



であい ふれ愛 まなびI  
**いなぎICカレッジ**  
Interactive community

# 一般教養講座 カレッジ生募集案内

【平成26年10月開講】



**募集期間** 平成26年7月15日(火)～8月19日(火) 必着

※定員に余裕がある場合には、開講後でも受講できます。

**問合せ先** いなぎICカレッジ事務局(稲城市教育委員会 生涯学習課)

〒206-0803 稲城市向陽台4-6-18 城山体験学習館内

tel.042-370-2822 fax.042-379-3665

受付時間 10時～16時(火曜日～金曜日)

いなぎICカレッジホームページ <http://www.inagiic.net/>

いなぎICカレッジは、「稲城市生涯学習推進計画・Inagiあいプラン」に基づき、開設されています。ICカレッジは、市民ボランティア理事が企画・運営を担い、受講料で運営している全国でも珍しい市民大学です。講座は、市民ボランティア講師による「一般教養講座」と、各大学の教授等によるやさしく、楽しく学べる「プロフェッサー講座」があります。毎年約1,400人の方々に参加いただき活気に満ちた”であい、ふれ愛 学びあい”の場となっています。市民感覚で、個性豊かな講座・講師陣をそろえ、皆様をお待ちしております。この機会にぜひ受講してください！

## 【一般教養講座一覧表】



### 【平日講座】

No	講座名	講師名	回数	会場	曜日・時間	対象
1	<b>NEW</b> シャンソン入門	林 仁美	12	ふれんど平尾	第1・3(火) 10:00~12:00	成人
2	<b>NEW</b> ハワイのフラを楽しみましょう！	藤原 恵子	12	上谷戸緑地 体験学習館	第1・3(水) 10:00~12:00	成人
3	きものゝ着つけ (1年講座)	福島 慧實	24	城山体験学習館	第1・3(月) 10:00~12:00	成人
4	呼吸・気功太極拳とおしゃべり養生法	上東 紀子	12	城山体験学習館	第1・3(水) 13:00~15:00	高校生以上
5	はじめての「手編み教室」	石村 久子	12	ふれんど平尾	第1・3(木) 10:00~12:00	成人
6	「絵手紙」入門	黒田 みゆき	6	中央文化センター	第2(木) 12:45~14:45	成人
7	和装(ひもだけの着付け)	桂田 良子	6	中央文化センター	第2(木) 10:00~12:00	成人
8	楽しく「お茶」を！(経)	吉田 宗陽	6	城山体験学習館	第1(金) 10:00~12:00	成人
9	「パッチワーク・キルト」 ～色彩を学びましょう！～	長沼 公代	12	中央文化センター	第1・3(金) 10:00~12:00	成人
10	各地の民謡を楽しく踊る！	大貫 裕子	12	総合体育館	第1・3(金) 13:00~15:00	成人
11	初めての 「ハワイアンリボンレイ&アレンジ小物」	馬場 真理子	6	稲城市立iプラザ	第2(金) 9:30~11:30	成人

### 【土日講座】

12	気功太極拳	小机 實	12	第三小学校 体育館 他	第1・3(土) 9:30~11:00	成人
13	ハッピーダンシング	石坂 淑子	12	中央文化センター 他	第1・3(土) 13:40~15:10	成人
14	キッズもニッコリ！親子でいけ花	永田 早苗	6	城山文化センター	第2(土) 15:00~17:00	小学生以上
15	西洋音楽史の楽しみ	川村 優子	6	地域振興プラザ 他	第4(土) 15:30~17:00	高校生以上
16	世界に誇る日本の伝統美「いけばな」	大蔵 華洋	12	城山体験学習館	第1・3(日) 10:00~12:00	高校生以上
17	指一本で伴奏！かんたんキーボード教室	大迫 杏子	6	(株)コルグ	第2(日) 10:00~12:00	成人
18	スポーツ吹矢にチャレンジ！！	鈴木 幸義	12	ふれんど平尾	第2・4(日) 10:00~12:00	小学生以上
19	日本舞踊へようこそ (女性の講師です)	花柳 要三郎	12	城山体験学習館	第2・4(日) 10:00~12:00	小学生以上

○講座No.3以外は6ヶ月講座となります。

○各講座は、日時・会場が変更になる場合があります。

○(経) = 初級程度の経験のある方対象

【募集をしない講座】

No	講座名	講師名	会場	時間・曜日
20	シニアヨガ	小林 淳子	上谷戸緑地体験学習館	第2・4(月) 10:00~12:00
21	のびのび歌ってリフレッシュ♪コーラスの楽しみ	穴戸 晴美	第四文化センター	第2・4(月) 13:00~14:45
22	こころ豊かにハーバルライフ	阿部 啓子	城山文化センター	第2(火) 10:00~12:00
23	造花・プリザーブドのフラワーアレンジ	山崎 知子	城山文化センター	第1(木) 10:00~12:00
24	イスに座って、アフタヌーンティにお抹茶を!	井上 宗枝	城山体験学習館	第2(木) 10:00~12:00
25	もっとよく知るハーブ&アロマ	阿部 啓子	稲城市立iプラザ	第2(木) 19:45~21:30
26	中級「パッチワークキルト」	細谷 和子	城山体験学習館	第2・4(木) 10:00~12:00
27	男のワクワククッキング	山中 トモ子	ふれんど平尾	第1(金) 10:00~12:30
28	いけ花にチャレンジ!	吉野 寿昇	城山体験学習館	第2・4(金) 10:00~12:00
29	デジタル写真講座 入門フォローアップ編	飯吉 茂雄	城山体験学習館	第2(土) 14:30~16:30
30	デジタル写真講座 中級編	飯吉 茂雄	城山体験学習館	第2(土) 17:30~19:00

※【募集をしない講座】は、4月開講の1年講座 又は、フォローアップ講座ですが、定員に余裕のある場合は、受講いただけますので事務局にお問合せ下さい。

夏の体験講座

『初めてふれる墨絵の世界』

美術展覧会に、鑑査されることなく出品できる最上位資格の「無鑑査」講師による「水墨画」体験講座に参加しませんか! 和の心、墨画の世界を楽しみましょう!

<講師> 扇谷 玉華 (おうぎやぎょくか)

山田玉雲に師事 墨華会主謀  
 全日本水墨画会無鑑査  
 全国水墨画美術協会無鑑査  
 JTASB日本国際美術協会会員  
 受賞歴: 東京都知事賞、玉雲賞  
 日仏世界展テーマ賞  
 個展: 能面水墨画二人展(泉の森会館)  
 パリ国際サロン個展  
 水墨画彩墨画展(緑蔭館)



第36回 全日本水墨画展 【観 歌】 扇谷 玉華 (無鑑査)

時 間 10:00~11:30

受講料 1,500円(全3回) 教材費 500円

申込期限 8月5日(火) のまで 先着順電話受付

持ち物 使い古しのタオル1枚・古新聞1枚・削用筆(中筆)

定 員 15名

対 象 中学生以上

※削用筆の購入を希望の方は、7/25(金)までにご連絡ください。(問屋価格1,490円で購入できます) また、お貸しすることもできます。

日程	講座内容	会場
第1回 8/17(日)	水墨画の基礎を優しく学びます。 ・筆に水と墨をどのようにつけるのか。 ・運筆の仕方	地域振興プラザ
第2回 9/7(日)	竹の描き方 (一筆で墨の濃淡と筆勢が美しい竹を描きます) かたつむりの描き方	中央文化センター
第3回 9/21(日)	はがき絵作成 (和紙のはがきに竹、かたつむりを描きます) ※自作のはがき絵をお持ち帰りいただきます。	地域振興プラザ



# 1 シャンソン入門

12回講座

〈講師〉 はやしひとみ  
林 仁美

20才代からアメリカのスタンダードナンバー、ポップスを中心にボーカルやピアノ弾き等プロ活動を始める。渡米し修行。現在は“音を楽しむ”事を一番の目的に、公民館サークルで歌唱指導、年数回のライブ出演をしている。

〈講座内容〉  
歌うための発声練習から入り、馴染みのあるシャンソンの名曲を日本語で歌えるように指導します。全身を使って歌う事を覚えて、同時に歌う楽しさを実感して頂きたいと思います。  
合唱ではなく個人（ソロ）で歌えるようになります。

〈用意するもの〉  
筆記用具、楽譜コピー代（100円）

〈会場〉 ふれんど平尾 〈定員〉 20名  
〈時間〉 第1・3(火) 10:00~12:00 〈対象〉 成人

10/7	自己紹介、内容説明など
10/21	発声練習、曲の紹介後歌唱指導
11/4	// 歌唱指導
11/18	// //
12/2	// // (グループに分かれて)
12/16	// // (グループでの中間発表)
1/6	// 前半以外の曲にもチャレンジして歌唱指導
1/20	// 歌唱指導
2/3	// //
2/17	// // (可能であれば、個人(1/4)も)
3/3	// 最終会に向けての発表の準備
3/17	// 練習、成果発表

# 2 ハワイのフラを楽しみましょう！

12回講座

〈講師〉 ふじわらけいこ  
藤原 恵子

25年程前よりハワイの踊り（フラ）を学び、プロフェッショナル ディプロマを取得。現在、公民館でフラの指導をしている。

〈講座内容〉  
フラの基本ステップとハンドモーションのレッスンから始めます。楽しみながら健康に役立つフラです。やさしく指導いたしますのでお気軽にご参加ください。

〈用意するもの〉  
動きやすい服装（スカートをお持ち下さい）、室内ばき又は靴下  
タオル、筆記用具、教材費12回分500円

〈会場〉 上谷戸緑地体験学習館 〈定員〉 15名  
〈時間〉 第1・3(水) 10:00~12:00 〈対象〉 成人

10/1	フラの紹介
10/15	基本ステップ・ハンドモーションのレッスン (1曲目)
11/5	
11/19	
12/3	
12/17	復習 // (2曲目)
1/7	
1/21	
2/4	復習 // (3曲目)
2/18	
3/4	レッスンした3曲の復習
3/18	フラパーティ 発表

# 3 きもの着つけ (1年講座)

24回講座

〈講師〉 ふくしまさとみ  
福島 慧實

S53年装道きもの学院師範科卒、S55年弓馬術礼法小笠原教場入門  
S58年装道きもの学院時代衣裳科卒、  
S62年装道きもの学院和裁師範科卒

〈講座内容〉  
腰紐による従来からの着つけに初歩より入ります。普段着、外出着半巾帯、名古屋帯、袋帯等生活の中で使われる結びを一通り覚えたと、修正の仕方をしっかり習得して身につけていただきます。

〈用意するもの〉  
袷せ、浴衣、肌襦袢、裾よけ、長襦袢、伊達×2本、腰紐3本  
半巾帯、名古屋帯、袋帯、前板、帯揚げ、帯×、帯枕、足袋  
コーリンベルト、洗濯バサミ1個、テキストコピー代50円

〈会場〉 城山体験学習館 〈定員〉 15名  
〈時間〉 第1・3(月) 10:00~12:00 〈対象〉 成人

10/6	和装小物類の説明、長襦袢迄の着つけ、帯揚げ、帯締め結び方
10/20	
11/10	単衣の着方、半巾帯の結び方、修正法
11/17	
12/1	
12/15	袷せの着方、名古屋帯の結び方、修正法
1/5	
1/19	
2/2	袷せ(晴れ着に重点を置いて)の着方
2/16	袋帯の結び方 修正法
3/2	総復習 着装後の修整
3/16	きものと帯の格式の説明、組合せ方、扱い方、着装後の体の動かし方

※後期内容は、いなぎICラッ HP又は、事務局にお問合せ下さい

# 4 呼吸・気功太極拳とおしゃべり養生法

12回講座

〈講師〉 かみひがしのりこ  
上東 紀子

楊名時太極拳師範。障害者スポーツ指導員（世田谷区公認）を経て、上級健康太極拳指導士（NPO日本健康太極拳協会認定）として15年以上前から地域交流活動を行っている。

〈講座内容〉  
参加者相互の和を育み、体の軸を意識してバランスを整えます。気功太極拳は、深い呼吸と気を楽しんで舞える様になれます。型の意味をひとといて舞うとより美しい動きが生まれます。

〈用意するもの〉  
脱ぎ着しやすい服装、底のうすい靴（靴下可）  
資料代300円(新規のみ)

〈会場〉 城山体験学習館 〈定員〉 10名  
〈時間〉 第1・3(水) 13:00~15:00 〈対象〉 高校生以上

10/1	音楽の中で呼吸。練功十八法前段、スリッパ、八段錦
10/15	基本練習、気功八段錦1-4段、気功太極拳1-5式
11/5	// 5-8段、 // 6-9式
11/19	// 1-4段、 // 10-15式
12/3	// 5-8段、 // 16-20式
12/17	// 1-8段、 // 21-24式
1/7	
1/21	
2/4	// 1-8段、 // 24式
2/18	
3/4	
3/18	// 24式を2組に分けて表演

〈講師〉

いしむら ひきこ  
石村 久子

(社)日本編物文化協会指導員 技術検定審査委員取得  
公民館の手編みサークルの講師として活躍中

〈講座内容〉

手編みの出来る人も出来ない人も、自分流の作品作りに新しい発見を見つけ編み物の輪を作りませんか。棒針、かぎ針、アフガン編みの基礎編み製図をして、1枚の作品を完成します。

〈用意するもの〉

並太毛糸(1玉) 50g、棒針5号～7号

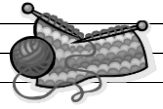
〈会場〉 ふれんど平尾

〈定員〉 10名

〈時間〉 第1・3(木) 10:00～12:00

〈対象〉 成人

10/2	棒針かぎ棒基礎編み
10/16	〃
11/6	実寸大製図
11/20	製図と応用
12/4	模様選択
12/18	ゲージ計り方
1/15	実習
1/29	〃
2/5	小物ルームカバー
2/19	実習
3/5	〃
3/19	自作自演のショー



## 6 「絵手紙」入門

6回講座

〈講師〉

くろだ みゆき  
黒田 みゆき

『絵手紙花の会』会員 絵手紙花の会主辛『花城祐子』先生に師事  
介護施設でボランティア活動も行っていきます。

〈講座内容〉

絵手紙の基本を学びます。葉書に、季節の花や身のまわりの物を描き、言葉を添えて発信し、絵手紙の交信を楽しみます。  
4月講座の追加募集ですが、10月からでも楽しく学べます。

〈用意するもの〉

筆、硯、墨、顔彩、葉書(画仙紙)、画題となる物、水入れ  
ティッシュ、(絵手紙道具一式(6,000円程度))

〈会場〉 中央文化センター

〈定員〉 10名

〈時間〉 第2(木) 12:45～14:45

〈対象〉 成人

10/9	絵手紙道具の説明、線引きの練習、顔彩の色を覚えましょう
11/13	消しゴムで手作りの画印を彫る。紅葉した葉や木の実を描く。
12/11	年賀状の作成・デザインを考える。
1/8	季節の果物を描く。
2/12	発表会の作品の貼り込みをします。
3/12	身のまわりの愛用品を描く。

## 7 和装(ひもだけの着付け)

6回講座

〈講師〉

かつらだ よしこ  
桂田 良子

着付師、奥伝講師取得後、帯専科終了。着付学院講師を経て、袖の会・着楽の会講師、七五三・成人式・卒業式の袴の着付けをしています。

〈講座内容〉

日本の伝統美を伝える着物。ひもだけで着付けるので簡単で着くずれしません。長襦袢の衿作り、腰とウエストの体型補正はタオルで一回目に作ります。特に衿あわせ衿ぬきを重視し、帯は半巾帯、名古屋帯まで学べます。

〈用意するもの〉

肌着、裾よけ、着物、長襦袢、半巾帯、名古屋帯、腰ひも2本、伊達ひたひ、帯板、帯ひ、帯揚げ、帯枕、筆記用具、衿作り材料費1,000円

〈会場〉 中央文化センター

〈定員〉 10名

〈時間〉 第2(木) 10:00～12:00

〈対象〉 成人

10/9	衿作り
11/13	長襦袢・着物の着方、体型補正
12/11	半巾帯・文庫結び・着物一重
1/15	〃 貝の口
2/12	名古屋帯 着物裕せ
3/12	〃

## 8 楽しく「お茶」を！～イスに座ってしっかり！お稽古～

6回講座

〈講師〉

よしだ そうよう  
吉田 宗陽

裏千家教授、裏千家学校茶道指導資格取得、女子大講師  
自宅・公民館等で稽古、稲城市茶道協会会員

〈講座内容〉

侘び茶の精神をひまえ、その人に合ったお茶の点前をしていただきたいと思います。

〈用意するもの〉

ふく紗、懐紙、扇子、教材費6回分3,000円程度(古ふく紗もあれば)

〈会場〉 城山体験学習館

〈定員〉 10名

〈時間〉 第1(金) 10:00～12:00

〈対象〉 成人

10/3	風炉の名残の時期を楽しむ
11/7	炉開 お茶のお正月
12/5	年の瀬のお茶
1/16	初釜
2/6	寒中のお茶を 寒さに負けないで
3/6	もう春です。



<講師>

ながぬま きみよ  
長沼 公代

日本手芸普及協会会員、パッチワークキルト指導員  
飯田深雪アートフラワー門下師範教室認定 文化書道学会師範  
福祉センターの講座に年2回ボランティア参加

<講座内容>

作品を作りながら配色を学びましょう。季節の飾り、ソーイングケース、バック、テキスト本のパターン ご希望の方はオリジナル作品小物やバック等。和気あいあいの講座です。

<用意するもの>

ソーイングセット、ものさし、紙用はさみ、好みの布、筆記用具  
教材費1作品2,500円程度、テキスト本2,500円(初回のみ)  
トレーシングペーパー1枚63円

<会場> 中央文化センター <定員> 12名  
<時間> 第1・3(金)10:00~12:00 <対象> 成人

10/3	
10/17	季節の飾り
11/7	
11/21	
12/5	
12/19	ソーイングケース
1/9	
1/16	
2/6	
2/20	バック
3/6	
3/20	



10 各地の民謡を楽しく踊る!

<講師>

おおぬき ゆうこ  
大貫 裕子

藤宮流師範、藤宮扇弥 日芸芸術学院舞踊師範  
「きさらぎ会」代表 日本民謡・新舞踊協会助教授  
稲城市日本舞踊連盟役員 府中市新舞踊連盟理事

<講座内容>

踊ることは楽しさの表現です。単純にみえて体を動かしてみると思うようになりません。所作の意味・コツ・ポイントを学びます。唄を知らなくて繰り返し踊るうちに自然と体が覚えます。運動不足解消しっかり汗をかく2時間です。  
4月講座の追加募集ですが、10月からでも楽しく踊れます。

<用意するもの>

上履き、羽織り、教材費(扇子等)6,000円程度

<会場> 総合体育館 <定員> 10名  
<時間> 第1・3(金)13:00~15:00 <対象> 成人

10/3	相馬長持唄 日高川甚句 等
10/17	繰り返し踊ります。扇子や手拭を使って踊ります。
11/7	
11/21	※文化祭に向けて(2曲構成)
12/5	
12/19	チヨイサ節 新さんさ時雨 等
1/16	繰り返し踊ります。扇子や手拭を使って踊ります。
1/23	
2/6	
2/20	
3/6	※発表会にむけて
3/20	

11 初めての「ハワイアンリボンレイ&アレンジ小物」

<講師>

ばば まりこ  
馬場 真理子

ハワイアンリボンレイ創始者キャロル・ミト公認。モアナコアYoshimi認定インストラクター。現在、市内にてリボンワークとリボンレイ講師として活動中。

<講座内容>

初心者の方対象の講座です。レイやインテリア小物(ストラップ等)さまざまな作品を通してハワイアンリボンレイの基礎を学びます。2ヶ月で1本のレイを完成させていきます。

<用意するもの>

ソーイングセット(針、糸、ハサミ)、筆記用具、作品持ち帰り用袋、教材費7,500円/6回(別途、スターターキット1,500円)

<会場> 稲城市立iプラザ <定員> 10名  
<時間> 第2(金)9:30~11:30 <対象> 成人

10/3	基本のレイ1(ランニングステッチ) ~ブルメリアレイ&小物~
11/14	
12/12	基本のレイ2(クラウンフラワーステッチ) ~クラウンフラワーレイ&小物~
1/9	
2/13	基本のレイ3(カット&ソー) ~シアーローズレイ~
3/13	

※多少作品内容を変更する場合があります。

12 気功太極拳 ~深い呼吸とゆったりした動作で元気はつらつ~

<講師>

こづくえ みのる  
小机 實

日本健康太極拳協会会員、東京都支部会員、楊名時太極拳師範  
介護福祉支援健康太極拳指導士

<講座内容>

ストレス解消や疲労回復に手軽で効果がある腹式呼吸法、楊名時八段錦(中国古来の健康体操)及び、ゆっくりとした動きでまとめた太極拳24式の基本動作を繰り返し学びます。

<用意するもの>

軽い運動のできる服装でご参加ください。



<会場> 稲城第三小学校 体育館 他 <定員> 30名  
<時間> 第1・3(土)9:30~11:00 <対象> 成人

*10/4	基本動作(腹式呼吸・八段錦)
10/18	八段錦(実技)、太極拳の基本動作
*11/8	実技(八段錦、太極拳1~4式まで)
11/15	実技(八段錦、太極拳1~8式まで)
*12/6	実技(八段錦、太極拳1~12式まで)
12/20	実技(八段錦、太極拳1~12式復習) 練功18法(後段)
*1/17	実技(八段錦、太極拳1~16式まで) //
1/31	実技(八段錦、太極拳1~20式まで) //
2/14	実技(八段錦、太極拳1~24式まで) //
2/21	実技(八段錦、太極拳13~24式復習) //
*3/7	まとめ(1) ゆっくり演舞して極意を味わう
*3/14	まとめ(2) ゆっくり演舞して極意を味わう

\*会場が変更になる予定です。

# 13 ハッピーダンシング（レクダンス&カントリーダンス）

12回講座

<講師>

いしざか よしこ  
石坂 淑子

スポーツプログラマー（日本体育協会公認）、レクダンス指導者（日本フォークダンス連盟公認）として、中高年にダンス、健康体操を指導。また、精神保健福祉士（厚生労働省）の資格を所得。心の健康にも力を入れている。

<講座内容>

ポップス、カントリー、ラテン、演歌等いろいろなジャンルの曲で踊ります。簡単なダンスから始めて徐々にレベルアップをしています。さらにダンスを楽しみながら身体を鍛え、脳の活性化も図ります。

<用意するもの>

動きやすい服装（スカート可） 室内ばき

<会場> 中央文化センター 他 <定員> 30名

<時間> 第1・3(土) 13:40~15:10 <対象> 成人

10/4	いろいろなダンスを体験します。
10/18	いろいろなステップの練習をします。
11/1	主にレクダンスを踊ります。
11/15	主にカントリーダンスを踊ります。
12/6	復習
12/20	クリスマスパーティ
1/10	主にレクダンスを踊ります。
1/17	
2/7	主にカントリーダンスを踊ります。
2/21	
3/7	復習
3/28	総復習

\*日程・会場が変更になる場合があります。

# 14 キッズモニッコリ！親子でいけ花

6回講座

<講師>

ながた きなえ  
永田 早苗

小原流一級家元教授、小原流武蔵野支部会員、稲城市華道協会在籍  
小原流流展出品、定期的に講演会の会場花飾る

<講座内容>

お花とゆっくりむきあいましょう。自分を表現できたら、豊かな感性と生きる力、そして笑顔が待っています。（小学3年生以上は、子どもだけでも、また、大人のみでの受講も歓迎です）

<用意するもの>

花代（1回大人1,000円・こども500円程度）、筆記用具、雑巾、  
花つつみ（ビニール袋）、花器、剣山、  
ハサミ（ある方はお持ちください）

<会場> 城山文化センター <定員> 10名

<時間> 第2(土) 15:00~17:00 <対象> 小学生以上

10/11	たてるかたち
11/8	かたむけるかたち
12/13	ひらくかたち
1/10	ならぶかたち
2/14	まわるかたち
3/14	お花をみんなで飾ってみましょう！

# 15 西洋音楽史の楽しみ

6回講座

<講師>

からむら ゆうこ  
川村 優子

慶應義塾大学文学部卒業 フェリス女学院大学大学院音楽研究科修了  
音楽学の分野で西洋音楽史、女性作曲家研究。稲城平和コンサート実行  
委員、女性と音楽研究フォーラムなどで音楽活動。

<講座内容>

ルーツは1つでありながら西洋の音楽は時代や地域・担い手によって  
多様に発展してきました。活字だけでなく実際の「音」をとおして  
様々な特徴をもつ音楽を追体験し、楽しくリラックスした学びのひと  
ときを過ごしましょう。

<用意するもの>

教材費6回分300円程度（コピー代） 筆記用具

<会場> 地域振興プラザ <定員> 20名

<時間> 第4(土) 15:30~17:00 <対象> 高校生以上

10/25	中世のバリと「良き時代（19~20世紀）」のバリ
11/22	バロック時代のイタリアとフランス
12/20	音楽文化を支えたドイツの都市と作曲家たち
*1/24	フィレンツェ、ローマを舞台としたブッチーニのオペラ
2/28	周辺諸国ノルウェー、スペインの音楽
3/28	世紀末ウィーンの作曲家たち

\*会場が変更になる予定です。

# 16 世界に誇る日本の伝統美「いけばな」

12回講座

<講師>

おおくら かよう  
大蔵 華洋

桂古流教授 桂古流顧問 桂古流東京支部役員 稲城市華道協会会長  
いけばな協会会員 いけばな芸術協会会員

<講座内容>

生きている花と向き合い対話しながら基本型から応用まで種々と学び  
ます。いけばなを学びながら年代の異なる人々と親しく話し合い世界  
が広がります。

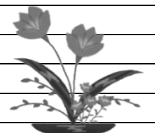
<用意するもの>

花器、剣山、はさみ、花包み、花代1回1,000円程度、雑巾、前かけ

<会場> 城山体験学習館 <定員> 10名

<時間> 第1・3(日) 10:00~12:00 <対象> 高校生以上

10/5	基本の型 種類
10/12	対称型をいける
11/2	株分けをいける
11/9	現代花について
11/30	クリスマスの花
12/21	お正月の花
1/4	フラワーアレンジ
1/18	水仙をいける
2/1	応用
2/15	草物立活け
3/1	桃を生ける
3/29	総仕上げ



<講師>

おおさこ きょうこ  
大迫 杏子

作編曲家、キーボーディスト「ディズニーオンクラシック」  
全国ツアー様々なアーティストのライブサポート・レコーディング  
に参加する等第一線で活躍中。

<講座内容>

自動伴奏機能の付いたキーボードを使い、基礎を学びながら楽しく  
演奏し、受講生全員で合奏することを目的とした教室です。初心者  
の方でもお気軽にご参加下さい。

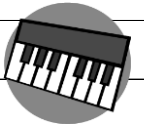
<用意するもの>

テキスト代1,000円（初回のみ）、機材使用料1,000円/月、筆記用具

<会場> 株コルグ（京王よみうりランド 駅前） <定員> 10名

<時間> 第2(日)10:00~12:00 <対象> 成人

10/12	キーボードに触れてみよう！
11/9	演奏してみよう！
12/14	いろいろな音色で弾いてみよう！
1/11	リズムに合わせて弾いてみよう！
2/8	コード進行を学ぼう！
3/8	《演奏会》みんなに聴いてもらおう！



※この講座は延長がございません。6ヶ月で卒業となります。

# 18 スポーツ吹矢にチャレンジ！！～みんなで楽しみながら自分の目標に挑戦しよう～

<講師>

すずき ゆきよし  
鈴木 幸義

（一社）日本スポーツ吹矢協会 東京都多摩総支部所属  
稲城C35支部長 上級公認指導員

<講座内容>

「健康づくりや仲間づくり、孫と祖父母でスポーツ吹矢に挑戦！」  
スポーツ吹矢式呼吸法を学べば手軽にゲーム感覚で楽しみながら爽快  
感を味わいストレス解消。精神力や集中力がアップし落ち着いた生活  
慣習に改善しよう。

<用意するもの>

教材費500円（的紙、消毒薬など消耗品代）  
希望者には用具一式はお貸しします。

<会場> ふれんど平尾

<定員> 10名

<時間> 第2・4(日)10:00~12:00 <対象> 小学生以上

10/12	ガイダンス、健康との関係、用具・ルール等の説明
10/26	基本動作の説明、模範演技、実技指導
11/9	基本動作一連の実技練習・指導
11/23	基本動作の部分的な個別指導。
12/14	基本動作一連の実技練習・指導
12/28	用具のメンテナンス 等
1/11	初吹きの会、新春特別大会。7Mに挑戦してみよう。
1/25	苦手なところの克服と共通理解・ミーティング・筆問
2/8	用具のメンテナンス。基本動作を個別に指導
2/22	受講生のレベルに合わせた指導
3/8	健康至上者も競技者もみんなと一緒にパーフェクト35に
3/22	チャレンジ！ 発表会・修了式 等

# 19 日本舞踊へようこそ

<講師>

はなやぎ ようざぶろう  
花柳 要三郎 （女性の講師です）

9歳から花柳昌三郎（旭日小授章）に師事。名取師範となる。日本舞踊  
協会会員。女流名家歌、舞伎CHIに出演。舞踊コンクールにて連続受賞  
平成25年70回舞踊コンクールにICカレッジ出身中2男子が入賞

<講座内容>

日本舞踊と初めて出会う方に、やさしく丁寧に教えます。正しい姿勢  
おじぎの仕方・着物の着方、たたみ方・古典舞踊を基本から学びます。  
自然な立居振る舞が身につくまで参ります。踊りを通して日本の伝統芸  
能を理解します。

<用意するもの>

ゆかた、帯（半巾帯、三尺など）、たび（白ソックスでも可）

<会場> 城山体験学習館

<定員> 10名

<時間> 第2・4(日)10:00~12:00 <対象> 小学生以上

10/12	日本舞踊の話 お辞儀の練習 先輩の模範演技 など
10/26	踊り稽古① 正しい姿勢 正座 お辞儀の練習
11/9	② 着物の着付け
11/23	③ ④
12/14	④ ⑤
12/21	⑤ 着物をたたむ
1/11	⑥ ⑦
1/25	⑦ ⑧
2/8	⑧ 舞扇の話
2/22	⑨ 小道具の話
3/8	⑩ 手拭の話
3/22	仕上げ



ホームページから講座案内などご覧いただけます。  
こちらよりお申込みできます。

<http://www.inagiic.net/>

いなぎICカレッジ

検索

いなぎICカレッジへようこそ！

ICとは「一人ひとりの市民が互いに学びあうコミュニティ（Interactive Community=双方向的な地域社会）」の略称です。

- 2014年度前期講座
- 展示会・発表会
- 10周年記念誌・終了講座
- 受講の手引き・資料類
- 場所案内

新着情報

- 2014/11/15 『10月講座プロフェッサー講座紹介イベント』開催します。入場無料
- 2014/11/15 『H26年10月一般教養講座 カレッジ生募集』（インターネットでお申込み出来ます）
- 2014/11/15 『H26年10月プロフェッサー講座 受講生募集』（インターネットでお申込み出来ます）