

□ 家庭 家庭に役立つ技能についての講座

| NO | 講座名 | 内容 | 講師依頼先 |
|----|---------------|--|----------------------------|
| 1 | 画像編集講座 | スマホ&タブレットで撮った写真をデコレーションして、記念に残る1枚に変身する仕方を学びます。 | Open Tablet School 認定講師 |
| 2 | 包丁研ぎ講座 | プロの料理人から包丁の研ぎ方のコツを学びます。 | 調整中 |
| 3 | 美しく痩せる食事ダイエット | しっかり食べて痩せるダイエットの方法を学びます。 | 調整中 |

□ 現代的課題 現代社会や環境についての講座

| NO | 講座名 | 内容 | 講師依頼先 |
|----|--------------|--|----------|
| 4 | 環境講座 『気象学講座』 | 地球環境温暖化がもたらす、大雨や猛暑、台風…。そんな、気象災害から身を守る方法や天気に関するノウハウを学びます。 | NHK天気予報士 |

□ 趣味 余暇の時間を楽しむ講座

| NO | 講座名 | 内容 | 講師依頼先 |
|----|-----------|------------------------|-------|
| 5 | 懐かしい昭和の名曲 | 懐メロを歌って、日々のストレスを発散します。 | 音楽療法士 |

□ 教養 知識や教養を身につける講座

| NO | 講座名 | 内容 | 講師依頼先 |
|----|-------------|------------------------------|--------------------|
| 6 | すぐに役立つ話し方講座 | 人前で話すのが苦手の方必見！話し方のコツなどを学びます。 | (有)ミップ・ステーション代表取締役 |

□ 親子 親子のふれあいを支援する講座

| NO | 講座名 | 内容 | 講師依頼先 |
|----|---------|--------------------------------------|-------|
| 7 | 夏休み図工教室 | お父さん、お母さんと一緒に楽しくモノづくりを通して、親子の絆を深めます。 | 調整中 |