

# 冬の講座・イベントガイド

さまざまな講座・イベントがいっぱい。あなたに合った楽しみや学習を見つけてみませんか。

日 / 日時 会 / 会場 対 / 対象 定 / 定員  
参 / 参加費 持 / 持ちもの 申 / 申し込み  
問 / 問い合わせ

\* 対 / どなたでも 定 / なし 参 / 無料  
持 / なし 申 / 不要の場合は記載を省略しています。  
※ 定員のある講座・イベントについては、全て先着順です。  
※ 申込・問い合わせは休館日を除く。年末年始の休館日は施設ごとに異なりますのでご注意ください。(詳しくは表紙をご覧ください。)

## 公民館・その他

### 11月の講座・イベント

#### 西部地域ふれあい作品展

西部地域を拠点にしている様々な団体の作品を展示します。  
日 11/28(土) 9:00~17:00  
(西部公民館は13:00~17:00)  
11/29(日) 9:00~14:00  
会 西部公民館・西部福祉センター  
問 西部公民館 76-9393  
西部福祉センター 72-6616

### 12月の講座・イベント

#### 第23回昭林落語会

日々の生活に「笑い」足りていますか?  
ずっと笑って、元気になりますよ。  
日 12/19(土)  
14:00~16:00(開場13:30)  
会 昭林公民館  
定 80名  
問 昭林公民館 77-6688

### 1月の講座・イベント

シルバーカレッジ21期生 作品展  
日 1/15(金)~1/17(日)  
9:00~17:00(17日(日)は15:00まで)  
会 市民ギャラリー  
問 生涯学習課 76-1515

## 福祉センター

### 11月の講座・イベント

シニア介護予防講座  
**脳工クササイズ**  
カラダを使しながら脳を活性化させましょう  
(シナプロロジー®)  
日 11/6(金)  
14:00~15:00  
会 西部福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 10名  
持 飲料、汗拭きタオル  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

### 1月の講座・イベント

#### シニア介護予防講座 **脳工クササイズ**

カラダを使ながら脳を活性化させましょう  
(シナプロロジー®)  
日 1/15(金)  
14:00~15:00  
会 作野福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 10名  
持 飲料、汗拭きタオル  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

### 12月の講座・イベント

#### シニア介護予防講座

#### 遊書

毛筆で季節に合った言葉を楽しく書きます。  
日 12/4(金)、2/4(木)  
13:30~14:30  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 20名  
参 100円  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

#### 万福体そう

ストレッチ、筋トレ、脳トレ、口腔体操を行います。  
日 12/9、23、1/13、27、2/10、24、3/10、24(水)  
13:15~14:45  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 15名  
持 運動できる服装、飲料  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

#### 脳工クササイズ

カラダを使ながら脳を活性化させましょう  
(シナプロロジー®)  
日 12/10(木)  
14:00~15:00  
会 安祥福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 20名  
持 飲料、汗拭きタオル  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

#### 季節の折り紙教室

季節に合った折り紙の作品を作ります。  
日 12/11、2/12(金)  
13:30~15:00  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 10名  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

#### 花と器のマリアージュ

簡単な花器を作り、季節の花を組み合わせて楽しめます。  
日 2/10(水)  
10:00~11:00  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 10名  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

#### 体验!棒びくす<sup>®</sup>

90cmのヒノキ棒を使い、ストレッチやエクササイズを行います。  
日 12/16(水)  
13:30~14:30  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 15名  
参 300円  
持 室内用運動靴、運動できる服装、飲料、汗拭きタオル  
申 11/17(火)9:00~電話窓口にて先着順に受付  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

### 2月の講座・イベント

#### シニア介護予防講座

**体验!ノルディックウォーク**  
ノルディックウォークの歩き方を学び、ウォーキングに生かします。  
日 2/3(水)  
10:00~11:00  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上で30分以上歩行が可能な方  
定 20名  
持 運動できる服装、飲料、汗拭きタオル  
申 1/5(火)9:00~窓口にて先着順に受付  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

#### 花と器のマリアージュ

簡単な花器を作り、季節の花を組み合わせて楽しめます。  
日 2/10(水)  
10:00~11:00  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 10名  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

### 3月の講座・イベント

#### シニア介護予防講座

**笑いヨガ**  
笑いの体操とヨガの呼吸法を合わせ、ストレスを軽減させましょう!  
日 3/30(火)  
13:30~14:30  
会 総合福祉センター  
対 定 市内在住の概ね65歳以上 15名  
持 飲料  
問 総合福祉センター介護予防係 77-7896

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、施設に入館の際は必ずマスクを着用してください。

# 自主グループ 主催講座

自主グループ主催講座とは、公民館で学習活動を行っている自主グループのみなさんが、日々活動している施設と時間帯を利用して主催・運営する講座です。内容はすべて初心者を対象とした入門編です。この機会にぜひ受講してみてはいかがでしょうか。

その他、安城市の各公民館・青少年の家では仲間づくりをはじめ、教養を高めたり、技術を身につけようなど多くのグループが活動しています。  
詳しくは各地区公民館に置いてある  
**「自主グループ参加会員募集中」という冊子をご覧ください。**



受付日 11/29(日)

受付会場 北部公民館

受付方法 受付の12:45~13:00に北部公民館にお集まりください。  
13:00の時点で定員を超えた場合は、即時抽選にて受講者を決定します。  
定員に達しなかった場合は、受付日以降も北部公民館にて受付します。

受講資格 市内に在住・在勤の人が講座ごとに定める対象者。

団体名 スポーツウエルネス吹矢 安城翼

スポーツウエルネス吹矢

開催日 1/14、28、2/11、25(木)

対象 18歳以上

的に向い精神を集中し、一気に吹いてストレス発散!腹式呼吸で内臓を活発にして健康増進!仲間と一緒にスポーツウエルネス吹矢を楽しみませんか。

会場 北部公民館  
定員 10名  
回数 4回  
時間 13:00~15:00  
参加費 1,500円

# 親子・子育て関連講座

※新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては「ほのぼのクラブ」「ベビーマッサージ」「親子クリエイターズクラブ」「親子で国際交流」をリモート講座に切り替えて開催する予定です。



親子向け  
for Parent and Children

日時	会場	対象	参加費
1/19、2/2、16、23(火) A.9:30~10:30 B.11:00~12:00 申込時にA、B選択	昭林公民館 未就園児親子 各5組	参加費	1,500円(初回一括集金・材料費込み)
2/23、3/2、9、16(火) A.9:30~10:30 B.11:00~12:00 申込時にA、B選択	東部公民館 未就園児親子 各5組	参加費	2,200円(初回一括集金・材料費込み)
1/27、2/17、3/3(水) 10:00~12:00 申込時にA、B選択	ingハウスここから 就園・就学児を持つ保護者 5名	参加費	1回200円(1回のみの単発受講)
1/29、2/5、12、19(金) A.10:00~11:30 B.13:00~14:30 申込時にA、B選択	昭林公民館 ハイハイ前の赤ちゃんと母親 各5組	参加費	2,000円(初回一括集金・オイル、テキスト代込み)
2/4、18、25(木) 10:00~12:00 申込時にA、B選択	昭林公民館 未就園児親子 5組	参加費	1,500円(初回一括集金)
1/20、2/10、24(水) 10:00~12:00 申込時にA、B選択	ingハウスここから 未就園児親子 5組	参加費	1,500円(初回一括集金)

「昭林ほのぼのクラブ」「親子らくだの会」「ベビーマッサージ」「親子クリエイターズクラブ」「親子で国際交流」は地域子育て支援事業(通称:つどいの広場事業)(あんぱーく 72-2317)、「東部ほのぼのクラブ」は子育ち親育ち広場事業(生涯学習課 76-1515)です。

ほのぼのクラブの内容の詳細はNPO法人ingのウェブサイトをご覧ください。

11/2(月)9:00~  
QRコード対応端末、もしくはNPO法人ingのホームページ「講座申込」よりお申込みください(電話申込不可)。  
どちらの方法もできない場合、「講座名、氏名、お子さんの名前(ふりがな)、年齢、性別、連絡先」をメールでNPO法人ingへ。  
Eメール npo\_ing@yahoo.co.jp \*受信できるように設定をお願いします  
NPO法人ing 090-1826-7289(松岡)

携帯用QRコード



NPO法人ing 検索

# プラネタリウムニュース

音楽の星空

## プラネタリウムで旅気分2020秋

今夜の星空をご案内の後、厳選された音楽と共に「美しい地球」そして「広大な宇宙」の旅へ  
最新鋭のプラネタリウムで大自然の旅をバーチャル体験しましょう!(CD音源)

日 時:11/22(日)15:00~(約70分間)  
※途中10分間の換気休憩があります  
解 説:アイ・プラネット  
対 象:どなたでも  
観覧料:大人400円、小中学生200円、幼児150円

新春スペシャル

## 新春の星空 ~古典に登場する星たち~

日本古典、清少納言の「枕草子」、藤原定家の「名月記」には、冬の代表星座「おうし座」にちりばめられた星が登場します。その背景を紹介しながら、星の一生に迫ります。

日 時:1/17(日)15:00~(約70分間)  
※途中10分間の換気休憩があります  
解 説:天文研究家 浅田英夫  
対 象:どなたでも  
観覧料:大人400円、小中学生200円、幼児150円

星とアロマのひととき

## 宇宙のかけらを探しに行こう

「ベツレヘムの星」をはじめ、冬の大三角の中に姿を現す幸せのユニコーンなど、宇宙にあふれるロマンを探そう。満天の星空の下で心ゆれる、ホッとひと息しませんか。(リラクゼーションを目的とした中学生以上限定のプログラムです。小学生以下の入場はご遠慮ください。)

日 時:12/9(水)、11(金)、12(土)19:00~(約70分間)  
※途中10分間の換気休憩があります  
※コロナウイルス対策の為、アロマは焚きません  
解 説:アイ・プラネット  
対 象:中学生以上  
観覧料:大人400円、中学生200円

あんプラスペシャル

## 今年注目の天文ショー

2021年は、どんな天文ショーが私たちを楽しませてくれるのでしょうか?そこで2021年に起こる期待の天文ショーを一挙紹介します。

日 時:2/28(日)15:00~(約70分間)  
※途中10分間の換気休憩があります  
解 説:天文研究家 浅田英夫  
対 象:どなたでも  
観覧料:大人400円、小中学生200円、幼児150円

クリスマススペシャル

## はやぶさ2 ~小惑星リュウグウの謎~

12/6(日)、小惑星探査機はやぶさ2が、小惑星リュウグウから、クリスマスプレゼントを携えて地球に帰ってきます。はやぶさ2の活躍とリュウグウの謎に迫ります。

日 時:12/20(日)15:00~(約70分間)  
※途中10分間の換気休憩があります  
解 説:天文研究家 浅田英夫  
対 象:どなたでも  
観覧料:大人400円、小中学生200円、幼児150円

あんプラスペシャル

## ガリレオが観た宇宙 ~地動説の確立~

人類史上初めてガリレオが望遠鏡を宇宙に向けてから410年あまり。ガリレオが観た宇宙とは?ガリレオの生涯と、天動説から地動説へと大変革を遂げた近代天文学への道をたどります。

日 時:3/21(日)15:00~(約70分間)  
※途中10分間の換気休憩があります  
解 説:天文研究家 浅田英夫  
対 象:どなたでも  
観覧料:大人400円、小中学生200円、幼児150円

- ・観覧券は当日9:00よりプラネタリウム前券売機にて販売します。
- ・3歳以下の小さなお子さま、保護者の膝の上でご観覧の場合は、保護者1名につきお子さま1名に限り無料でご観覧いただけます。
- ・障害者手帳をお持ちの方及びその介護者1名は割引があります。

・通常番組の投映スケジュールは市公式ウェブサイト、  
QRコードまたはあんてなアプリからご覧いただけます。

問い合わせ 生涯学習課(へきしんギャラクシープラザ内) 76-1515



# おうちde川柳!

## ～コロナに負けず家族で脳トレ～

### お題 新型コロナウイルス 川柳審査結果発表

7/1～31に、市公式ホームページ上で募集したところたくさんの応募がありました。優秀賞に選ばれたのは、以下のジュニア部門(中学生以下)5句、おとな部門(高校生以上)5句です。ご応募ありがとうございました。

#### ジュニア部門

「いってきます」「マスクもった?」と ハハがきく  
作 ひまりん

寸評  
新型コロナで変わった生活。朝の会話にこんなことばも加わりましたね。

#### おとな部門

濡れ衣だ 安城コロナ かわいそう

作 山本 稔

寸評  
確かに。安城市民にとって「コロナ」と言えば「安城コロナ」だったのに。

今日ダンス 守るソーシャル ディスタンス

作 鈴木 隆広

寸評  
「ソーシャルディスタンス」は新型コロナウイルスの登場によってよく聞かれるようになった言葉の一つですね。「ダンス」に似た楽しげな言葉なのに。

コロナゆえ 廊下隔てて 投げキッス

作 百合子

寸評  
恋人たちをも隔てる新型コロナ。それに負けじと投げキッス。その元気さがgood。

喋るたび 上下にズレる アベノマスク

作 長坂 幸子

寸評  
微妙な大きさが何かと話題になる「アベノマスク」。それをうまく表現されました。

来年も わくわくできるね 東京五輪

作 鳥居

寸評  
新型コロナで延期になったオリンピックについて、こんなに前向きにとらえられるとは、素敵です。

選者・講評:二村 典子(ねじまき句会)

#### 全体評

新型コロナウイルスによって変わってしまった生活。つらいこと、面倒なことも増えました。そんな中良い作品がたくさんありました。そして前向きな作品に心ひかれました。ことばにする、川柳を作ることによって少しでもプラスの方向へ気分が向くことを願っています。  
～もっと川柳に挑戦してみたい方へ～

サラリーマン川柳のような川柳のコンテストは数多く存在しています。インターネットで検索してみてください。新聞の川柳欄への応募もよいでしょう。また、じっくり川柳について学びたい方は、公民館などの自主グループに参加されるのはいかがでしょうか。

問い合わせ 生涯学習課(へきしんギャラクシープラザ内) 76-1515