

自主学習グループ開設講座

当センターで活動するグループが主催する講座です。講座終了後も学習を続けたい方は、グループに入会することができます。受付締切日以降は、電話・窓口でお問い合わせください。 ※市外在住の方も申込みできます。

講座名	オレンジ脳活サロン		PowerPointで動画を作ってみよう	
曜日	月曜日	金曜日	月曜日	
時間	10:00~11:30	13:30~15:00	13:30~15:30	
主催グループ	オレンジ脳活サロン		中村パソコン支援ボランティア「ビット」	
講座紹介	認知症予防、アレソレ会話、物忘れが気になる人に!脳活プリント、パズル、新聞ちぎり絵、転倒防止体操などを行います。初心者大歓迎。1回のみでもOKです。		パワーポイントの使い方からはじめて、スライドにアニメを加えてアルバムを作成し、最後に動画ファイルを作りましょう。	
日程と内容	5/15	脳活プリント ジグソーパズル作り	6/29	PowerPointの使い方
	5/18	脳活プリント ジグソーパズル作り	7/6	アルバムを作ってみよう
	6/15	脳活プリント 切り絵		
	6/19	脳活プリント 切り絵		
	7/17	脳活プリント めり絵	7/13	動画を作ってみよう
対象・定員	どなたでも・15人		文字入力ができる方・12人	
会場	第3集会室		第2集会室	
費用	各回500円(教材費含む)		2,500円(3回分・教材費含む)	
初回の持ち物	筆記用具、水分補給用飲料		PowerPointが入ったノートパソコン、筆記用具	
受付	窓口(実施日の5日前まで)もしくは毎回会場にて受付		6月8日(月)13:00~14:00 ロビーにて受付	

生涯学習相談

生涯学習アドバイザーが、ボランティアグループの紹介や学びの情報を提供します。
【実施日】4月~3月、不定期(詳しくはセンターまでお問い合わせください。)
【会場】ロビー ※どなたでも相談できます。

初心者・初級者のためのパソコン相談会

パソコンの起動・終了方法からワードやエクセルの操作方法に関する簡単な質問にお答えします。ノートパソコン持参での参加も可能です。
※セキュリティの関係上、USBメモリ等をセンターのパソコンで使用することはできませんのでご了承ください。
【日時】4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16(毎月第3水曜日)
(第1部)13:30~14:20 (第2部)14:30~15:20
【対象】パソコン初心者・初級者
【会場】第2集会室
【定員】第1部:6人 第2部:6人
【講師】中村パソコン支援ボランティア「ビット」
【申込】当日13:15までに窓口で受付。ただし、13:15に定員(各回6人)を超えていた場合は応相談。

おもちゃ図書館

乳幼児や小学生(保護者含む)がおもちゃで遊んだり、おもちゃを借りたりすることができます。
【日時】4/11、5/9、6/13、7/11、9/12 ※8月はお休み。
(毎月第2土曜日)
10:00~14:00
【対象】乳幼児や小学生(保護者を含む)
【会場】第1集会室

子育て・ほっと・ひろば

交流・仲間づくり・子育てについての相談、承ります。孫育ての相談もOK!いつでもお気軽にお越しください。
【日時】4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16
(毎月第3水曜日)10:00~12:00
【対象】乳幼児とその保護者
【相談員】子育て支援グループ「のびのびっ子」
【会場】第1・2和室
【申込】当日(先着順)

行政書士による無料相談会

遺言・相続、各種契約、不動産関係、会計帳簿などの書類作成について無料で相談ができます。
【日時】4/21、5/19、6/16、7/21、8/18、9/15
(毎月第3火曜日)
13:00~16:00
【会場】フクロウの部屋
【問合せ】愛知県行政書士会名古屋支部
相談受付ダイヤル
TEL:(052)990-2580

費用無料 お気軽にご参加ください。



NESPA 主催事業 (名古屋市教育スポーツ協会)

◆締切があるものは、表紙面の「申込方法等について」をご参考に往復はがき、またはインターネットでお申し込みください。

親子科学工作教室

親子で工作にチャレンジして、楽しく科学について学んでみよう!
「ビヨンビヨンうさぎの親子」と「ペンギンくん」の2つの作品を作ります!

日時:7月18日(土) 10:00~12:00
会場:視聴覚室
講師:名古屋市科学館
ものづくりボランティア
対象:小学生とその保護者
定員:15組30人
受講料:1組につき750円
教材費:1組につき500円
締切:6月16日(火)必着



ペンギンくん



ビヨンビヨンうさぎの親子

写真はイメージです

はじめての断捨離®

断捨離は捨てるだけではありません。何がもたないのかを学びスッキリした安心安全なお家にしませんか?

日時:9月5日(土) 10:00~12:00
会場:視聴覚室
講師:やましたひでこ 断捨離® トレーナー
むらやま ちかこ
対象:一般
定員:20人
受講料:500円
締切:8月3日(月)必着

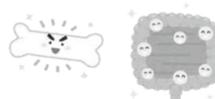


参加型健康セミナー

~骨・腸のお話~

いつまでも楽しく元気に過ごせるよう、健康寿命を延ばすための大事な2つのテーマ「骨と腸」にスポットを当てて、普段なかなか聞けないちょっと嬉しいお役立ち情報をおとどけします。ロコモ度チェックの体験も行います!

日時:9月28日(月) 10:00~11:30
会場:視聴覚室
講師:森永乳業(株)・(株)ニシムラネットワークサービス
対象:一般
定員:20人
費用:無料
締切:8月25日(火)必着



水引を使った小物づくり体験

お祝い事や贈り物に使われる水引を、可愛い小物にアレンジします。

日時:7月29日(水) 10:00~12:00
会場:第3集会室
講師:一般社団法人日本おくりものクリエイティブ協会
代表理事 青木 直美
対象:中学生以上
定員:20人
受講料:500円
教材費:800円
締切:6月23日(火)必着



写真はイメージです

中国紅茶でティータイム♪

~元祖から最先端へ、中国紅茶の変遷を味わおう~

ラブサンスーチョンをルーツとする中国紅茶。かつては輸出用でしたが現代では自国向けに高級化が進んでいます。時代の移り変わりによる変化と産地の拡大をテイस्टینگしながら辿ります。

日時:9月10日(木) 10:00~12:00
会場:第3集会室
講師:ティーサークル叶香
吉田 久美子
対象:一般
定員:16人
受講料:500円
教材費:900円(茶菓子付き)
締切:8月20日(木)必着



写真はイメージです

NESPA Day (自主開館日)のお知らせ

名古屋市より指定管理者として、中村生涯学習センターの施設の管理・運営を(公財)名古屋市教育スポーツ協会が行っております。当協会では、市民の皆様に一層の学習機会を提供するため、下記の通り自主開館日を予定しており、2か月前の利用調整からご予約が可能です。ぜひ、ご利用ください。

【開館日】7月~11月の第4月曜日
午前9時~午後5時
【利用料金】1区分1,000円

※ただし、体育室と営利目的等でのご利用を除きます。

令和8年度 中村生涯学習センター



旭姫

前期講座のご案内



日吉丸

□受講資格 市内在住または在勤・在学の方で、講座ごとに定める対象者。
□お知らせ 講座によって締切日が異なります。お確かめの上、お申し込みください。定員に満たなかった講座は、センターの事務室で随時先着順に受け付けます。

申込締切日 4月23日(木)必着		講座名
水	午前	〈なごや学ミスター講座〉 知りたい!伝えたい!わがまち、中村区の魅力
申込締切日 5月14日(木)必着		講座名
金	午前	〈親学関連講座〉 みんなで楽しもう!~1・2歳児☆わくわくタイム~
土	午後	障害者ふれあいひろば
申込締切日 6月11日(木)必着		講座名
火	午前	〈女性セミナー〉 私らしくいるためのメディアとの付き合い方【託児付】
申込締切日 7月9日(木)必着		講座名
月	午前	達人から学ぶ地震の防災知識
申込締切日 7月23日(木)必着		講座名
木	午前	〈なごや学〉 でら奥深い!なごや弁~言葉から知るなごやの文化~
金	午前	【健康福祉局共催】 傾聴入門~一人ひとりの心に寄り添って~



NESPA

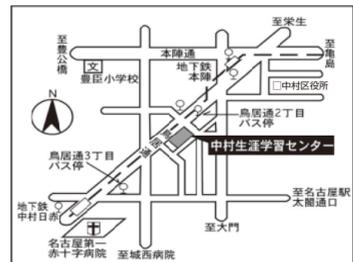


名古屋市中村生涯学習センター

〒453-0044 中村区鳥居通 3-1-3
TEL(052)471-8121・FAX(052)471-8122
指定管理者:(公財)名古屋市教育スポーツ協会(NESPA)

<開館時間>
午前9時~午後9時
(日曜祝日・自主開館日は午後5時まで)
<交通機関>
●地下鉄東山線
「本陣」駅下車4番出口より南西(中村日赤方面)へ約300m
「中村日赤」駅下車2番出口より北東(本陣方面)へ約400m

<休館日>
第2水曜日・第4月曜日
(ただし、7月~11月の第4月曜日は自主開館)
年末年始(12月29日~1月3日)
●市バス
(名駅25・名駅29・中村巡回系統)
「本陣」下車南西へ約300m
「中村巡回系統」鳥居通2丁目下車すぐ正面(名駅25・中村巡回系統)
「鳥居通3丁目」下車北東へ約400m



おねがい 駐車台数に限りがあるため、公共交通機関をご利用ください

		託児付講座						
曜日	水	金	土	火	月	木	金	
申込締切	4月23日(木)までに 往復はがき・インターネットで申込	5月14日(木)までに往復はがき・インターネットで申込		6月11日(木)までに 往復はがき・インターネットで申込	7月9日(木)までに 往復はがき・インターネットで申込	7月23日(木)までに往復はがき・インターネットで申込		
講座名	〈なごや学マスター講座〉 知りたい！伝えたい！ わがまち、中村区の魅力	〈親学関連講座〉 みんなで楽しもう！ ～1・2歳児☆わくわくタイム～	障害者ふれあいひろば	〈女性セミナー〉【託児付】 私らしくいるための メディアとの付き合い方	達人から学ぶ 地震の防災知識	〈なごや学〉 でら奥深い！なごや弁 ～言葉から知るなごやの文化～	【健康福祉局共催】 傾聴入門 ～一人ひとりの心に寄り添って～	
ミニガイド	中村まち歩きマスターとともに、まちの魅力を見つけてみませんか。マスター活動の楽しさを知り、今後マスターとして活動していくための基礎的な知識を身に付けましょう。本講座は、中村まち歩きマスターの会と協働して企画・運営する講座です。	暑い時期、室内で子どもと一緒に楽しめる過ごし方を学んでみませんか。参加者同士で交流したり、託児ボランティアから子育てのアドバイスを聞いたりしながら、不安や悩みを分かち合う機会にもなります。本講座は、託児の会「中村かばくん」と協働で運営し、保護者は2人まで参加できます。	仲間たちと一緒にレクリエーション、陶芸体験、お祭りの準備や現地学習など、楽しい時間を過ごしましょう。交流を深めながら、仲間づくりをしませんか。本講座は、知的障害のある方を対象にした講座です。	テレビやSNSなど、メディアに映る「女性らしさ」は時代とともに少しずつ姿を変えてきました。メディアが描いてきた女性像をたどりながら、情報との関わり方を見つめ直します。情報にとらわれず自分らしく生きるヒントと一緒に考えてみませんか。	地震が発生した時のために、地震防災に関する知識や技能は少しでも多く身に付けておきたいものです。本講座では、災害研究や災害現場等で活躍している達人から話を聞き、最新の知識や技能を学びます。地震防災への関心をともに高めませんか。	本講座では、なごや弁の成り立ちや文化との関係を学びながら、実際に話したり聞いたりして、その魅力を体験します。言葉を通じてなごやの魅力を再発見してみませんか。	さまざまな悩みを抱えている方が社会から孤立しないようにするためには、話を聴いて気持ちを受けとめる人が必要です。本講座で、体験を通して、傾聴の意義について知るとともに、その具体的な方法について学び、一人ひとりの心に寄り添ってみませんか。	
時間	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～11:30)	午後(14:00～16:00)	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～12:00)	午前(10:00～12:00)	
期間(回数)	5/27～6/24 (4回)	6/5～7/10 (5回)	6/20～1/16 (7回)	7/21～9/15 (7回)	8/3～9/7 (5回)	8/27～9/24 (5回)	8/21～9/18 (5回)	
対象・定員	一般(受講後、マスターとして活動したい方)・30人	1・2歳児とその保護者(保護者は2人まで参加可能)・10組	知的障害のある方・15人	女性・30人(託児枠8人)	一般・30人	一般・30人	一般・30人	
受講料	無料	保護者1人につき1,500円	無料	無料	無料	1,500円	無料	
教材費等	交通費等別途自己負担	子ども1人につき300円	500円 交通費等別途自己負担	託児希望者は別途700円(おやつ代)	—	—	—	
学習プログラム・講師(敬称略)	① 5/27 中村区の歴史と史跡 ～秀吉・秀長を中心に～ <small>同朋大学文学部 教授 安藤 弥</small>	① 6/5 はじめまして！ ～わくわくタイムへようこそ～ 託児の会「中村かばくん」	① 6/20 はじめまして、よろしく <small>障害者支援アドバイザー 濱島 圭美</small>	① 7/21 【公開講座】 ブームから読み解く ～メディアと私～ <small>株式会社ミルク・株式会社ブランコ 代表取締役 秋條 くるみ</small> ※本講座受講者の方も先着順でのご入場となります。	① 8/3 【公開講座】 近現代日本の災害から学ぶ ～地震・津波対策のさらなる充実をめざして～ <small>愛知学院大学法学部 准教授 林 昌宏</small> ※本講座受講者の方も先着順でのご入場となります。	① 8/27 なごや弁ってなんだろう ～方言を言語学から考える～ <small>名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 椎名 渉子</small>	① 8/21 「寄り添って聴く」とは ～傾聴の基本を学ぶ～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会	
	② 6/3 【現地学習】 中村公園界隈を歩く ～秀吉・清正と中村区～ 中村まち歩きマスターの会	② 6/12 わくわく！とんとん！ ～リズムでおそぼう～ <small>にこぼしキッズ 代表 山口 夕奈</small>	② 7/18 【実習】 陶芸体験をしよう <small>陶芸愛好家 篠田 早苗</small>	② 7/28 CMの中の女性たち ～社会背景とジェンダーの変遷～ <small>愛知工科大学 准教授 小林 直美</small>	② 8/8 減災研究を活かして大地震に備える ～大災害時のエネルギー確保を考える～ <small>名古屋大学減災連携研究センター ライフライン防災産学協同研究部門 特任准教授 小沢 裕治</small>	② 8/10 暮らしと言葉 ～なごや弁に息づく文化～ <small>名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 椎名 渉子</small>	② 9/3 暮らしと言葉 ～なごや弁に息づく文化～ <small>名古屋市立大学大学院人間文化研究科 准教授 椎名 渉子</small>	② 8/28 受動的な傾聴とは ～心の声に耳を傾けて～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会
	③ 6/17 地域のことを知ろう ～中村区の魅力を伝えるマスター～ 中村まち歩きマスターの会	③ 6/26 わくわく！プルプル！ ～体を使っておそぼう～ <small>にこぼしキッズ 代表 山口 夕奈</small>	③ 9/19 一緒に楽器で楽しもう <small>リトミック講師 浅野 富士子</small>	③ 8/4 感動の裏にあるもの ～映画の中の女性の役割～ <small>名古屋外国語大学現代国際学部 准教授 後藤 希望</small>	③ 8/17 いざという時の応急手当 ～ケガへの対応を学ぼう～ <small>NPO法人トライハートなごや 代表 水谷 文明</small>	③ 9/10 感じてみやあ！なごや弁のリズム ～会話文を読んでみよう～ <small>講師 旭堂 麟林</small>	③ 9/10 感じてみやあ！なごや弁のリズム ～会話文を読んでみよう～ <small>講師 旭堂 麟林</small>	③ 9/4 反映的な傾聴とは ～鏡のように返して～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会
	④ 6/24 【現地学習】 伝えよう！中村区の魅力 ～秀吉清正記念館・桐蔭茶席の見学と今後の活動への一歩～ 中村まち歩きマスターの会	④ 7/3 わくわく！何ができるかな？ ～おもちゃづくりをしよう～ <small>にこぼしキッズ 代表 山口 夕奈</small>	④ 10/17 お祭りの準備をしよう <small>中村おもちゃ図書館 代表 高村 豊</small>	④ 8/18 時代とともに変わる価値観 ～女性誌から読み解く～ <small>名古屋外国語大学世界教養学部 准教授 ヴァミュレン服部美香</small>	④ 8/31 中村区の防災の現状 ～区の出組を知ろう～ 中村区役所総務課課長補佐 <small>伊藤 鳥居 美江</small>	④ 9/17 話してみやあ！ ～なごや弁で日常会話～ <small>伊藤 鳥居 美江</small>	④ 9/11 話してみやあ！ ～なごや弁で日常会話～ <small>伊藤 鳥居 美江</small>	④ 9/11 積極的な傾聴とは ～より話しやすくなるように～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会
	⑤ 6/24 【現地学習】 伝えよう！中村区の魅力 ～秀吉清正記念館・桐蔭茶席の見学と今後の活動への一歩～ 中村まち歩きマスターの会	⑤ 7/10 これからもわくわく！ ～子どもと絵本を楽しもう～ 託児の会「中村かばくん」	⑤ 11/21 【現地学習】 みんなでお出かけしよう <small>中村おもちゃ図書館 代表 高村 豊</small>	⑤ 9/1 SNSの中の私 ～自己肯定感とメディアとの関わり～ <small>愛知大学文学部 准教授 安達 悠子</small>	⑤ 9/7 在宅避難と避難所生活 ～もしもの時に大切なこと～ なごや中村災害ボランティアネットワーク	⑤ 9/24 挑戦してみやあ！ ～なごや弁で演劇会～ しばいぬ海賊団	⑤ 9/18 挑戦してみやあ！ ～なごや弁で演劇会～ しばいぬ海賊団	⑤ 9/18 身近な人へのアプローチ ～学びを振り返って～ 社会福祉法人愛知いのちの電話協会
会場	視聴覚室(第1・3回)・現地学習(第2・4回)	第1・2和室	視聴覚室(第1・3回)・美術室(第2・4・6・7回)・現地学習(第5回)	視聴覚室	視聴覚室	視聴覚室	視聴覚室	

※ 都合により、日程、講座の講師、内容等を変更する場合があります。
 ※ 「一般」とは、15歳以上(中学生を除く)の方です。
 ※ すべての講座において、傷害保険等の設定はしておりませんので、ご注意ください。必要な方は各自でお入りください。

※ 受講料・教材費等は、出欠に関わらず、全額お支払いいただきます。なお、原則、払い戻しできません。
 ※ 受講できるのは当選者ご本人に限ります。また、介助者を除き受講者以外の方の同伴はできません。
 ※ 手話通訳、要約筆記、ヒアリングループなどによる学習サポートを必要とされる方は、講座・事業実施日の2週間前までにご相談ください。

ジェンダーとは、社会的・文化的に形成された性別のことです。
 ・託児対象は、講座初日(7/21)現在、満1歳以上の未就学児です。
 ・託児希望者は、7/14(火)午前10時より第1・2和室で託児説明会を行います。親子でご参加ください。

生涯学習Webナビなごや
 Webナビなごや 検索
 生涯学習センターやイブ
 プルなごやの講座・事業、
 ボランティア、グループ、会場などの
 情報を調べる事ができます。

えなっと+なごや
 えなっと+なごや 検索
 インターネットで「親学」「なごや学」
 「現代的課題」の講座を「いつでも」「どこでも」受講できます。

・発熱などの症状がある方、体調不良の方は受講をご遠慮ください。

どなたでも 公開講座のご案内 入場無料
申込不要

◎会場 視聴覚室(30分前に開場します) ◎定員 50人(当日先着順)
 ・講座開始30分前から入場できます。ただし、定員を超えた時点で、入場できませんので、ご了承ください。
 ・公開講座は、多くの市民に幅広い学びのきっかけとなるように、無料で受講できるものです。そのため、講座受講者の方も先着順での入場となりますので、ご理解ください。

ブームから読み解く ～メディアと私～ 【日 時】7月21日(火) 10:00～12:00 【講 師】株式会社ミルク・株式会社ブランコ 代表取締役 秋條 くるみ ※「(女性セミナー)私らしくいるための メディアとの付き合い方【託児付】」 の第1回を公開します。	近現代日本の災害から学ぶ ～地震・津波対策のさらなる充実をめざして～ 【日 時】8月3日(月) 10:00～12:00 【講 師】愛知学院大学法学部 准教授 林 昌宏 ※「達人から学ぶ地震の防災知識」の 第1回を公開します。
---	---

【なごや環境大学共育講座】

冷蔵庫からフードロスを考える～環境改善が節約につながる!?～
 日本では、多くの食べ物が廃棄されており、環境問題の一つになっています。本事業では、冷蔵庫とフードロスの関係について考えます。「無駄のない食材の活用方法」や「収納の工夫」などについて知り、節約しつつ環境改善にアプローチしませんか。
 【日 時】6月27日(土) 10:00～12:00
 【講 師】環境カウンセラー、消費生活アドバイザー 浅野 智恵美
 ※市外在住の方も申込できます。

【環境デーなごや2026関連事業】

無料 作ってみよう！ 地球にも財布にもやさしいエコレシピ 調理実習

残りがちな食べ物もひと工夫すれば「無駄なく」「おいしく」食べられます。調理実習を通して、大切な食べ物を無駄にしない調理の方法を学び、親子で環境について考え、実践につなげてみませんか。

【日 時】6月7日(日) 10:00～12:00
 【対 象】小学生とその保護者 【定 員】12組(24人) 【費 用】無料
 【講 師】フードサンシャイン 佐井 あかね
 【会 場】料理室 【申 込】「往復はがき」または「インターネット」
 【締 切】5月14日(木) (必着)

【トライアルサマー】【中村めし開発実行委員会共催】

中村区には、「尾張中村めし」というご当地グルメがあります。「尾張中村めし」を作って区の魅力を味わってみませんか。

親子で作ろう!みんなでおべよう! 中村区のご当地グルメ 【日 時】7月25日(土) 10:00～13:00 【対 象】小学生とその保護者 【定 員】12組(24人) 【受講料】保護者 300円 小学生 150円 【教材費】無料 【講 師】中村めし開発実行委員会 辻 耕作 【会 場】料理室 【申 込】「往復はがき」または「インターネット」 【締 切】6月25日(木) (必着)	自分で作ろう!みんなでおべよう! 中村区のご当地グルメ 【日 時】8月1日(土) 10:00～13:00 【対 象】小学5年生～中学3年生 【定 員】24人 【受講料】小中学生 150円 【教材費】無料 【講 師】中村めし開発実行委員会 辻 耕作 【会 場】料理室 【申 込】「往復はがき」または「インターネット」 【締 切】7月9日(木) (必着)
---	---