



～ひとがふれあう学習ひろば～

NPO法人 市民大学ちた塾

## 令和7年度後期(秋冬)講座のお知らせ

### 学生募集期間

令和 7 年 9 月 1 日(月)～ 10 日(水)必着！

### 新講座紹介

新規教員 9 名、復帰教員も含めて 12 講座を準備しています！  
スペシャル講座もお楽しみに♪



# ちた塾 メイト

令和7年8月  
第107号



33

### 初歩の初歩から 韓国語

★関山 敏男 **NEW**  
★水曜午後  
★市民活動センター

日本語に例えると「あいうえお」から始めます。文化や様々な習慣などについてもお話します。日本語に最も近い外国語に触れてみましょう！

73

### 北欧アイルランドの笛 「ティン・ホイッスル」入門

★神野 仁志 **NEW**  
★火曜午前  
★勤労文化会館

素朴で哀愁ある音色がとても素敵な縦笛です。楽器の持ち方や押さえ方からスタート♪ケルト音楽独特な奏法などにも触れていきます。

118

### 心と身体の デトックスヨガ

★吉田 麻由美 **NEW**  
★木曜夜  
★勤労文化会館

循環力を高めるポーズをとりいれリンパを刺激してデトックスしていきます。体のだるさ、頭痛、肌荒れが気になる方におすすめです！

132

### 「コグニサイズを楽しむ」 頭と体を使って 元気になる

★岡本 径子  
★水曜午後  
★こども未来館



国立長寿医療研究センター開発「コグニサイズ」は頭と手足を同時に動かすことで血流を促進する有酸素運動です。皆で楽しみながら運動しましょう！

147

### 有酸素運動でスッキリ!! バレトンエクササイズ

★白倉 リサ **NEW**  
★木曜午前  
★勤労文化会館



バレエ、ヨガ、フィットネスの3つの要素を含んだエクササイズ！体力・筋力UP、美しい姿勢を楽しみながら目指せます！初めての方も大歓迎♪

155

### 楽しく声活♪ 「音読」で脳トレ& 声美人

★小菅 陽子 **NEW**  
★水曜午後  
★東部まちづくりセンター



音読を通して、脳や声帯、表情筋のトレーニングをします。仲間と一緒に声を出し、心と体をリフレッシュさせましょう♪

156

### お灸でセルフケア♪ ～心も身体も ほっかほっか～

★橋本 祥子 **NEW**  
★木曜午前  
★大興寺まちづくりセンター



お灸は肩こり、目の疲れ、腰痛、冷え、膝痛、むくみなどの症状の改善が期待できます！つぼの場所も一緒に探してみましょう！

198

### 多肉が似合うモルタル ミニチュアガーデン

★可児 八代  
★水曜午前  
★ふれあいプラザ



造形専用のモルタルを使って、ハウスや切り株型などのガーデン雑貨を作ります。多肉植物などと組み合わせ楽しんでいただけます。

219

### ネット時代の 大人の情報リテラシー

★山田 篤人 **NEW**  
★木曜夜  
★市民活動センター



ネット上にあふれる情報を正しく見極め、安全に使うための「情報リテラシー」などを身につけます。医療DXについても解説します。

220

### 楽しい人形劇 「人形作りから はじめよう！」

★林 達美 **NEW**  
★土曜午前  
★こども未来館



人形劇は不器用さんでも恥ずかしがり屋さんでも年齢経験関係なく誰でもできます！簡単な人形を作り人形劇に挑戦してみましょう！

232

### なつかしの家庭料理を 楽しく作しましょう！

★肥田 恵子 **NEW**  
★水曜午前  
★旭まちづくりセンター



スーパーで手に入る材料を使った和洋中の家庭料理を作りましょう！母親から習ったレシピで昭和レトロなクッキングを楽しみましょう！

233

### 米粉でカンタン おやつ作り

★伊藤 佳世 **おかせい**  
★木曜午前  
★旭まちづくりセンター



米粉、オートミール、菜種油、ミネラルいっぱい砂糖などを使って、簡単・手軽にお菓子を作ります。バター・牛乳は使いません。

500  
501

### 新そばを 打ってみよう！

★沖 美千代  
★日曜午前/午後  
★岡田まちづくりセンター



前回大好評だった初心者・女性でも簡単に打てるそば打ちです。わいわいしながら楽しく新そばを打ってみよう！

502

### 今日から できる足のケア

★長利 麻衣子  
(知多半島フットケア  
サポート会)



★日曜午前  
★市民活動センター

足爪や皮膚を病氣・怪我から守り、いつまでもご自身で歩ける丈夫な足を守るため、日頃から家でもできるお手入れ方法をお伝えします。





## 教員称号認定 おめでとうございます！

ちた塾では、継続して講座を開設していただいている教員の皆さんに、講座が成立した期間（半期を1期とする）によって教員称号を認定しています

Good Teacher!



**ゴールド教授になりました** ☆20期以上30期末満

永尾 洋子



**教授になりました** ☆9期以上20期末満

佐々木 トシ子    五藤 和子    百瀬 友香里    堀 美幸    島立 知枝    根木 花



**准教授になりました** ☆5期以上9期末満

桑山 祥博    大村 千香子    本田 由美    新美 昌輝    辰巳 順子

(敬称略)

あなたの力を  
教員として  
活かしてみませんか？

令和8年度前期（春夏）講座

### 市民大学ちた塾 新規教員募集！

＜募集期間＞ 9月1日(月)～9月30日(火)まで

＜応募資格＞ 18歳以上の方なら市内外を問わず  
どなたでも応募できます(資格は問いません)

＜講座開設＞ 令和8年4月～9月 (10回または5回コース)

＜講座内容＞ 知多市内のまちづくりセンターなどの  
施設で教えることができるもの

(営利目的、政治活動、宗教布教に類するものを除きます)

＜講師謝礼＞ 20人定員で1回5,000円(学生数に応じて増減あり)

**お問合せは事務局まで！**

ちた塾の活動を  
支援していただける  
NPO会員を  
募集しています！

### 令和7年度通常総会を終えて

令和7年度NPO法人市民大学ちた塾通常総会を  
5月29日(木)に市民活動センターで  
会員20名出席のもと、開催しました。

当日の議案は令和6年度事業報告、決算ならびに  
監査報告、ちた塾役員の選任(案)、令和7年度  
運営方針(案)、事業計画(案)、予算書(案)について  
審議し、原案どおり可決されました。

また、「今後期待されるちた塾の  
役割」について、意見交換を行いました。



### 事務局からのお知らせ

令和8年度前期（春夏）講座から、  
学生募集期間が、

**4月**から**3月**に変更になります。

生涯学習ガイドブック「コノハナ」も  
広報ちた3月号と一緒に配布されます。  
お申し込み忘れにご注意ください！

### ★NEW FACE★



7月からちた塾事務局に  
なかむら さとみ  
入局しました中村 里美です。  
よろしくお願いします。



学びながら 教えながら 楽しみながら  
NPO法人 市民大学ちた塾 〒478-0047 知多市緑町12番地の1市民活動センター内  
TEL : 0562 (87) 1625 FAX : 0562 (87) 2058  
e-mail : [konohana.chitajuku@chitajuku.org](mailto:konohana.chitajuku@chitajuku.org) URL: <https://www.chitajuku.org/>  
事務局開局時間：火～金曜日 9:00～15:00 (祝日・夏季休日・年末年始を除く)



HP



Instagram

