

もっと学びたいあなたへ

知^りたい^い！ 教^えて[！]

まちの先生講座



好評につき**2025年度**も講座開講！

まちの先生とは、学んだことを地域に活かしたいと考えている市民です。

まちの先生講座とは、先生と受講生と一緒に協力して運営する「市民手作り」の講座です。

受講生募集

- 何かやってみたい、何かを知りたいと思っている方
- 学びたいと思うことに、まず一步を踏み出したい方
- いろいろな講座に気軽に参加したい方

過去13年間の実績
受講生 5,231名
講座数 299講座



受講生の声

あっという間に時間が過ぎてしまいました。もっとお話を聞きたいと思いました。

受講生の声

とても熱心にわかりやすく教えて頂き、勉強になりました。



まちの先生の声

みなさんが一生懸命になる姿はステキです。
このような機会を少しでも続けていきたいですね。



主催：入間市生涯学習をすすめる市民の会

☆まちの先生講座への申込方法☆

◆受付期間

令和7年9月1日（月）から9月19日（金）厳守 ※郵送の場合は消印有効

【申込み・問合せ先】

住所：入間市豊岡1-16-1（市庁舎A棟4階） 社会教育課

電話：04-2964-1111（内線4131・4132）

FAX：04-2964-2863

市内公民館（扇町屋、東町、黒須、東金子、金子、宮寺・二本木、藤沢、東藤沢、西武）窓口でもお申込みできます。（分館では、お申込みできません）

※講座は基本 全ての日程にご参加いただける方 を募集します。

都合により欠席された分の費用は返戻できません。

※講座の開催可否等は、申込締切後にお申込みいただいた方全員にお知らせします。

◆申込方法

○オンライン申込

入力するだけで簡単！らくらく申込！

申込フォーム（LoGoフォーム） <https://logoform.jp/form/7Bob/687049>



今すぐ！お申込みの方はこちら！

※QRコードをスマートフォンのカメラで読み取ってください。

○郵送・FAX・窓口申込

このページ下部の申込用紙をご利用ください。

○メール申込

メール：office@irumanabito.net

講座毎の内容詳細

◆まちの先生講座の内容詳細

https://irumanabito.net/2025_machinosensei_lecture-2/



※FAXでお申込みされる場合は、送信面（表裏等）に十分ご注意ください。

----- きりとり -----

【申込み】 ※個人情報、まちの先生講座の連絡及び入間市生涯学習をすすめる市民の会からの生涯学習情報の提供にのみ使用いたします。
（記入例） 講座番号：【 1 】 講座名：いるまの近代化 ※講座名は短縮していただいても結構です。

講座番号：【 】 講座名：

講座番号：【 】 講座名：

講座番号：【 】 講座名：

講座番号：【 】 講座名：

講座番号：【 】 講座名：

参加者氏名：

住所：

連絡先(電話)：

(メール)：

(FAX)：

↑※No.13(オンライン講座)に申込み場合は必ず記入

いるまなびと登録を希望する方は、チェックしてください→ ☐ いるまなびと登録を希望する。

※いるまなびと登録については4ページをご覧ください

まちの先生講座開講予定リスト

No.	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容	定員、対象者、持ち物
1 地	いるまの近代化、現代への道のり、証を訪ねて	10/22(水)、10/29(水) 13:30～16:00 武蔵豊岡教会、ジョンソントウン 800円	当地の代官でもあった江川太郎左衛門は幕末に何を成したか。明治となり当地に教会ができ石川組が創業、鉄道が敷かれ産業革命が興こり、敗戦により米軍が進駐。その歩みを探ります。	3～7人 どなたでも 筆記用具
	岡野 亘			
2 教	城の見方、歩き方⑦・四国地方の城（近世城郭の博物館）	11/7(金)、11/21(金) 12/5(金) 10:30～12:00 東町地区センター洋室B(11/21のみ洋室C) 2,000円	全国で現存する天守は12基あり、四国地方には4基もの天守が残っています。しかも天守は古式様から江戸期にかけて多様な姿を見せています。現在の城下町の形も、これを読み取ることで、おのずと築城者の気概が解ります。共に学んでみませんか。	3～20人 中学生以上どなたでも 筆記用具、飲み物
	指田 博行			
3 教	プリザーブドフラワーアレンジレッスン	12/17(水) 10:30～12:00 藤沢地区センター工作室 2,500円	プリザーブドフラワーとは生花を長期間楽しめるように保存加工を施したお花です。お部屋のインテリアにプレゼントにご自身で作った作品はいかがですか？一緒にお花で癒されましょう！	3～20人 どなたでも なし
	Sweet Rose Garden			
4 教	学校では教えてくれない明治維新の真実	12/2(火) 10:30～12:00 東町地区センター洋室C 無料	坂本竜馬を暗殺したのはだれか？孝明天皇の死の謎。ジョン万次郎の功績。幕末の頃の入間など色々研究した結果の私の私説をお話します。	3～30人 どなたでも 筆記用具
	巻田 一成			
5 教	コケ植物観察初級講座	10/27(月) 10:30～14:30 イルミン活動室2 600円	最近話題になっているコケ植物を観察する。午前中座学でコケについて及び観察の方法等の話をし、昼食後、豊岡にある愛宕公園で、実際にコケ植物を観察する。	3～7人 中学生以上 ルーペ（10倍くらい）なければ虫メガネ、お弁当、虫よけ剤等、服装は長袖、長ズボン。筆記具、メモ帳
	福地 朝男			
6 文	恋愛漢詩講座	10/23(木) 10:30～12:00 イルミン活動室3 1,000円	誰かを好きになったことがない人も、大恋愛中の人、言葉に飢えている方も、后来其蘇（きみきたらばそれよみがへらん）。漢詩を鑑賞して、旧字体やカッコいい熟語を覚えてみよう♪	3～15人 どなたでも 筆記用具
	宇野 藍子			
7 文	シナリオ（脚本）勉強会	10/11(土)、10/18(土)、10/25(土)、11/1(土)、11/8(土)、11/22(土)、11/29(土)、12/6(土)、12/13(土)、12/20(土) 10:00～11:30 東町地区センター洋室A 3,000円	アイデアやテーマや心の思いをシナリオ（脚本）として創作してデビューする。そしてそれを詩や小説等にも発展させる。	3～10人 高校生以上 筆記用具
	奥田 茂			
8 文	茶道の世界シリーズ14 正午の茶事 神無月の茶	10/18(土) 10:00～15:00 茶室青丘庵(博物館) 5,000円	天高く澄み祝の御輿秋祭り。夕焼け空迎の家路に木犀の香。季節は名残り。点前は中置、木火土金水五行棚、初入、点心、初炭、主菓子、中立、後入、濃茶、後炭、干菓子と薄茶、退席	10～20人 どなたでも お持ちの方は扇子、履き替え用足袋又は白くつ下、ハンカチ
	裏千家正教授 久下 宗光			

↑ 地：地域、教：教養、文：文化

No.	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容	定員、対象者、持ち物
9 音	楽しいギター入門 ー懐かしい昭和フォークを弾語りー	11/12(水)、11/19(水) 13:00～14:30 二本木分館スタジオ	昭和フォークをギターで弾いてみましょう。簡単なギターコードで歌詞を口遊めば懐かしい時代が蘇ります。日々の練習はスマホのネット動画をみて楽しく学ぶだけ。簡単ですよ！	3～6人 どなたでも お手持ちのアコースティックギター、エレキギターなどあればご持参下さい。
	渡部 直也	500円		
10 語	フレーズでちょっとしゃれた英会話	10/21(火)、10/28(火)、11/4(火)、11/11(火)、11/18(火)、11/25(火)、12/2(火)、12/9(火)、12/16(火)、12/23(火) 14:00～15:30 西武地区センター会議室洋室B	日常生活の様々な場面や感情を描写するちょっとしゃれた表現を学びます。会話練習を楽しみながら多様な問題を通して各フレーズに習熟し、実際の会話で応用できることをめざします。	3～12人 どなたでも 辞書、筆記用具
	新井 栄二	5,000円		
11 語	実践、楽しい英会話！	11/6(木)、11/13(木)、11/20(木)、11/27(木)、12/4(木)、12/11(木)、12/18(木)、12/25(木) 15:30～17:00 藤沢地区センター洋室CD	教材は現在米国や英国で日常的に使われている表現です。受講者の皆さんには、生きた役に立つ英語を楽しく実践して頂きます。	3～10人 一般の大人の方 英和辞典、ノート、筆記用具
	宮下 政博	4,500円		
12 生	ポジティブノート術で♪決断力&行動力UP！	10/18(土) 14:00～15:30 ColorPresentsアドバンスカラーセラピー本部	頭と心を整理、行動に移す方法を「前向きになるアドバンスカラー®ノート」大切な自分へ編と専用カラーカードで楽しく実践。ノートとカードはお持ち帰り頂き自宅で継続できます。	3～6人 高校生以上 筆記用具
	アドバンスカラーセラピー本部代表 荒岡 真由美	2,000円		
13 生	NISA（少額投資非課税制度）を使ってみよう！	12/12(金)、12/19(金)、12/26(金) 14:00～15:30 オンライン（任意の場所）	NISA制度を上手に活用してあなたも「長期・積立・分散」投資法で、コツコツ将来のおこづかいを増やそう！口座のつくり方、買い方・売り方、銘柄選びのコツ、株式や債券、投資信託	3人～20人 どなたでも カメラとマイクのついたPC
	池田 洋子	1,000円		
14 生	こんな時どうする？ー冠婚葬祭とおくりもの	11/17(月)、12/8(月)、12/15(月)、12/22(月)、1/19(月) 10:30～12:00 イルミン活動室2	冠婚葬祭の基本知識と進物のしきたりについて、百貨店での経験と民俗学や宗教学の視点からやさしく面白くお話しします。「あるある」の困った例の対処法をお話しします。質問大歓迎です。	3～10人 どなたでも 筆記用具
	小林 明人	200円		

↑ 音：音楽、語：語学、生：生活

「いるまなびと登録」しませんか？

登録された方には定期的に、はがきやメールで「学び情報」をお届けします。
市内の学び情報を逃しません！

※いるまなびと：
地域の仲間と学ぶ市民、
いるま/まなび/ひと/ナビの造語

【登録方法】＜簡単・無料＞

P.2下段の様式に必要事項を記入して申込先へ提出
または、いるまなびとWebサイトの「いるまなびと登録」より

【特典】

- ・市内のまなび情報等のメール配信。
- ・今年度まちの先生講座の開講情報のお知らせ。

いるまなびと



No.	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容	定員、対象者、持ち物
15 生	傾聴ボランティア養成講座実技編 鈴木 由美子	12/12(金)、12/19(金) 10:30~12:00 イルミン活動室3 1,800円	傾聴の基本について講義。ワークショップ、ロールプレイ含む困っている方のお話を聴くときに気をつけること。日常生活に大いに役立ちます。心穏やかな生活が増える。人生が豊かに！	3~15人 どなたでも 筆記用具
16 生	子どもと心が通い合うコミュニケーション講座 鈴木 由美子	2/13(金)、2/24(火) 10:30~12:00 藤沢地区センター洋室CD 1,800円	子どもが怒ったり、言い訳をするときの関わり方。「聞き方」親が困ったときの関わり方。「伝え方」をお伝えします。心に余裕ができ、子育てが楽しくなります。家庭の空気が暖かい！	3~15人 子どもに携わる方、子育て中の方 筆記用具
17 生	色の力で解決！ママのストレス解消講座 中村 奈緒	11/26(水) 10:00~11:30 扇町屋地区センター洋室AB 1,000円	色カードを使ってストレスを可視化。ストレス対処法を学び、プラスに目を向けイライラママ卒業へ。メンタルチェック法もお伝えします。カードをお持ち帰り頂き自宅で継続できます。	3~4人 高校生以上 筆記用具
18 生	楽しく学ぼうExcel初級講座 弘中 治雄	10/22(水)、11/5(水)、11/12(水)、11/19(水)、11/26(水)、12/10(水)、12/17(水) 13:00~14:30 二本木分館洋室A 3,000円	表計算ソフトのExcelは、各種の表の作成はもとより、計算等便利なツールです。しっかり基礎を修得し、関数の活用やチラシ印刷等生活に活用できる内容を企画します。	3~6人 パソコンを使ったことのある方 ノートパソコン(Excelがインストールされたもの)
19 生	あなたの災害時健康課題イメージしてみよう 米川 好子	1/19(月)、1/26(月) 14:30~16:00 宮寺二本木地区センター大会議室 800円	1コマ目：災害発生から避難までの生活環境を想像してみよう 2コマ目：災害によるあなたの健康リスクを分析してみよう・災害時マイタイムライン用紙に健康を保てる生活行動を書き込もう	3~15人 どなたでも 筆記用具、眼鏡(必要な方)
20 生	暮らしを変える実例集！50代からの住まいの見直し術 横山 恵伊子	2/19(木) 14:00~15:30 イルミン活動室2 500円	リフォームほど大げさでなく、でも“これから”を楽しむための住まいの知恵等を主婦でもある建築士が実例をわかりやすく説明します！！	3~12人 どなたでも 筆記用具
21 生	心も軽く！シニアのための断捨離®式終活レッスン 断捨離トレーナー 西久保 ひでこ	1/16(金)、1/23(金) 14:00~15:30 黒須地区センター洋会議室 1,200円	断捨離式終活は「捨てる」ではなく大切なモノに「気づく」方法。全2回でお伝えする断捨離のコツを実践すれば、心も住まいもスッキリ。質問タイムもありますのでお気軽に！	3~15人 どなたでも 筆記用具

↑ 生：生活

メンバー募集中！－入間市生涯学習をすすめる市民の会－



一緒に活動しませんか？

- ・学びで楽しい仲間を見つけたい方／自身の視野を広げたい方
- ・市内の新たなイベントや企画を立案したい方／参画したい方
- ・市民の学びを支援すると共に市民の学びを活かしてまちづくりに貢献したい方

No.	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容	定員、対象者、持ち物
22 生	スパイシーなインドカレーをルーを使わずに作ります 矢口 洋子	11/1(土) 10:00～14:30 扇町屋地区センター調理実習室 1,000円	インド人から直接教えてもらったレシピを使って玉ネギを炒めるところから始めます。14種類のスパイスを使用。日本人の口に合うように裏技も有り。店で人気の有った豆カレーです。	3～10人 どなたでも エプロン、三角布、布巾、筆記用具
23 生	悩まない子育て、自分育て 前田 ひろみ	12/26(金)、1/9(金)、1/23(金)、2/6(金)、2/13(金) 15:00～16:30 東藤沢地区センター会議室B 1500円	子どもに関わる全ての人へ子どもやあなたが「幸せ」になるコツ、知りたくないですか？あなたのビジョンが叶わない原因と解決方法をお伝えします。一緒に幸せになりましょう。	3～20人 どなたでも 筆記用具
24 生	年金について学びましょう 基礎から最新情報まで 武井 政親	1/19(月)、1/26(月)、2/2(月)、2/9(月)、2/16(月) 10:00～11:30 藤沢地区センター洋室C 無料	年金の仕組みが分かりやすく、正しく学べます。各人の人生設計に役立てて下さい。老齢年金を中心に遺族、障害年金の学習。ご希望、ご質問もお受けします。	3～2、30人 どなたでも 筆記用具
25 生	紅葉の風景 山増 智子	11/28(金) 13:00～14:30 二本木分館工作室 1,000円	昔、見た懐かしい故郷の空、思い出の空を語り合いながら、ぬらし絵という技法を使い、空を描く。その上にアクリル絵具でラギング技法で紅葉の風景を描いていく。	3～10人 小学1年生以上 作品を持ち帰るバッグ、袋。汚れても良い服装。
26 健	気功でお薬に頼らない 元気な身体作りをしましょう！ 高木 映子	1/13(火)、1/20(火)、1/27(火)、2/3(火)、2/10(火) 13:30～15:00 金子地区センター洋室C 2,500円	中国では今でも山で修行者達が気功で身体を調えています。仙人長寿功は7つの動作から成り立ち、各動作を丁寧に行うことで少しずつ骨格が調い体調が良くなる事を実感できると思います。	3～10人 中学生以上 動きやすい楽な服装、飲み物、タオル
27 健	薬膳で毎日の食事を もっと元気で健康に しましょう！ 高木 映子	2/24(火) 10:30～12:00 金子地区センター料理実習室 2,000円	いつもの食材の効能を知れば、その時の体調不良改善や病気予防をすることができます。季節に合った食事をすることも大切です。調理実習をしながら薬膳についてのお話をします。	3～12人 中学生以上 三角巾、エプロン、筆記用具
28 健	椅子ヨガで安全安心に 体の喜ぶヨガを楽しみ ましょう 不二山 礼子	12/4(木) 14:00～15:30 黒須地区センター大会議室 500円	高齢者や体が硬くてと思う方もリラックスしながら、腹式呼吸を取り入れて自分の体に合わせて指先、手首、腕、肩、腰、脚をほぐし日々の生活動作が楽に過ごせるようにしましょう。	3～20人 どなたでも 水分、タオル、楽な服装（スラックス）
29 健	リンパケアで健康増進。 ～健康的な姿勢作りの 基礎講座～ 吉田 澄枝	1/28(水) 14:00～15:30 久保稲荷分館和室ABC 1,000円	姿勢の崩れは筋肉が原因。筋肉の不調はリンパの滞り。老廃物の回収を促して身体の機能を整えましょう。姿勢改善も是非体感して下さい。	3～20人 どなたでも ヨガマット

↑ 生：生活、健：健康

No.	講座名、講師名	日時、場所、費用	内容	定員、対象者、持ち物
30 健	未経験者大歓迎！心と体をほぐすシンプルヨガ リエ	12/13(土)、12/20(土)、12/27(土)、 1/17(土)、1/24(土)、1/31(土)、 2/7(土)、2/14(土)、2/21(土)、 2/28(土) 13:00～14:30 東金子地区センター和室AB 5,000円	忙しい毎日、ほっと一息ついて心と体をヨガでほぐしませんか？ゆったりとした呼吸とシンプルなポーズで、リラックスしたひとときを過ごしましょう。	6人～10人 成人女性。医師に運動を止められていない方、日常動作が一人でスムーズにおこなえる方。 運動しやすい服装、ヨガマット、飲料水、タオル
31 健	真理の探求 私たちの体はどうして動いているの？ 矢口 洋子	2/2(月) 13:00～14:30、14:45～16:15 金子地区センター洋室C 無料	私たちの体はどうして動いているのでしょうか？交通事故の後遺症を治す為に知った波動セラピーのおかげで、体の動く仕組みがわかりました。全て波動でした。その全貌をお話します。	3～10人 どなたでも 探究心
32 健	正しい姿勢と歩き方講座 NPO法人転倒防止を進める会（谷 鉄太郎）	10/20(月)、10/27(月) 10:00～11:30 東金子地区センター大会議室 1,100円	この健康体操は、整骨、整筋、リラクソの運動法により、身体の歪みを取り除き、呼吸器系、循環器系、神経系の働きを促し、自然治癒力を促進させる「整体体操」です。	3～15人 一般 大きめのタオルと飲み水
33 健	姿勢教室・一生歩ける身体づくり 小川 悠	12/22(月) 10:00～11:30 東金子地区センター和室AB 500円	先ずはご自身のカラダと向き合い知ってもらいます。固まっている筋肉をほぐし、緩めたら正しい骨の位置、体の使い方を学び、姿勢への意識を変えていきます。	3～12人 中学生以上 フェイスタオル、水分、動きやすい服装、ヨガマット（無ければバスタオル）
34 健	心と体を元気に！！～簡単ストレッチとイキイキ体操～ 岩重 千鶴子	1/23(金)、1/30(金)、 2/6(金)、2/13(金)、 2/20(金)、2/27(金) 14:00～15:30 扇町屋地区センター洋室CD 3000円	動けることは幸せなことが活動テーマです。軽めの筋トレとストレッチで毎日の運動習慣づけを！心身を元気にする健康体操はゆっくり運動ですが、大切な足腰の筋力づくりに役立ちます。	3～20人 どなたでも 動きやすい服装

↑ 健：健康

市民の会って

いるまなびとサイト: <https://irumanabito.net/>

1995年に発足し、今年で30年目を迎えました。

市民／行政の協働により、市民の学びを支援すると共に入間のまちづくりに貢献しています。主な事業は、

- ・「生涯学習フェスティバル」や「まちの先生講座」の企画・運営
- ・市内10カ所の「生涯学習けいじばん」や、「いるま学びの場」による学び情報の発信、キーワード「※いるまなびと」の普及 ※P.4参照
- ・他市の生涯学習を学ぶ視察研修など



■まちの先生講座の内容、費用について

- ・今年度は、34講座を予定＜講座詳細はP.3～7を参照＞
- ・受講者は費用（材料・資料代等）を講座初日にお支払いください。
（※ただし、オンライン講座は初回開講日の前日までに費用を社会教育課へお支払いください。オンライン講座では当日、万一、ご自身の接続不良等で受講に不具合が発生した場合、講師や事務局での対応はいたしかねます。また、費用の返金もできません。）
- ・講座詳細（講座企画書）は、いるまなびとサイト参照：<https://irumanabito.net/>

■募集について

- ・講座は基本全ての日程にご参加いただける方を募集します。都合により欠席された分の費用は返戻できません。
- ・最少定員に満たない場合は、講座は原則中止。最大定員を上回る時は抽選とします。

■その他

- ・講座の開催については、お申込みいただいた方に郵送等でご連絡いたします。
キャンセルは、開催日の1週間前までに社会教育課へご連絡ください。それ以降のキャンセル・ご連絡なしの欠席については、費用をお支払いいただきます。
- ・教室内や講座の内容の無断撮影・録音、他の受講生への販売・勧誘行為など営利目的や迷惑行為は禁止とします。仮にそのような行為があった場合には、その場で退場いただくとともに、その後の講座の受講が認められなくなる場合があります。

■まちの先生講座 会場所在地一覧 ※会場へのお問合せはご遠慮ください

市民活動センター（仏ミソ）	豊岡4-2-2
扇町屋公民館（扇町屋地区センター）	扇町屋1-9-34
久保稲荷分館（扇町屋地区センター久保稲荷分館）	久保稲荷3-9-3
東町公民館（東町地区センター）	東町3-1-35
黒須公民館（黒須地区センター）	黒須2-3-13
東金子公民館（東金子地区センター）	小谷田77-3
宮寺公民館（宮寺・二本木地区センター）	宮寺2405-1
二本木分館（宮寺・二本木地区センター二本木分館）	二本木256-1
藤沢公民館（藤沢地区センター）	下藤沢5-17-1
藤の台分館（藤沢地区センター藤の台分館）	上藤沢406-31
東藤沢公民館（東藤沢地区センター）	東藤沢3-19-19
西武公民館（西武地区センター）	野田496
博物館アリット	二本木100
武蔵豊岡教会	河原町8-6
ジョソツタリ管理事務所	東町1-6-12
アドバンスカーセロ-本部	豊岡1-3-5 ワソヱ化ル4F