

講座名	講座内容	講師・会場	日時・定員	申込締切日
24 健 100才目指す健康づくり 「みんなで腸活」 (全5回) カイエー薬局グループ 協賛講座	いつまでも明るく元気に、100才を目指して暮らすための健康づくり講座です。 日常の健康維持に役立つ知識を、現役の薬剤師、管理栄養士、整体ボディケアセラピスト、臨床検査技師のみなさんから学びます。 今回は100才を目指して「みんなで腸活」です。 ① 基本から学ぶ「腸活の基礎」(カイエー) ② さあ実行「ストレッチで腸活」(柏) ③ みんなで学ぶ「腸活からの免疫力」(カイエー) ④ 検査でチェック「(胃)腸の健康診断」(関口) ⑤ 調理実習「美味しく食べて腸活」(カイエー)	カイエー薬局グループ 薬剤師、管理栄養士さん 柏としえさん (ボディケアセラピスト) 関口 光夫さん (臨床検査技師)  会場:市民大学 +ステラウエスト	6月 4日(火) 7月 2日(火) 8月 6日(火) 9月 3日(火) 14:00~16:00 10月 1日(火) 11:00~14:00  定員: 20名	5月31日(金)  受講料1,000円 別途調理材料費 (500円)
24 活 人生100年時代の終活 (全3回)	人生100年時代を前向きに心豊かに暮らすために自分らしい人生について考えてみませんか。 遅かれ早かれ、いつかは誰かに支援してもらう日が来ます。ちょっと整理整頓、心の整理をしてみませんか。 ① 心の整理、やさしい終活 ② 心のつながる葬儀 ③ 迷惑をかけないやさしい相続	(一社)ライフ・パートナーズ (株)東上セレモサービス  会場:東上セレモニーホール ふじみ野	6月21日(金) 7月20日(土) 8月29日(木) 14:00~16:00  定員: 20名	6月14日(金)  受講料1,000円
24 美 名画の鑑賞で学ぶ 「北欧のルネサンス」 (全3回)	北ヨーロッパで大きく花開きイタリアルネサンスとは違った独自の表現を生んだ北方ルネサンス。第1回はファン・エイクに代表される細密な写実の発生と展開。第2回はボスやブリュゲルなど北方ルネサンス特有の風刺と奇想。第3回は、宗教改革の渦中を生きたデューラー、クラナハ、ホルバインを中心としたドイツルネサンス。多くの作品を鑑賞しながら、北方ルネサンスの特質を学びます。	大川 正さん (東京藝術大学卒、 画家、元高校美術教諭)	6月 1日(土) 6月 8日(土) 6月22日(土) 14:00~16:00  定員: 20名	5月24日(金)  受講料1,000円
24 歴 地域の歴史を学ぶ 「地名を歩こう」 (全3回)	ふじみ野の歴史を講義と現地踏査から学びます。市内の地形と地名の由来、相関を学びます、さらに現地を訪ねて体感して理解を深めます。 ① 地名考(地名の由来と伝承) その1 ② 地名考(地名の由来と伝承) その2 ③ 現地踏査(講義内容を現地で体感) ※ふじみ野市内で集合解散(約4キロを予定)	坪田 幹男さん (市文化財保護審議会委員)  会場:市民大学 +ふじみ野市内	7月 6日(土) 7月13日(土) 14:00~16:00 9月25日(水) 9:00~12:00 ※現地集合解散 定員: 20名	6月28日(金)  (含:保険代金) 受講料1,000円
24 和 古典和歌入門(その3) 「新古今和歌集の魅力」 (全3回)	万葉集を起源とする古代王朝文化への理想を和歌に求め「古今和歌集」を規範とし、平安末期から鎌倉初期に成立した新古今和歌集を紐解きます。後鳥羽上皇の決意として、藤原俊成、藤原定家の古典世界と重層する高度な宮廷和歌として、そして「古き詞と新しき情」に託された思いとしての新古今和歌集を学ぶ講座です。	若松 永咲さん (書家、 日本教育書道連盟名譽教授、 同公認審査員)	5月31日(金) 6月14日(金) 6月28日(金) 14:00~16:00  定員: 20名	5月24日(金)  受講料1,000円
24 M ふじみ野シネくらぶ 「人生賛歌」 (全4回)	多様な社会、文化を、時代を、映画を通して学び人生を考えた遅かな昭和。思い出と共に在る映画のあのシーン、もう一度、一緒に感動を共有してみませんか。講師の貴重なコレクションからテーマを選んで開催します、その解説にもご期待を。あなたの感想、思い出話も大歓迎の「ふじみ野シネくらぶ」が始まります。 ① ニュー・シネマ・パラダイス(1989イタリア) ② ひまわり(1970イタリア) ③ ニュールンベルグ裁判(1961アメリカ) ④ シェルブールの雨傘(1964フランス・西ドイツ)	外川 剛さん (映画の伝道師) 丹 俊幸さん (キャリアコンサルタント)  会場:市民大学	5月25日(土) 6月29日(土) 7月27日(土) 8月31日(土) 13:30~16:30  定員: 20名	5月24日(金)  会費1,000円 (全4回分)
24 DX デジタルひろば (デジタル活用 +生活情報交換) (毎月第2・4火曜日)	デジタル時代をみんなで「ワイワイガヤガヤ」と楽しく学ぶ「デジタルひろば」参加者募集です。スマホと同じ操作で、画面の大きいAndroidタブレットを併用します。ネットでユーチューブ・テレビ・ラジオ・音楽・読書脳活クイズ・脳トレゲームを楽しみます。買物、ランチ予約、医院・薬局の予約、銀行残高の確認も、みんなで一緒に挑戦します。お茶を飲み、世間話のできる「ひろば」です。タブレットは市民大学で準備します。 ※ 参加条件:文字入力とメールの出来る方 ※ 毎月2回、継続して参加出来る方	NPOふじみ野みらい  会場:市民大学	6月11・25日 7月 9・23日 8月13・27日 9月10・24日 10月 8・22日 (第2・4火曜) 14:00~16:00  定員: 5名	5月24日(金) 申込はQRコード (ホームページ) からのみ  会費 500円 (毎回必要です)

受講申込書 (FAX持参用)

受講希望講座名: 24 - 健、活、美、歴、和、M (○をつける)	申込日: 令和 6 (2024) 年 月 日	
フリガナ	生年月日	年齢
氏名	昭和・平成 年 月 日	才
住所 ふじみ野市 (〒356- )	市外の方は市内勤務先・市内在学先の名称 ( )	
連絡可能な電話番号	受信可能なメールアドレス @	