

講座一覧

募集・開講スケジュール



・講座によって、材料費が発生するものがございます。詳細はシブカツHPIにて該当記事をご確認ください。
・グレーになっている講座は申込期間が終了している講座です。

講座名をクリックすると講座の詳細ページへ移動します。

自主企画講座
4月開催

自主企画講座
4月開催

Table with 18 columns: 講座名, 講座内容, 開催日程, 開催場所, 講師名, 申込期間, 受講料, 材料等, 3月, 4月, 5月, 6月, 7月, 8月, 9月, 10月, 11月, 12月. Rows include topics like '勝海舟生誕200年', 'ラマダン月を体験!', 'ヴィジュアルコントロール学講座', and '虹の下水道管'.

大学連携
5月開催
【東海大学】

大学連携
5月開催
【東海大学】

Table with 18 columns: 講座名, 講座内容, 開催日程, 開催場所, 講師名, 申込期間, 受講料, 材料等, 3月, 4月, 5月, 6月, 7月, 8月, 9月, 10月, 11月, 12月. Rows include 'ゆっくり楽しく韓国語 初級1', 'ゆっくり楽しく韓国語 入門1', and 'ノルウェー語 初級2'.

らくらく日常英会話(東海大学)	「らくらく日常英会話」を学んだ方のための続編！2022年度と同じように、日常生活でのシチュエーションに沿って英会話の練習をします。コミュニケーション重視の授業によって、より実践的なスキルを身につけます。会話モデルとリスニング問題を中心に英語4技能(聞く・話す・読む・書く)を楽しく活用して、自分の大好きな海外ドラマや洋楽について語みましょう！	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日(予備日)(全4回)9:00~10:30	オンライン講座(Zoom)	橋本 信一(東海大学工学部准教授)	3月13日~4月24日	8,000円(全4回)	なし			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10						
ゆっくり楽しく韓国語 中級3(東海大学)	この講座は韓国語初級を終えた方、中級を学び直したい方のためのクラスです。初中級の文法や場面ごとの会話とその「SNS会話」が楽しめるように設定しています。この講座の「中級3」では特に変則活用から「ハダ体」まで学ぶクラスです。2022年度後期講座「ゆっくり楽しく韓国語中級2」の継続講座ではありますが、韓国語の会話を楽しみたい方も大歓迎しています。韓国語がスムーズに出てくるようにとどンドン話してみましょ！	令和5年5月11日/18日/25日/6月1日/8日/15日/22日/29日/7月6日/13日/20日(予備日)(全10回)14:00~15:30	オンライン講座(Zoom)	チョ ヒチヨル(「お、ハングル！」主宰)、チョン ソヒ(韓国語教室「コリアgo 麻布十番」代表、駐日韓国大使館 東京韓国教育院講師)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『ひとりでもできる韓国語初中級(チョ ヒチヨル、チョン ソヒ)(駿河台出版社)2,500円+税[ISBN: 9784411031419]※各自で購入			3/13~4/24	5/11,18,25,6/1,8,15,22,29,7/6,13,20(予備日)						
フランス語 初級3(東海大学)	この講座は、フランス語初級2の継続クラスとなり、初級2の復習から始まります。少し慣れてきたフランス語力をしっかりと定着させ、文法や単語、発音方法を身につけていくことで学ぶ楽しさが得られます。今回は旅行で役立つフランス語のキーフレーズを紹介します。覚えたはずの旅行会話のフレーズが、思うように役立たなかった経験はないでしょうか？よく使われるフレーズの聞き取りを準備しておくことで、旅行で使える会話を楽しみましょう。	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日/17日/24日/7月8日/15日/22日(全10回)11:00~12:30	オンライン講座(Zoom)	クデーヌ セシリア(東海大学語学教育センター国際言語教育部門非常勤講師)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	なし			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10,17,24,7/8,15,22						
中国語ブラッシュアップ(東海大学)	この講座は、日常生活でよく使われる表現が学べる会話中心の教科書を使用し、中国語の発音・語彙・読解・表現力の総合的ブラッシュアップを目指します。中国人講師が各課の場面に沿って丁寧に解説しますので、初めての方でも受講しやすい講座です。ある程度まとまった内容の会話ができるよう、「聴く・話す」練習にも力を入れております。一緒に楽しく中国語を学びましょう！	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日/17日/24日/7月1日/8日/15日(全10回)11:00~12:30	オンライン講座(Zoom)	安 小鉄(東海大学語学教育センター国際言語教育部門非常勤講師)、陳振東(東海大学語学教育センター国際言語教育部門非常勤講師)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『中国語口語コンプリート 中級レベル(王慧琴/植村麻紀子著)(朝日出版社)2,100円+税[ISBN: 9784255453620]※教科書の内容紹介			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10,17,24,7/8,15,22						
デンマーク語 初級(東海大学)	東京の人口の約半分しかないデンマークは北欧の小国。日本ではアンデルセン童話やレゴの玩具で知られ、すくれた環境政策やインテリア・デザインなどでも注目されています。この入門講座では基本的な文法を勉強しながら会話を中心に学びます。発音の練習や聞き取りにも時間をかけます。待望の「デンマーク語入門3」の継続講座がいよいよ開講します。	令和5年5月13日/20日/27日/6月10日/17日/24日/7月1日/8日/15日/22日/29日(予備日)(全10回)10:00~11:30	オンライン講座(Zoom)	リーセ スコウ(東海大学文化社会学部北欧学科非常勤講師)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『ニューエクスプレスプラスデンマーク語』(白水社)3,300円+税[ISBN: 9784560087923]※各自で購入			3/13~4/24	5/13,20,27,6/10,17,24,7/1,8,15,22,29(予備日)						
デンマーク語 入門2(東海大学)	東京の人口の約半分しかないデンマークは北欧の小国。日本ではアンデルセン童話やレゴの玩具で知られ、すくれた環境政策やインテリア・デザインなどでも注目されています。この入門講座では基本的な文法を勉強しながら会話を中心に学びます。発音の練習や聞き取りにも時間をかけます。一緒に楽しく勉強しましょう。	令和5年5月13日/20日/27日/6月10日/17日/24日/7月1日/8日/15日/22日/29日(予備日)(全10回)12:00~13:30	オンライン講座(Zoom)	リーセ スコウ(東海大学文化社会学部北欧学科非常勤講師)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『ニューエクスプレスプラスデンマーク語』(白水社)3,300円+税[ISBN: 9784560087923]※各自で購入			3/13~4/24	5/13,20,27,6/10,17,24,7/1,8,15,22,29(予備日)						
スウェーデン語 初級1(東海大学)	この講座は、「スウェーデン語入門1・2」を受講された方、また再帰動詞や従位接続詞、未来形や助動詞、相互代名詞などの基礎的文法を勉強したい方を対象としたクラスです。受講生の要望にお応えして「スウェーデン語入門2」に続く講座を設けました。スウェーデン人講師とともに、スウェーデン語の発音を学び、練習問題プリントと会話形式の練習でスウェーデン語の基礎的文法への理解を深めます。楽しく勉強しましょう。	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日/17日/24日/7月1日/8日/15日(全10回)10:00~11:30	オンライン講座(Zoom)	ヨンソン カール・アーネ(東海大学文学部北欧学科非常勤講師、翻訳者)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『ニューエクスプレスプラススウェーデン語』(白水社)2,700円+税[ISBN: 9784560087916]※各自で購入※旧版『ニューエクスプレス スウェーデン語』でも可			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10,17,24,7/1,8,15						
スウェーデン語 入門2(東海大学)	この講座は、「スウェーデン語入門1」を受講された方、形容詞や動詞の過去形、感嘆詞や現在完了形の基礎的文法を勉強したい方を対象としたクラスです。スウェーデン人講師とともに、スウェーデン語の発音を学び、練習問題プリントと会話形式の練習でスウェーデン語の基礎的文法への理解を深めます。楽しく勉強しましょう。	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日/17日/24日/7月1日/8日/15日(全10回)13:00~14:30	オンライン講座(Zoom)	ヨンソン カール・アーネ(東海大学文学部北欧学科非常勤講師、翻訳者)	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『ニューエクスプレスプラススウェーデン語』(白水社)2,700円+税[ISBN: 9784560087916]※各自で購入※旧版『ニューエクスプレス スウェーデン語』でも可			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10,17,24,7/1,8,15						
フィンランド語 入門1(東海大学)	ムーミンとサンタクロース、そしてオーロラの国「フィンランド」。そのフィンランドでは、どんな言葉が話されているのでしょうか。フィンランド語は英語とはかなり異なる印象を与える言語ですが、日本語との共通点が見つかるかもしれません。この講座ではフィンランド人講師とともに、会話形式の教材を使って基礎的な文法や表現を習得していきます。	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日/17日/24日/7月1日/8日/15日/22日(予備日)(全10回)14:30~16:00	オンライン講座(Zoom)	奥田 ライヤ(東海大学文化社会学部北欧学科非常勤講師(専門分野:フィンランド語・ロシア語・言語))	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	『ニューエクスプレスプラスフィンランド語(山川亜古著)』(白水社)2,300円+税[ISBN: 9784560087930]※各自で購入			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10,17,24,7/1,8,15,22(予備日)						
フィンランド語 簡単会話(東海大学)	Olette oppineet jo paljon suomea. Puhutaan ja kuunnellaan! Harjoitellaan! Rohkeasti mukaan! せっかく覚えたフィンランド語を忘れないようにしましょう！今まで学んだことを復習し、使えるように学習します。フィンランド語の会話を中心に楽しく学びましょう！※2022年度後期講座「フィンランド語 中級」及び「フィンランド語 簡単会話1」の継続講座です。	令和5年5月13日/20日/27日/6月3日/10日/17日/24日/7月1日/8日/15日/22日(予備日)(全10回)12:30~14:00	オンライン講座(Zoom)	奥田 ライヤ(東海大学文化社会学部北欧学科非常勤講師(専門分野:フィンランド語・ロシア語・言語))	3月13日~4月24日	20,000円(全10回)	なし			3/13~4/24	5/13,20,27,6/3,10,17,24,7/1,8,15,22(予備日)						
伊勢物語1(東海大学)	日本最古の歌物語『伊勢物語』。素朴で綺麗な日本語がここにあります。自然で素直な日本人の心がここにあります。素直に泣き、素直に笑う真っ直ぐな男たち、打って出る女もいれば、待つ女もいます。でも、みんな心の真実のままに生きています。そんな素直な『伊勢物語』を、味わい深い原文で読みましょう。文法の苦手な方、大歓迎です。楽しくお話します。	令和5年5月9日/16日/23日/30日(全4回)10:30~12:00	オンライン講座(Zoom)	四龍 正夫(東海大学名誉教授)	3月13日~4月24日	8,000円(全4回)	『伊勢物語 (岩波文庫)』(岩波書店) ¥520円+税 [ISBN: 9784003000816]※各自で購入※『伊勢物語』テキストは、全段載ってれば、何でも結構です。			3/13~4/24	5/9,16,23,30						
源氏物語(東海大学)	今から約千年前に書かれた日本文学の最高傑作『源氏物語』を、名場面・名文を味わいながら丁寧に読み解いていく講座です。今回は、光源氏が「娘」として引き取った「玉鬘」という美しい女性について、光源氏と玉鬘の微妙な関係を読んでいきます。長編物語の途中ですが、初めて読んでも問題のない内容です。雅な平安時代の世界を味わいましょう。	令和5年5月15日/22日/6月12日/19日/7月3日/10日/24日(予備日)(全6回)11:20~12:50	ユニコムプラザさがみはらミーティングルーム4	佐藤 瞳(東海大学文学部日本文学科非常勤講師)	3月13日~4月25日	12,000円(全6回)	なし			3/13~4/25	5/15,22,6/12,9/7,3,10,24(予備日)						

<p>体が不自由でも高齢者でもおしゃれを楽しむ服づくり(学校法人文化学園)</p>	<p>SDGsな服づくり。着心地よく、便利で、おしゃれな服を作りましょう！腕を怪我したので着脱が簡単な服が欲しい。年齢を重ねて変化した体型に合う服が欲しい。車椅子に乗ったときのレインコートが欲しい…など、どんな人でもどんな時でも快適でおしゃれな服を考え製作します。はじめに福祉技術研究所コンサルタントの講師からさまざまな事例を学び、その後服づくり専門の講師と一緒に考えながら各自製作します。既製の服のリフォームでもOKです。服の製作経験がある方が対象です。</p>	<p>令和4年5月14日／21日／6月4日／11日／7月2日／9日／9月3日／10日(土曜日全8回 計16講座) *1回=2講座換算 13:30 - 16:00(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>福祉技術研究所株式会社コンサルタント 元東京福祉機器総合センター 岩波 君代</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>32,000円(全8回)</p>	<p>なし</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/14,21,6/4,11,7/2,9,9/3,10</p>
<p>自由につくろう！ソーイング部(火曜日クラス)(学校法人文化学園)</p>	<p>アイテムに関係なく、自分が作りたいものを製作。各自のレベルに合わせて講師が指導します。スカート、パンツ、シャツ、ワンピースからロックミシンでできるカットソー、カジュアルなメンズアイテム、子供服など幅広くチャレンジできます。自分のペースで自由にソーイング。パターンや布地は各自ご準備ください。受講者はミシンを使ったことがあり、市販の型紙で服を作った経験がある方とさせていただきます。</p>	<p>令和5年5月16日／23日／6月6日／13日／7月4日／11日／9月5日／12日／26日／10月3日(火曜日全10回 計20講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>文化服装学院生涯学習専任教員 田中 寛子</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>40,000円(全10回)</p>	<p>材料費、パターン代などは別途各自</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/16,23,6/6,13,7/4,11,9,5,12,26,10/3</p>
<p>自由につくろう！ソーイング部(土曜日クラス)(学校法人文化学園)</p>	<p>アイテムに関係なく、自分が作りたいものを製作。各自のレベルに合わせて講師が指導します。スカート、パンツ、シャツ、ワンピースからロックミシンでできるカットソー、カジュアルなメンズアイテム、子供服など幅広くチャレンジできます。自分のペースで自由にソーイング。パターンや布地は各自ご準備ください。受講者はミシンを使ったことがあり、市販の型紙で服を作った経験がある方とさせていただきます。</p>	<p>令和5年5月20日／27日／6月3日／17日／7月1日／8日／15日／9月9日／16日／30日(土曜日全10回 計20講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>文化服装学院の教授・講師が責任指導</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>40,000円(全10回)</p>	<p>材料費、パターン代などは別途各自</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/20,27,6/3,17,7/1,8,15,9/9,16,30</p>
<p>カルトナージュのオリジナルソーイングBOX(学校法人文化学園)</p>	<p>カルトナージュは厚紙を切って布やリボンで装飾して箱を作るフランス伝統工芸の布箱です。まずは製作手順を学ぶため、キットを使いミニBOXを作ります。その後好みの布でご自分の裁縫道具類の収納に丁度良いオリジナルソーイングBOXを製作します。</p>	<p>令和5年5月18日／6月1日／15日／29日／7月13日(木曜日全5回 計10講座) *1回=2講座換算 13:45 - 16:15(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>カルトナージュ講師 上原 久代</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>20,000円(全5回)</p>	<p>ミニBOXキット代1,200円。カルトナージュ基本用具4点(モテターヘア、水張りテープ、刷毛、接着剤)2,100円。講師からセットまたは単品購入可。</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/18,6/1,15,29,7/13</p>
<p>野田はなこのヨーロッパ伝統刺繍とクリエティブデザイン(学校法人文化学園)</p>	<p>ホワイトワーク、ブラックワーク、ゴールドワーク、キャンバスワーク、クリューエルワーク、スタンピングワーク、ボックスメイキングなど様々な刺繍テクニック及び、刺繍デザインを学びます。学ぶ課題は、毎講座ごと、テーマごとに変わります。初心者、経験者、手づくりをお仕事にしたい方、している方も大歓迎です。英国王室刺繍学校(RSN)を卒業した講師から世界最高レベルの刺繍技術を学びましょう。別途材料費が必要です。</p>	<p>令和5年5月17日／31日／6月14日／28日／7月5日／9月13日／27日(水曜日全7回 計14講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>刺繍作家 野田 はなこ</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>28,000円(全7回)</p>	<p>材料費 2,500円前後/回(絹、麻、バルバットなどを使用)</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/7,31,6/14,28,7/5,9/13,27</p>
<p>フェス刺繍でつくるストール(学校法人文化学園)</p>	<p>モロッコ伝統刺繍でストールを作ります。フェス刺繍は表も裏も同じリバーシブルな柄が特長です。美しい幾何学模様でストールをつくりたい。キットを利用し、基礎からしっかり学んだ後、自分だけのオリジナルストールをつくりましょう！キット代800円(生地、針セット、糸など)、ストール布代2,000円～5,000円程度(サイズ等により異なります)</p>	<p>令和5年5月26日／6月9日／30日／7月14日／9月8日／22日(金曜日全6回 計12講座) *1回=2講座換算 13:45 - 16:15(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>刺繍デザイナー アタマンチャック中山 奈穂美</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>24,000円(全6回)</p>	<p>材料費 キット代 800円(生地、針セット、糸等)、ストール布代2,000円～5,000円</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/26,6/9,13,7/14,9/8,22</p>
<p>トルコ刺繍・Oya(学校法人文化学園)</p>	<p>伝統的なモチーフが特長のトルコ刺繍や、細かい糸から生み出されるOya(オヤ)の基本的な技法を学び、身近な小物やアクセサリーにアレンジしていきます。初心者から受講可能です。※この講座は、トルコ語で行われ、通訳を通して指導します。</p>	<p>令和5年5月13日／27日／6月3日／7月1日／15日／9月9日／16日(土曜日全7回 計14講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>トルコ文部省カルチャースクール講師 マルテバ女子文化高校卒業 ハテイ ジェ・エギレキリ</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>28,000円(全7回)</p>	<p>材料費 キット代</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/13,27,6/3,7/1,15,9/9,16</p>
<p>ナチュラル染色(学校法人文化学園)</p>	<p>捨てられる皮や種、緑茶・紅茶などの茶葉類、花びら、雑草、スパイスなどを染料にしてSDGsに配慮する安心・安全な染色の実習です。綿、麻、毛、絹、ナイロン、レーヨンなどの製品(新品だけではなくリメイクのTシャツ、シャツやエコバッグ、ストール)や、毛糸、絹糸などを染めて製品作りをします。生活に彩りを添えてみませんか。受講料には雑費(染料代など)1,000円分を含んでいます。</p>	<p>令和5年5月13日／27日／6月17日／7月8日／15日(土曜日全5回 計10講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>元文化服装学院専任教員 篠原 幸子</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>20,000円(全5回)</p>	<p>材料費 10,000円位(各回1,000～2,000円位)</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/13,27,6/17,7/8,15</p>
<p>服作りに役立つファッションデザイン画テクニック(学校法人文化学園)</p>	<p>服づくりをする上で自分が作りたいイメージをデザイン画に表現することはとても大切です。人体の形状や服の構造を理解しながら基本アイテムのデザインやディテールの描き方の順序、表現方法を学び、ファッションデザイン画のテクニックを身につけましょう。テキストに「服づくりに役立つファッションデザイン画テクニック」(文化服装学院通信教育講座副教材、別当必要、当日購入可)を使用します。</p>	<p>令和5年5月13日／27日／6月3日／7月15日／9月9日／16日(土曜日全6回 計12講座) *1回=2講座換算 13:30 - 16:00(150分)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>文化服装学院専任講師 水野 雅己</p>	<p>3月13日～4月17日</p>	<p>24,000円(全6回)</p>	<p>テキスト 1,200円</p>	<p>3/13～4/17</p>	<p>5/13,27,6/3,7/15,9/9,16</p>

自主企画講座
5月開催

自主企画講座
5月開催

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
大奥と御用商人	御用商人とは幕府・諸大名・武家・朝廷・公家・社寺などに出入りし、御用を伺い品物を納めることを許された商人を指します。幕府(将軍家)の御用といっても一通りではありません。江戸城には本丸、西丸などの御殿が存在し、それぞれに御用が発生し、表(男性)と大奥(女性)でも分かれていました。三井越後屋と道具商山田屋の事例から、大奥と御用商人の関係をみていきます。	令和5年5月9、16日(火)13:00~14:30	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	畑 尚子 氏(國學院大學・青山学院大学 非常勤講師)	3月15日~4月25日	無料	なし		➡	➡							
大河ドラマ特別展「どうする家康」見学と江戸随一の繁華街日本橋散策(渋谷区生涯活躍推進課)	好評のうちに始まった大河ドラマ「どうする家康」。大河ドラマをより楽しむために、三井記念美術館で特別展「どうする家康」を見学します。加えて、江戸時代から続く老舗をこ紹介しながら、江戸随一の繁華街だった日本橋周辺を散策します。「歴代勝覧」→元標の広場→日本橋(最後の將軍徳川慶喜揮毫の銘板)→花の広場→滝の広場→双十郎河岸→乙姫の広場→三井記念美術館(NHK大河ドラマ特別展「どうする家康」見学)など→16:00現地解散予定	令和5年5月10日(水)14:00~16:00	三井記念美術館及び日本橋周辺	歴史講師 近藤 圭二 氏	4月12日~4月26日	1500円(入館料)	なし		➡	➡							
『振り返ってみたくなる魅力的な肌! ビタミン・ミネラル講座』シットピクス®イースで旅するトレーニング(渋谷区生涯活躍推進課)	ツヤツヤ肌をめざして、美容系栄養学、解剖学を学びながら今話題のSITbics(シットピクス®)トレーニングを取り入れます。大好評シブカツ第2弾講座になります。お楽しみに!	令和5年5月18日(木)14:00~15:00	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	SHIRO GYM 白井 義将 氏	4月20日~5月8日	無料	なし		➡	➡							
人生100年時代! 緑黄色野菜の健康パワーで感染症、生活習慣病予防(渋谷区生涯活躍推進課)	強力な抗酸化作用があり、活性酸素の抑制が期待できる「緑黄色野菜」は今、健康な毎日を送るために最も効果的な野菜です。~緑黄色野菜とは①カロテンの含有量が600μg以上/100g ②トマトなど一度に消費量の多い色の濃い野菜といずれかに当てはまる野菜~(厚生労働省の定義) 一日あたり350gの野菜を摂りやすい朝食用「緑黄色野菜スープ」(秋バージョン、春夏バージョン)の提案をします。(コンソメ、食塩などを使用せず黒コショウのみのスープの提案です) ~野菜ソムリエとして旬の「野菜、果物の健康情報」もお伝えします~	令和5年5月26日(金)13:30~15:00	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	日本野菜ソムリエ協定認定 野菜ソムリエプロ 調理師・健康管理士上級指導員 重田 健一 氏	5月1日~5月15日	無料	なし			➡							
経済学的アプローチによる人への投資と生産性向上(渋谷区生涯活躍推進課)	日本では長らく経済の低成長が続いています。少子高齢化、人口減少により人が貴重となる中で、「人への投資」や「人的資本経営」に注目が集まっています。本講座では、日本における生産性や人への投資の現状を紹介し、人への投資と生産性向上の関係性を考察し、日本経済の維持・向上のための方策を検討します。	令和5年5月30日(火)15:00~16:00	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	学習院大学 経済学部経済学科教授 滝澤 美帆 氏	4月25日~5月16日	無料	なし		➡	➡							

大学連携
6月開催
【東海大学】

大学連携
6月開催
【東海大学】

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
北欧の文化と伝統シリーズ②。デンマーク伝統のオープンサンド作り体験(東海大学)	北欧の夏、陽も長く最も美しい季節、人々は短い夏と長い夏休みをどのように過ごすのでしょうか。この講座では、デンマークの食文化に焦点をあて、伝統的なオープンサンドを作ります。作ったオープンサンドを食べながら、デンマークの食文化、夏の過ごし方について、ネイティブ講師がご紹介します。	令和5年6月3日(全1回) 9:30~11:30	ユニコムプラザさがみはら 実習室1	リーセ スコウ(東海大学文化社会学部北欧学科非常勤講師)、加地 泰子(日本語教師、調理師)	3月13日~5月17日	4,500円(全1回)	なし		➡	➡	➡						
日本の高品質ワインを試飲する(赤ワイン編)(東海大学)	世界のワイン生産国の中で、日本は、「労働コストが最も高い」「土地代が最も高い」「雨が最も多く降る」と、不利な条件がキレイに揃った国です。この圧倒的なマイナス要因を補って余りあるのが「日本人の勤勉さ」です。この講座では、日本の高品質ワインを試飲し、「真面目で勤勉な生産者」を体験していただけます。今回は、選りすぐりの赤ワインをお試ください。	令和5年6月6日(全1回) 19:00~20:30	ユニコムプラザさがみはら 実習室1	葉山 考太郎(ワイン・ジャーナリスト)	3月13日~5月23日	6,000円(全1回)	なし		➡	➡	➡						
論語1(東海大学)	社会のあらゆる場面において人と人との関係を潤いあるものにし、心豊かに人生を送るためのヒントを私たちに与えてくれるもの、それは、2500年の風雪に耐えて生き残ってきた書物、『論語』です。孔子やその弟子たちの、折に触れての言葉の数々が私たちの胸にまで響きます。楽しみながらいつの間にか、『論語』の真髓が身に付くこの講義をぜひどうぞ。	令和5年6月6日/13日/20日/27日(全4回) 10:30~12:00	オンライン講座(Zoom)	四竜 正夫(東海大学名誉教授)	3月13日~5月23日	8,000円(全4回)	『論語(岩波文庫)』(岩波書店) 1,070円+税[ISBN: 9784003320211]※各自で購入※『論語』テキストは、全巻載ってはいれば、何でも結構です。		➡	➡	➡						

漢方講座Ⅴ(東海大学)	消化器領域は胃がんや大腸がんなどの悪性腫瘍が多だけでなく、原因不明の腹痛や下痢など胃腸の機能失調に起因する症状も多くあります。漢方は機能を改善して不快な自覚症状を取り去ることに優れているため、これらの機能的疾患は漢方治療のよい適応となるため、だるいなどの全身症状、気管支喘息、腰痛なども胃腸虚弱に着目して漢方で治療すると、さまざまな病気がよくなることもあります。この講座では、胃腸虚弱に着目した漢方についてご紹介します。	令和5年6月6日(全1回) 15:00~16:30	オンライン講座(Zoom)	新井 信(東海大学医学部専門診療学系漢方医学教授)	3月13日~5月23日	2,000円(全1回)	なし	3/13~5/23	6/6								
英会話を通じてらくらく異文化理解(東海大学)	新たな「らくらく・・・」シリーズ誕生！もっと色んな国の事を知りたい！街で外国の方と会った時、どう対応すれば良いのか？毎週違う国の方をお招きして、英語を通してその国のお祭りについて学びます。お祭りのお話を通して、その国の価値観が見えてきます。また、多角的な思考を身につけ、頭の柔軟体操にもなります。楽しく、英会話で脳トレーニングしましょう！！	令和5年6月17日/24日/7月1日/8日/15日(予備日)(全4回) 9:00~10:30	オンライン講座(Zoom)	橋本 信一(東海大学工学部准教授)	3月13日~5月31日	8,000円(全4回)	なし	3/13~5/31	6/17,24,7/1,8,15								
音×アロマ ~音楽と香りでのリラックス~(東海大学)	日々の生活のストレスからくる心の疲れ、肩こりや腰痛などの身体の疲れを音楽や香りですっきりさせてみませんか？音楽療法は、音や聴覚刺激の効果の話を聞き、実際にさまざまな音楽に触れながら、ストレッチやリラックメントで身体も心も軽くなっていきましょう。五感を身体中で感じ、1週間頑張った自分へ週末のご褒美タイムをプレゼント。	令和5年6月16日(全1回) 19:30~21:00	オンライン講座(Zoom)	青山 泉(東海大学医学部専門診療学系漢方医学 客員講師)	3月13日~5月31日	3,000円(全1回)	なし	3/13~5/31	6/16								
講師も実践！誰でもできる省エネ方法(東海大学)	どんどん値上がる光熱費。これに対抗するために、講師自らが調査&実践した事例をまとめ、電気とガスの料金を押さえ込んだ結果について紹介します。今回はエアコンの選び方から設定方法、スマートスイッチによる電力の見える化と省エネ実現。さらには、窓ガラスの断熱化などについて紹介します。このような手法は、戸建てからマンション、プロパンガスから都市ガス、築年数などでベストな手段は異なりますので、質問時間を長めに取ります。	令和5年6月17日(全1回) 10:00~11:30	オンライン講座(Zoom)	木村 英樹(東海大学工学部機械システム工学科 教授)	3月13日~5月31日	2,000円(全1回)	なし	3/13~5/31	6/17								
チリとニュージーランドの高級ワインを試飲する(白ワイン編)(東海大学)	日本が輸入するワインの中で、最も量が多いのがチリのワインです。圧倒的にコスト・パフォーマンスに優れ、スーパーマーケットでよく見かけます。「安くて美味しい」のがチリ・ワインですが、高級ワインも作っています。この講座では、2レベル、3レベル上の高級高価なチリ・ワインを試飲します。また、ブルゴーニュに優るとも劣らないニュージーランドのワインも、この機会に是非試していただき、レベルの高さを堪能してもらいます。今回は、白ワインをからお試ください。	令和5年6月20日(全1回) 19:00~20:30	ユニコムプラザさがみはら実習室1	葉山 考太郎(ワイン・ジャーナリスト)	3月13日~6月6日	6,000円(全1回)	なし	3/13~6/6	6/20								
北欧のあかりと日本の風土(東海大学)	ランプを一つずつ点灯し、あかりの温かさと美しさを楽しむ北欧の照明術は、北欧独自の環境のなかで発展してきました。一方日本では、第二次大戦後から現在まで、室内のあかりを楽しむマインドが忘れられたのは残念です。家庭の照明は難しい設備ではなく、本当は楽しくやさしいものです。実際に北欧の照明に触れながら、北欧と日本のたくさんの事例から、日本の風土に合う照明の使い方、あかりを灯す楽しさ、面白さを学んでください。	令和5年6月24日(全1回) 17:00~18:30(開場16.00)	ルイスポールセンジャパン株式会社ショールーム	荒谷 真司(ルイスポールセンジャパン株式会社 LPアカデミー)	3月13日~6月7日	2,000円(全1回)	なし	3/13~6/6	6/24								
ジャズを聴く~懐かしい!アナログレコードで楽しむジャズスタンダード~(東海大学)	コロナ禍以前に人気のあった講座が対面講座として復活します。ジャズのスタンダードナンバーから毎回1曲をテーマに、作曲家、歴史、名演、音楽的技法といった様々な視点から楽曲を楽しく解説します。音楽再生には録音スタジオで音楽制作に使用される音響機材を使用し、大学所蔵の貴重なアナログレコードを用いて各回8作品程度試聴します。多様な演奏表現やエピソードを皆で一緒に楽しみ、オンラインでは味わえない空気感を体感しましょう！	令和5年6月27日(全1回) 19:00~20:30	東海大学品川キャンパス2号館2B-101教室(2022年度中は「東海大学東京キャンパス(高輪校舎)」)	田丸 智也(東海大学教養学部准教授)	3月13日~6月13日	2,000円(全1回)	なし	3/13~6/13	6/27								

大学連携 6月開催 【学校法人文化学園】

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
今日着たい服が今日できる(学校法人文化学園)	初心者でも大丈夫!「Today's Pattern」を使ってソーイング。ソーイング向け型紙通販サイト「ハンドメイド・カンパニーパターン」の「Today's Pattern」の中から好きなデザインを選び製作します。裁断や縫い方のコツなど丁寧な説明を受けながら製作し、3回で完成させましょう。きれいにできるコツを学びながら着たい服をつくらう!布地や付属品、「Today's Pattern」の型紙は別途必要で当日購入可能です。	令和5年6月27日/7月4日/11日(火曜日全3回 計6講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)	文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)	元文化服装学院講師 竹本 裕美	4月24日~6月2日	12,000円(全3回)	材料費 パターン代1,320円~、布地・付属品代は別途			4/24~6/2	6/27,7/4,11						
パターンからつくる私の帽子(学校法人文化学園)	帽子の種類や各部位の名称から、採寸、パターン作り、仮縫い、補正、縫製方法までを学びます。基本のパターンで1作品を製作後、各自でパターンをアレンジし自分に似合うバランス、サイズ感をさぐり応用デザインで布製の帽子1作品を製作します。布地や副資材は講師のアドバイスを受け、各自ご準備いただきます。	令和5年6月28日/7月5日/19日/9月13日/20日/27日/10月4日(土曜日全7回 計14講座) *1回=2講座換算 13:45 - 16:15(150分)	文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)	帽子作家 文化服装学院非常勤講師 窪田 恵美子	4月24日~6月2日	28,000円(全7回)	材料費 2,000円~(表布、裏布、芯地等)		4/24~6/2		6/28,7/5,19,9/13,20,27,10/4						
藍で染める・描く(学校法人文化学園)	藍(すくも藍とインド藍)の特性を学び、Tシャツ、パンツ、バッグ、タペストリーなどに藍染めをします。その後、型染めやシルクスクリーンプリントなどで加工し仕上げていきます。抜染や箔プリントなども実習します。受講料には染料代・雑費1,000円を含む。	令和5年6月17日/7月1日/9月2日/16日/30日/10月14日(土曜日全6回 計12講座) *1回=2講座換算 13:30 - 16:00(150分)	文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)	文化服装学院専任教授 太田 繁	4月24日~6月2日	24,000円(全6回)	なし		4/24~6/2		6/17,7/1,9,2,16,30,10/14						

自主企画講座
6月開催

自主企画講座
6月開催

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
渋谷ひと駅散歩:「渋谷の再開発を探る」1 原宿駅～渋谷駅(渋谷区生涯活躍推進課)	ここ数年、渋谷区が、激しい勢いで変わり続けています。再開発のすべてを把握することは難しいと思いますが、今回は、原宿駅から渋谷駅へと向かいながら、街が、どう変わったのかを体感してみませんか。原宿駅→@cosme TOKYO(日本最大のコスメ・美容の総合サイトの旗艦店)→WITH HARAJUKU(表参道と竹下通りを結ぶ複合施設)→竹下通り(カワイイお店がいっぱい!)→東急プラザ表参道原宿(おもはらの森)→キャットストリート→MIYASHITA PARK(公園・商業施設・ホテルなどを融合させた複合施設)など→16:00渋谷駅解散予定	令和5年6月7日(水)14:00～16:00	原宿及び渋谷周辺	歴史講師 近藤 圭二 氏	5月8日～5月26日	無料	なし			5/8～5/26	6/7						
オーロラに関する講座(渋谷区生涯活躍推進課)	北極や南極で見られるオーロラの最大の魅力は、地上にしながら宇宙空間にいる気分を味わうことができることです。オーロラは高度100km以上の宇宙空間と呼ばれる場所で起こっており、急に明るくなり、激しく渦巻くオーロラ爆発が起こると、その光の渦の中に吸い込まれてしまうような不思議な感覚になります。最近ではオーロラ観光が盛んですが、オーロラの研究によって太陽から地球までの宇宙空間の変動の様子がわかってきました。宇宙環境変動を知ることは、宇宙飛行士の安全や人工衛星の運用にとっても大切です。この講義では、オーロラ観光に必要な宇宙天気予報、オーロラの研究から解明された地球周辺の宇宙環境変動、木星・土星オーロラなど、最新の研究成果をやさしく紹介します。	令和5年6月13日(火)14:00～16:00	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	(公財)日本極地研究振興会 代表理事 東北大学 名誉教授 福西 浩 氏	5月16日～5月30日	無料	なし			5/16～5/30	6/13						
～今からできる～口からはじめる「健口(けんこう)投資」(渋谷区生涯活躍推進課)	楽しくおいしく食事をするためには、ささいな口の衰えをあきらめない!そして予防が大切です。日々の生活でコツコツ貯める健(けん)口(こう)投資(とうし)術をお伝えします 【内容】 *健康長寿の3つの柱(心身の衰えはお口から) *「健口度チェック」と「口腔乾燥度チェック」 *今日から実践!正しい〇〇〇の方法をお教えます	令和5年6月15日(木)14:00～15:00	渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)	区歯科衛生士	5月22日～6月5日	無料	なし			5/22～6/5	6/15						

大学連携
7月開催
【東海大学】

大学連携
7月開催
【東海大学】

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
北欧の文化と伝統シリーズ③ スウェーデンの「ルバーブのクランブル」作り教室(東海大学)	北欧の夏、陽も長く最も美しい季節、人々はどうのように過ごすのでしょうか。この講座ではスウェーデンの夏のお菓子「ルバーブのクランブル」を作ります。日本ではまだ珍しいルバーブは、色鮮やかで甘酸っぱく、北欧では夏を代表する食材です。スウェーデンの伝統であるフィーカ(お茶の時間)を体験しながら、留学経験もある講師が現地の食文化、夏の過ごし方をご紹介します。	令和5年7月1日(全1回) 13:30～16:30	ユニコムプラザさがみはら 実習室1	筒井 友子(Lilla Katten[リッラ・カッテン]店長)	3月13日～6月14日	4,500円(全1回)	なし			3/13～6/14	7/1						
チリとニュージーランドの高級ワインを試飲する(赤ワイン編)(東海大学)	日本が輸入するワインの中で、最も量が多いのがチリのワインです。圧倒的にコストパフォーマンスに優れ、スーパーマーケットでよく見かけます。「安くても美味しい」のがチリ・ワインですが、高級ワインも作っています。この講座では、2レベル、3レベル上の高級高価なチリ・ワインを試飲します。また、ブルゴーニュに優るとも劣らないニュージーランドのワインも、この機会に是非試していただき、レベルの高さを堪能してもらいます。今回は、赤ワインをお試ください。	令和5年7月4日(全1回) 19:00～20:30	ユニコムプラザさがみはら 実習室1	葉山 考太郎(ワイン・ジャーナリスト)	3月13日～6月20日	6,000円(全1回)	なし			3/13～6/20	7/4						

徒然草1(東海大学)	『徒然草』は、鎌倉時代末の乱世において、誠実に人生を見つめ続けた兼好法師の哲学的隨筆です。彼は、仏教、儒教、道教の高い教養に基づきながらも決してそれらにとらわれることなく、日本的情緒をいとおしみながら、人生を感じ、人生を考えます。彼は、人間と人生とが好きで好きでしかたないようです。人生を考えるヒント満載の『徒然草』を楽しみ、人生を楽しみましょう。	令和5年7月4日/11日/18日/25日(全4回) 10:30~12:00	オンライン講座(Zoom)	四竈 正夫(東海大学名誉教授)	3月13日~6月20日	8,000円(全4回)	『新訂 徒然草(岩波文庫)』(岩波書店) 1,130円+税【ISBN: 9784003011218】※各自で購入※『徒然草』テキストは、全段載っているれば、何でも結構です。	3/13~6/20	7/4,11,18,25									
ジャズ演奏家の歴史を辿る ベース奏者編(東海大学)	ジャズ演奏家の歴史を、時代背景と共に楽しく紹介します。演奏スタイル、楽器、音楽理論など様々な角度から「名演奏家」と言われる所以を丁寧に解説します。ジャズを楽しむのにルールなどはありませんが、歴史に学ぶことでより理解を深めます。これまでの「ジャズを聴く」講座が2023年度から新たに生まれ変わります。一緒にジャズの歴史に飛び込みましょう!	令和5年7月4日/25日(全2回) 18:30~20:00	オンライン講座(Zoom)	田丸 智也(東海大学教養学部准教授)	3月13日~6月20日	2,000円(全1回)	なし	3/13~6/20	7/4,25									
ODA COLLECTIONから考える美しく丁寧な暮らし ~対面編~(東海大学)	椅子研究者として知られる東海大学名誉教授・織田憲嗣先生の長年の研究成果ODA COLLECTIONを題材に、北欧デザインの本質を考えていきます。ルイスボールセンジャパン株式会社のショールームを会場に、織田先生と直接対話をしながら「美しく丁寧な暮らし」について考える講座です。※5月にオンラインで開講します同名講座と合わせてご受講されると、より理解が深まります。	令和5年7月8日(全1回) 16:00~17:30(開場15:30)	ルイスボールセンジャパン株式会社ショールーム	織田 憲嗣(東海大学名誉教授・北海道東川町デザインアドバイザー)、岡本周(北海道東川町文化交流課主査)、荒谷 真司(ルイスボールセンジャパン株式会社 LPアカデミー)	3月13日~6月21日	2,000円(全1回)	なし	3/13~6/21	7/8									
ヨーロッパ世界遺産紀行(東海大学)	ヨーロッパ、アジア、アフリカの3大陸に囲まれた地中海沿岸には高度の文明を物語る世界遺産が数多く存在しています。それらの中からヨーロッパ文明発祥の地ギリシア、ヘレニズム文化を生み出したマケドニア、そして地中海を「我らの海」と呼び世界帝国を建てたローマを代表する古代地中海文明の都市や宗教施設などの遺跡を訪ね、歴史と文化に触れる旅にでかけましょう。	令和5年7月6日/13日/20日(全3回) 13:00~14:30	オンライン講座(Zoom)	金原 保夫(東海大学名誉教授)	3月13日~6月21日	6,000円(全3回)	なし	3/13~6/21	7/6,13,20									
西洋史講座(東海大学)	西洋史学の一時代を築いたフランスの歴史家フェルナン・ブローデルは、食の歴史に注目しました。人間が日常的に口にする食べ物や飲み物にまつわる習慣は、その時代の人々の行動や可能性を、しばしば無意識のうちに規定していくものだからです。この講座では、講師がそれぞれ専門とする時代・地域の食習慣を取り上げ、食の視点からヨーロッパの歴史を論じていきます。	令和5年7月8日/15日(全2回) 10:00~11:30	オンライン講座(Zoom)	大谷 哲(東海大学文学部歴史学科西洋史専攻講師)、三佐川 亮宏(東海大学文学部歴史学科西洋史専攻教授)、川崎 亜紀子(東海大学文学部歴史学科西洋史専攻教授)、菅原 未宇(東海大学文学部歴史学科西洋史専攻准教授)	3月13日~6月21日	4,000円(全2回)	なし	3/13~6/21	7/8,15									
漢方講座VI(東海大学)	女性は初潮、月経、妊娠、出産、更年期、閉経と、男性にはない身体の変化を経験する。漢方では、これら女性特有の生理現象に伴って現れるさまざまな身体の不調を、いわゆる「血」の問題としてとらえて治療する。月経痛や月経不順、月経前症候群、ホットフラッシュなどの更年期障害、不妊などに対し、漢方薬で「血」のバランスを正すことで、快適な日常生活を送ることができる。	令和5年7月11日(全1回) 15:00~16:30	オンライン講座(Zoom)	新井 信(東海大学医学部専門診療学系漢方医学教授)	3月13日~6月27日	2,000円(全1回)	なし	3/13~6/27	7/11									
インド思想入門 ~ヴェーダとウパニシャッド~(東海大学)	映画『RRR』やゲーム『Fate/ Grand Order』などのエンターテインメントからインドへの関心が高まっていますが、そうした作品の根源にあるインド人の信仰と思想について、ヴェーダとウパニシャッドというヒンドゥー教の根本聖典から探っていきます。インド人の価値観を知ることによって、日本に生きる私達にも通じるものを見出せるかもしれません。	令和5年7月14日/21日(全2回) 19:30~21:00	オンライン講座(Zoom)	川尻 道哉(東海大学文化社会学部准教授)	3月13日~6月28日	4,000円(全2回)	なし	3/13~6/28	7/14,21									
香りで感じる夏の魅力あふれる奄美大島の新たな発見(東海大学)	皆さんは奄美大島の植物をご存じでしょうか?この講座では、奄美大島固有の亜熱帯の気候の中で生きる花や柑橘を通して、奄美大島の魅力と夏の疲れを癒す香りをお届けします。今回はイジユの花やたんかんなどを通じて、アロマセラピストである講師と奄美大島在住の薬剤師から香りの抽出やその活動の聞き、実際に香りに触れて、奄美大島の魅力を感じながら香りで夏の疲れを癒しましょう。	令和5年7月21日(全1回) 19:30~21:00	オンライン講座(Zoom)	青山 泉(東海大学医学部専門診療学系漢方医学 客員講師)	3月13日~7月5日	2,000円(全1回)	なし	3/13~7/5	7/21									

大学連携 7月開催 【学校法人文化学園】

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	
カットソー入門(学校法人文化学園)	はじめてさんでも大丈夫!伸縮性のある素材の扱い方や縫製のポイントを学び、ワンピース又はコートを製作します。素材は講師おすすめ生地から選んでいただき、着丈や袖丈などを変えて自分好みにアレンジしたり、自宅でもできる縫製方法の説明もします。手軽に伸縮素材にチャレンジしましょう!生地や付属品は講師のおすすめを参考に当日別途購入していただきます。	令和5年7月1日/7月8日/7月15日(土曜日全3回(6コマ)計12講座) *1回=2講座換算 10:00 - 16:00(昼休憩1時間)(150分×2コマ)	文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)	文化服装学院の教授・講師	4月24日~6月2日	24,000円(全3回)	材料費(生地・付属品など) 4,000~6,000円位		4/24~6/2			7/1,8,15						
金モール刺繍(学校法人文化学園)	伝承職人から金モール刺繍技術を学びましょう。欧州より伝わるエンブレムや意匠などに用いられるコイル状の金属を使用した刺繍技法を日本の職人が教えます。歴史、材料などの基礎知識や刺繍技術を学びます。別途材料費が必要です。	令和5年7月27日(金曜日全1回(2コマ)計4講座) *1回=2講座換算 10:00 - 16:00(昼休憩1時間)(150分×2コマ)	文化服装学院内講義室・実習室(当日エントランスロビーにて掲示発表)	金・銀モール刺繍 株式会社兼商店 刺繍職人 辻 章	5月30日~6月30日	8,000円(全1回)	材料費 2,700円程度(モール、糸、布代等)			5/30~6/30		7/27						

<p>蒲生マリコのオリジナルキャラクター製作 (学校法人文化学園)</p>	<p>ユニークな世界観を生み出す人形作家。 作りたいキャラクターのストーリーや性格などを考え、自分の頭の中にあるイメージや思いを具体的に立体にしていきます。 まずは平面の絵をもとに立体的な型紙をつくっていく方法を学びます。洋裁初心者からご参加いただけます。クリエイターの感性とテクニックを学び、生み出したキャラクターからグッズなどに発展させましょう。</p>	<p>令和5年7月27日/28日 (木・金曜日全2回(4コマ) 計8講座) *1コマ=2講座換算 10:00 - 16:00(昼休憩1時間)(150分×2コマ)</p>	<p>文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)</p>	<p>hone入り人形作家 蒲生 マリコ</p>	<p>5月30日～6月30日</p>	<p>16,000円(全2回)</p>	<p>なし</p>		<p>5/30~6/30</p>	<p>7/27,28</p>						
---	---	--	---	--------------------------	--------------------	---------------------	-----------	--	------------------	----------------	--	--	--	--	--	--

自主企画講座
7月開催

自主企画講座
7月開催

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
<p>目指せ健康長寿!食べて元気にフレイル予防(渋谷区生涯活躍推進課)</p>	<p>人生100年時代と言われる今、「フレイル」予防がとても大切です。毎日元気に過ごすため、今日から実践できる食事のお話をします!</p> <p>【主な内容】※前年度とほぼ同一内容の講座です。 ・フレイルについて ・バランスの良い食事の摂り方 ・自分に必要なたんぱく質について</p> <p>※フレイルとは フレイルは、「加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」(厚生労働省)とされており、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味します。</p>	<p>令和5年7月3日(月)15:00~16:00</p>	<p>渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)</p>	<p>区栄養士</p>	<p>6月8日~6月22日</p>	<p>無料</p>	<p>なし</p>			<p>6/8~6/22</p>	<p>7/3</p>						
<p>渋谷ひと駅散歩:「渋谷の再開発を探る」2代官山駅~渋谷駅(渋谷区生涯活躍推進課)</p>	<p>数年前、東急東横線の線路が一部地下に移設されたこととともない、跡地が再開発され、新しいスポットが、いくつも誕生しました。今回は、代官山駅から渋谷駅へと、線路の跡地を辿りながら、街の変化を体感してみませんか。代官山駅→代官山アドレス(代官山エリア唯一の超高層ビル)→渋谷ブリッジ(保育所・ホテル・店舗・オフィスなどからなる複合施設)→旧東横線跡地の遊歩道「渋谷リバー 스트リート」→渋谷川→渋谷ストリーム(旧東横線渋谷駅のホームや線路の跡地などを再開発)→渋谷スクランブルスクエア(渋谷エリア最高の高さ約230m)など→16:00渋谷駅解散予定</p>	<p>令和5年7月5日(水)14:00~16:00</p>	<p>代官山及び渋谷周辺</p>	<p>歴史講師 近藤 圭二 氏</p>	<p>6月9日~6月23日</p>	<p>無料</p>	<p>なし</p>			<p>6/9~6/23</p>	<p>7/5</p>						
<p>JAXA 宇宙飛行士選抜試験への挑戦(渋谷区生涯活躍推進課)</p>	<p>2008~9年に行われた第5期 JAXA宇宙飛行士選抜試験でファイナリスト10人まで残った宇宙船技術者が試験を経て感じたことを語ります。日本の今後の宇宙開発事業についても触れます。当日受講生には講師の書籍をお渡しします。(受講料には講師の書籍代を含みます)</p>	<p>令和5年7月28日(金)14:00~16:00</p>	<p>渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)</p>	<p>第5期JAXA宇宙飛行士選抜試験ファイナリスト 内山崇 氏</p>	<p>6月30日~7月14日</p>	<p>2,000円(受講料)(全1回)</p>	<p>なし</p>			<p>6/30~7/14</p>	<p>7/28</p>						

自主企画講座
8月開催

自主企画講座
8月開催

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
<p>「新選組の基礎知識」講座(渋谷区生涯活躍推進課)</p>	<p>天誅の嵐が吹き荒れた幕末の京都の治安維持に身を賭したことで人気の高い新選組。しかし、小説などの影響で、誤解されている点が、少なくありません。そこで、新選組結成160年という記念すべき年に、新選組の基礎について、丁寧にお話しします。</p>	<p>令和5年8月4日(金)14:00~16:00</p>	<p>渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)</p>	<p>歴史講師 近藤 圭二 氏</p>	<p>7月10日~7月24日</p>	<p>無料</p>	<p>なし</p>				<p>7/10~7/24</p>	<p>8/4</p>					
<p>植物の生存戦略から学ぶ病原菌やウイルスとの共生について(渋谷区生涯活躍推進課)</p>	<p>陸上植物が地上に登場したのは、人類が誕生した700万年前よりはるか昔の5億年前。その時から、さまざまな病原体と向き合ってきた植物の生存戦略から、私たちが学ぶべき点はあるのだろうか。ウイルスや細菌の存在が生物の多様な進化と繁栄をもたらしたという観点からコロナ禍を生きる現代の我々とウイルスとの共生について考える。</p>	<p>令和5年8月31日(木)13:30~15:00</p>	<p>渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階)</p>	<p>東京農業大学 生命科学部 分子微生物学科 植物共生微生物学研究室 教授 齋藤宏昌 氏</p>	<p>8月3日~8月17日</p>	<p>無料</p>	<p>なし</p>				<p>8/3~8/17</p>	<p>8/31</p>					

大学連携
9月開催
【学校法人文化学園】

大学連携
9月開催
【学校法人文化学園】

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
本格ミシンでつくる”レザーショルダーバッグ”(学校法人文化学園)	まちがあり、ファスナー付きの本格的な革のショルダーバッグを製作します。特殊ミシン(腕ミシン)を使用し、外縫い仕立ての本格的な仕様です。小さめのお財布やスマートフォンを入れるのにちょうど良い大きさ。太めのショルダーベルトで肩への負担を軽減したデザインです。材料費(革、裏地、金具代)として別途9,000円程度かかります。受講者は一般的なミシンを使用してもものづくりの経験がある方とさせていただきます。	令和5年9月2日/16日 (土曜日全2回(4コマ) 計8講座) *1 コマ=2講座換算 10:00 - 16:00(昼休憩1時間)(150分×2コマ)	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)	文化服装学院専任講師 白方 茜	7月14日~8月18日	16,000円(全2回)	材料費(革、裏地、金具代)として別途9,000円程度					7/14~8/18	9/2,16				
今日着たい服が今日できる!(学校法人文化学園)	初心者でも大丈夫!「Today's Pattern」を使ってソーイング。ソーイング向け型紙通販サイト「ハンドメイド・カンパニーパターン」の”Today's Pattern”の中から好きなデザインを選び製作します。裁断や縫い方のコツなど丁寧な説明を受けながら製作し、3回で完成させましょう。きれいにできるコツを学びながら着たい服をつくろう!布地や付属品、「Today's Pattern」の型紙は別途必要で当日購入可能です。	令和5年9月19日/26日/10月3日 (火曜日全3回 計6講座) *1回=2講座換算 10:00 - 12:30(150分)	文化服装学院内講義室・実習室 (当日エントランスロビーにて掲示発表)	元文化服装学院講師 竹本 裕美	8月1日~9月1日	12,000円(全3回)	材料費 パターン代 1,320円~、布地・付属品代は別途					8/1~9/1	9/19,26,10/3				

自主企画講座
9月開催

自主企画講座
9月開催

講座名	講座内容	開催日程	開催場所	講師名	申込期間	受講料	材料等	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
映えスポット 旧前田侯爵邸を撮る(渋谷区生涯活躍推進課)	東京大学の駒場キャンパスがあることで知られる目黒区駒場には、加賀百万石の藩主だった前田家のお屋敷が建っています。外観はもちろん、館内のどこをとっても「映える」写真を撮ることができる優美な旧前田侯爵邸にご一緒しませんか? 駒場東大前駅→東京大学駒場キャンパス→日本近代文学館(日本初の近代文学の総合資料館)→旧前田家本邸(加賀百万石の藩主だった前田家のお屋敷。重要文化財)→日本民藝館→駒場野公園(日本の農学発祥の地「ケルネル田んぼ」、バードサンクチュアリ、自然観察舎など)など→16:00駒場東大前駅解散予定	令和5年9月6日(水)14:00~16:00	駒場東大前周辺	歴史講師 近藤 圭二 氏	8月9日~8月25日	無料	なし					8/9~8/25	9/6				