を高める!睡眠のコツ、第4回:楽しく鍛える!脳トレゲームをやってみよう(毎回実施:座って行う脳の健康に良い運動プログラム)
 ②7/7、8/4、9/8、10/13(火)③16:30~18:30④北公民館 講座室⑤スマートフォン等で検索等が出来る方⑥15名⑦各回100円×4回(1回のみ参加も可)⑧筆記用具、スマートフォン、メモ帳⑨畠中 伸也:製薬会社にて認知症関連業務/薬剤師/キャラバンメイト/市民団体「オレンジカワゴエ」にて認知症予防活動

11 家庭薬膳教室

①ご自身やご家族の健康のために未病を防ぐレシピを食材の効能を説明した後に実習・実食(四季のディナー)していただく。全5回
 ②7/4、8/8、9/5、10/3、11/7(土)③13:30~15:30④北公民館 実習室⑤料理が好きでご自身や家族の健康を願っている方⑥20名⑦5,700円⑧筆記用具、エプロン、三角巾、マスク、ふきん、持ち帰り用タッパー、ゴミ袋⑨堤 明美:国際中医薬膳師 食育インストラクター 食生活アドバイザー 薬膳料理教室(北部ふれあいセンターにて主宰)

12 食品の安全性について考えてみませんか?

①皆さん、一緒に食品の安全性(食品添加物、残留農薬、食中毒、健康食品等)について考えて見ませんか? 全4回
 ②7/11、8/8、9/12、10/10(土)③10:30~12:00④中央公民館 講習室1号⑤16歳以上⑥20名⑦無料⑧特になし⑨堀江 正一:大妻女子大学名誉教授、食品安全学が専門、厚生労働省、農林水産省、食品安全委員会等の委員を歴任。

13 弥生機工房

①古代の道具を使ってタバストリーの作成。風草やレモングラス。色系を織り込み。部屋飾りを。初日卓上織でコースター。以後タバストリー作成 全5回
 ②7/28、8/4、8/18、9/1、9/15(火)③13:30~15:30④名細公民館 講座室2号⑤16歳以上⑥16名⑦500円⑧筆記具⑨北野原 謙:市博物館にて古代の織物、実習児童の指導。弥生時代の織りの伝承をお手伝い。弥生時代の道具模したものにタバストリー作成。

14 心なごむ私だけのデディバア教室

①初めて・一度作られている方基礎から応用まで丁寧な指導をさせていただきます。かわいいバアが作れます。全9回
 ②7/8、7/22、8/19、9/9、9/16、10/14、10/28、11/4、11/18(水)③13:30~15:30④川鶴公民館 講座室⑤裁縫セットを持参できる方⑥10名⑦4,900円⑧のり、紙切りばさみ、まち針(玉)100円ショップのもので可、裁縫用具⑨野中 なおみ:デディバアアーティスト認定講師

15 はじめての茶道

①茶道の基礎。茶室での所作、ふくささばきなど割稽古をして盆略点前まで学びます。お菓子・お茶をいただきます。全4回
 ②9/18、10/9、10/23、11/6(金)③9:45~11:30④高階公民館 和室1号⑤16歳以上⑥10名⑦2,500円⑧白い靴下、お持ちであれば帛紗・茶扇など⑨遠藤 宗立:茶道裏千家準教授。公民館、カルチャーセンターで茶道指導を行っています。

16 ハツ(発)スル ボイストレーニング

①腹式発声を身につけ、よい滑舌で話せるスキルを磨く。全4回
 ②7/11、7/25、8/8、8/22(土)③14:00~15:30④高階南公民館 講座室⑤声に自信を持ちたい方⑥16名⑦2,000円⑧筆記用具⑨風瀬 新一:演劇講師。市民講座を10年以上主宰。朗読劇サークルを15年間主催。

17 身体のゆがみを徹底的にとり、疲れのない身体をつくる講座

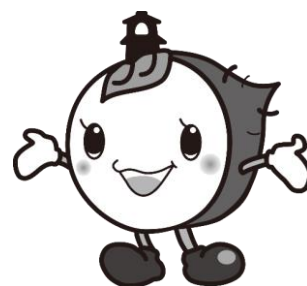
①女性を対象に、簡単なエクササイズを通して身体の歪みをとり、軽い筋トレなどを通して柔軟な疲れのない身体をつくる。全10回
 ②7/8、7/22、8/12、8/19、9/9、9/30、10/14、10/21、11/4、11/11(水)③13:30~15:00④中央公民館 和室1・2号⑤女性対象⑥20名⑦5,500円⑧ヨガマット・動きやすい格好で参加、水分補給のための飲み物・フェイスタオル⑨神部 直子:40歳後半より、身体の不調により骨盤底筋やインナーマッスルの重要性を感じ、身体に關しての勉強を開始、多数の講座や資格を取得。全日本ヨガ協会(AJYA)/体軸マタニティヨガ講師/テンセグリティーヨガ認定講師/こどもバームセラピー講師/ポディープレレーション協会員

18 スマホ活用術

①スマホでよく使われているアプリについての講座です。全2回
 ②7/13、7/27(月)③13:30~15:30④中央公民館 講習室1号⑤インターネットに接続できるスマホまたはタブレットを持参できる方⑥20名⑦無料⑧特になし⑨林 友洋:平成30年度から連続してパソコンとスマホの講座を開いてきました。今回もスマホを勉強しましょう。

19 数学って何だろう

①長年学ぶ割に面白味にかけると感じる数学ですが、教科としての算数や数学が数学なのでしょうか。全3回
 ②7/8、7/22、8/5(水)③10:00~12:00④名細公民館 講座室2号⑤16歳以上⑥20名⑦無料⑧筆記用具⑨藤崎 滋男:以前に市民講座を開講した経験があります。久しぶりの開講です。元数学教師



川越市マスコットキャラクター ときも

【お申込み方法】

1回の申込み(電子申請・往復ハガキ)につき、1つの講座・1名様限りとなります(複数回、複数名申込み希望の場合は、再度お申込みください)。

令和8年5月31日(日)締切です(必着)。受講可否等は、6月22日(月)頃までにEメール又は返信用ハガキでお知らせします。メールアプリは市からの“city.kawagoe.lg.jp”メールが受信可能な設定にしてください。

1 電子申請の場合(推奨)

以下の二次元バーコードを、お手持ちのスマートフォン等で読み取り、お申込みください。



2 往復ハガキの場合

往復ハガキに以下の事項を記入し、以下に郵送してください。

- ①希望講座番号・講座名、②氏名(ふりがな)、③郵便番号、住所、④電話番号(昼間連絡のつく番号)
- ⑤年齢、⑥性別、⑦(市内に在勤・在学の方)市内在勤又は市内在学と御記入ください。

【郵送先】〒350-8601 川越市元町1-3-1 川越市文化芸術振興課

※記入の際は、鉛筆・こすると消えるボールペン(フリクションペン等)は使用しないでください。

※往復ハガキは、往信・返信とも85円分となっているか確認し、不足分は必ず切手を貼付してください。

3 受講に関する注意事項

- 1 申込みが定員を超えた場合は抽選となります。申込みが10名未満の場合は講座を開催いたしません。
- 2 参加可能な講座に申込みいただき、申込み後の安易なキャンセルはお止めください。
- 3 参加費は教材代や資料代などの実費です。
記載した金額以外に、別途保険料等がかかる場合があります。
なお、支払い済みの参加費は、欠席や辞退をされても一切返金いたしません。
- 4 受講決定後に辞退する場合、講座開催の10日前までに講師(主宰者)まで御連絡ください。
連絡なく講座を辞退した場合、講座開催に要する実費分を御負担いただく場合があります。
※材料準備等の関係で、辞退の期限が早い講座があります。
- 5 参加費は、直接講座講師(主宰者)に講座会場でお支払いください。
- 6 受講は川越市内在住、在勤、在学の方が対象ですが、応募多数の場合は市内在住の方を優先します。
他市町村在住で、市内に在勤・在学の方は、勤務先又は学校名を記入してください。
- 7 各会場の駐車場は限りがあるため、なるべく自転車、徒歩又は公共交通機関を御利用ください。
- 8 市民講座は市民の皆さんが作り上げる講座です。受講者の方も準備と後片付けに御協力ください。

【お問合せ】 川越市文化スポーツ部 文化芸術振興課 生涯学習推進担当

TEL 049-224-6157 FAX 049-224-8712 E-mail : bunkashinko★city.kawagoe.lg.jp

(★を@に置き換えてください。)

memo



川越市マスコットキャラクターときも

川越市市民講座は、市民と川越市との協働で開催する、市民による市民のための講座です。
市民（講座主宰者）が企画・運営し、市は会場の手配と受講者の募集等を行っています。