



さがまちカレッジ

学ぶことは、面白い —暮らしの中の身近な学び—

申込方法	各講座に記載の申込期間内に、さがまちコンソーシアムホームページにある申込フォーム、または受講申込書を郵送またはFAXで、さがまちコンソーシアム事務局へお申し込みください。申込締切までに定員に達しない場合は、引き続き申込みを受付けます。	
申込先	申込フォーム： https://sagamachi.jp/manabi/consuniv/mousikomiform.php 郵送：〒252-0307 相模原市南区文京2-1-1 FAX：042-703-8536 ※受講申込書は、ホームページからダウンロード、または、町田市・相模原市の公共施設で配布しています。講座によって、配布時期が異なりますので、ご注意ください。	
問合せ	042-703-8535 メール college@sagamachi.jp (さがまちコンソーシアム事務局(相模原・町田大学地域コンソーシアム))	

歌って ハモって Smile! Smile! Smile! 《秋》

「歌は人生に潤いと励ましを与えてくれます。人生に歌がなかったら、どんなにか、それは殺風景なものでありましょう。」と玉川大学創立者の小原國芳は愛吟集の序文でこう述べています。人が集い、共に声を合わせて歌う事は私たちが生きていく上では欠かせないものです。今一度、歌う事の喜びを思い出し、心に潤いを与え、皆様と共に笑顔になりましょう!! この講座では童謡・唱歌や季節の歌、なじみの歌を歌います。更に、合唱曲にも挑戦し、綺麗なハーモニーも感じてみたいと思います。

講師	元玉川大学 通信教育部 助教 全日本合唱教育研究会顧問他 千葉 佑 氏		
日時	10月9日(月・祝)・29日(日)・11月26日(日)全3回 14:00~16:00	定員	80名(申込順)
会場	町田市生涯学習センター 7階 ホール (町田市原町田6-8-1)	費用	3,000円

ハンドベル集中講座～天使のハーモニーを楽しむ～

毎回好評をいただいているハンドベル体験講座をこの秋も開催します。ハンドベルはその音の響きの美しさから“天使のハーモニー”ともいわれています。人々がともに音楽を奏で親しく交わる機会を与えてくれ、一人で演奏したのでは味わうことができない音楽演奏の喜びを教えてください。イングリッシュハンドベルを用いて、2日間の集中講座でベルの持ち方から始め、ハンドベルの名曲を参加者全員で力を合わせて完奏することを目指します。初めてハンドベルを持つ方大歓迎です。一緒に演奏を楽しみましょう。

講師	元玉川大学 通信教育部 助教 全日本合唱教育研究会顧問他 千葉 佑 氏	会場	町田市生涯学習センター 7階 ホール (町田市原町田6-8-1)
日時	①11月3日(金・祝) 14:00~16:00 ②11月4日(土) 10:00~16:00 ※昼休憩あり 全2回	申込期間	10月1日(日)まで
		定員	16名(抽選)
		対象	中学生以上
		費用	6,500円



さがまちカレッジ

学ぶことは、面白い —暮らしの中の身近な学び—



さがまちカレッジ

人生の転換期、どう対処する？コーチング心理学の活用

コーチングというとスポーツの指導方法というイメージを持たれるかもしれませんが、現在はスポーツに限らず教育やビジネスなど多くの分野で活用されています。この講座では、自分や周囲の人たちのやる気を引き出す関わりについて、心理学に基づいたコーチングを体験します。特に、子育てがひと段落ついた方や定年退職し新たなライフスタイルを検討したいという人生の転換期にある方、そのような方をサポートしたいと考えている方の役に立つものにして考えています。

講師	桜美林大学大学院 教授 石川 利江 氏	申込期間	10月1日(日)まで
日時	11月4日・11日・25日 全3回 いずれも土曜日 10:00~12:00	定員	30名(抽選)
会場	町田市生涯学習センター 学習室1・2 (町田市原町田6-8-1)	費用	3,000円

【特別講座】『ストレスや不安をためないための子育てミニ講座！』 & オリジナル缶バッジづくり！

「子どもをつい怒鳴ってしまった」「保護者同士の関係が心配」……。子育てによるストレスや不安は、誰もが身近なテーマです。そこで今回、ストレスや不安との向き合い方について、子育て支援の現場で活動しているカウンセラーが解説します。ポジティブ思考で子育てをとらえるきっかけにしませんか？お話の後は、簡単にできるオリジナル缶バッジを作ります。

講師	和光大学 現代人間学部 教授 菅野 恵 氏	申込期間	10月15日(日)まで
日時	11月16日(木) 15:30~16:30	対象	未就学児の保護者とお子さん
会場	ユニコムプラザさがみはら (相模原市南区相模大野3-3-2bono相模 大野サウスモール3階)	定員	10組20名(抽選)
		費用	無料

金属は体にとって必要？～金属含有医薬品の話～

金属からイメージされるのは、硬くて丈夫で電気を流す材料ではないでしょうか？また体にとって有毒なイメージを持つかもしれません。しかし、例えば鉄や亜鉛など体にとって必要な金属もあり、その金属がないと生命を維持できないのです。さらに抗がん剤や造影剤のなかには金属が含まれている医薬品もあります。生体必須金属や金属を含む医薬品について学んでみましょう。

講師	昭和薬科大学 薬品分析化学研究室 教授 唐澤 悟 氏	申込期間	10月15日(日)まで
日時	11月24日(金) 14:00~15:30	定員	20名(抽選)
会場	町田市生涯学習センター 6階 学習室1・2 (町田市原町田6-8-1)	費用	1,200円



さがまちカレッジ

学ぶことは、面白い —暮らしの中の身近な学び—



さがまちカレッジ

気を巡らせて“ぽかぽかな体”づくりを目指しましょう！6 ～経絡を整えて免疫力を高めよう～

毎年好評をいただいている講座の第6弾です。今回は、東洋医学で注目される経絡(けいらく)を学び、セルフケアに役立てます。エネルギーラインの経絡は、気・血などを運ぶ通路であり、全身を巡ります。この講座では、主要な12種類の経絡とその働きの紹介や、経絡を整えることで心身に変化をもたらす作用・効果を講師の臨床体験談を交えて解説します。今回は消化機能に関連する経絡を取り上げ、その経絡を巡らせる体操や、消化の働きを助ける経絡体操も体験します。身近なセルフケアとして「気」を整える体験をしてみませんか。

講師	相模女子大学短期大学部 非常勤講師 西村 かおる 氏 カイロプラクター 山本 彩世 氏	申込期間	11月12日(日)まで
		定員	30名(抽選)
日時	12月7日(木) 13:30～16:00	費用	2,000円
会場	相模女子大学 (相模原市南区文京2-1-1)	その他	受講申込書は、10月下旬から配布予定

【こども体験講座】みんな一緒にエコ・プロちゃれんじ！ ～環境問題をプログラミングで表現してみよう！～

みんなと一緒に、環境問題を考えながら、プログラミングを体験してみませんか。環境問題について学び、学んだことをもとにプログラミング環境Scratch(スクラッチ)で表現しましょう。2020年度から環境をテーマにしたプログラミングイベント「さがみはらエコ・プロちゃれんじ」を開催しています。この講座で、イベント応募に向けたアイデアのヒントになるような作品と一緒に制作してみましょう。親子での参加を歓迎します。

講師	青山学院大学 社会情報学部 准教授 南部 和香 氏 助教 吉田 葵 氏	申込期間	11月12日(日)まで
		対象	小学4～6年生とその保護者
日時	12月9日(土) 13:00～16:00	定員	16組(抽選)
会場	青山学院大学 (相模原市中央区淵野辺5-10-1)	費用	1,000円
		その他	受講申込書は、10月下旬から配布予定