


 佐賀県立男女共同参画センター
 佐賀県立生涯学習センター

0952-26-0011

男女共同参画センター

生涯学習センター

DV総合対策センター

相談する

図書を借りる

視聴覚機材や
PCを借りるホールや研修室を
借りる
[トップページ](#) > [生涯学習センター](#) > [講座レポート](#) > [30年度](#) > [県民講師チャレンジ講座](#) > 平成30年度県民講師チャレンジ講座(11講座)の紹介

平成30年度県民講師チャレンジ講座(11講座)の紹介

県民講師チャレンジ講座は、公募により県民自ら講師となり、講座を開催する事業です。

初めて講師となる方や、新たな分野で講師にチャレンジされる方などの実践力を高める機会として、11企画の講座を開催しました。

各講座「講座レポート」でもご紹介しています。是非ご覧ください。



1

講座名 可愛い花かご作り
～ドライフラワーで部屋飾りを作りましょう～

講師名 出口 栄子

講座内容 身近な草花のドライフラワーや、手に入りやすい材料を使ってアレンジメントするワークショップ。草花の名称、効用、育て方なども学ぶ。


2

講座名 はじめてでもできるヨリラックスヨガ講座

講師名 古賀 ともこ

講座内容 普段外に向けている意識を自身の内側に向け、呼吸に合わせてながらやさしく体を動かしていくヨガを体験する。ヨガの効能や効果も学ぶ。


3

講座名 伝統工芸・木目込み人形
～思い出の布で作る佐賀城下御殿まり～

講師名 鷺崎 真雅恋

講座内容 胡粉糊(ごふんとうろ)ボディのまりを使い、持参した思い出の布を木目込む技法で御殿まりを作る。伝統工芸木目込みの歴史や初歩の技法を学ぶ。


4

講座名 もし、目の前に人が倒れていたら貴方はどうしますか?
看護師が伝える8.5分のできる事

講師名 石橋 千香

講座内容 倒れている傷病者を発見してから救急車が到着するまでの8.5分間に行う「命のリレー」について学ぶ。119番通報、胸骨圧迫、AEDの使い方などの疑似体験もする。


5

講座名 これでお部屋が好きになる! 今まで思っていたのとまったく違う
風水お片づけ講座

講師名 片倉 洋子

講座内容 中国の伝統的な風水の考え方を現代風にアレンジしたコンテンツラリー風水を用いた講座。風水の知識、生活への取り入れ方、考え方を学ぶ。図面を使ったワークも行う。


6

講座名 身近な食材でカンタンにできる 薬膳で元気になろう!

講師名 横尾 柚美

講座内容 中医学をもとにした食事療法の薬膳講座。日頃の養生、未病の予防、食材の特性や自分の体に必要な食材を食す必要性を学ぶ。



講座名 ～みんなで言葉をつむぎませんか～いのちの朗読会
「たったひとつの命だから」

講師名 しげまつ ひろみ
重松 裕美

講座内容 難病の少女が書いた「たったひとつの命だから」という言葉に続くメッセージを、全国に募ったことから始まった朗読会。命について考え、メッセージを書くワークも行う。



講座名 折り紙で笑顔を！私のおひな様

講師名 あおやぎ いつこ
青柳 伊都子

講座内容 年齢問わず、いつでもどこでも誰でも楽しめる折り紙のワークショップ。季節に応じた折り紙作品の折り方、折り方の名称、決まり事を学ぶ。



講座名 暮らしを楽に！生活の見直しと夢の設計講座

講師名 やの さおり
矢野 さおり

講座内容 財産整理や身の回りの整理の仕方など、暮らしを見直し将来の夢へと繋げる講座。電卓を使った生活設計のワークを行う。



講座名 自分で考え、自ら動く習慣がつく7つのコツ

講師名 おか ゆみ
岡 由美

講座内容 物事に対する不平不満の原因を知り、それを克服するための7つのコツを学ぶ。実際にPDCAサイクルを身につけるためのワークをする。



講座名 Let'sカスタマイズ！わが家の非常持出袋

講師名 ひえだ くにえ
柳田 邦恵

講座内容 被災者である講師の視点から、予期せぬ自然災害に備えてわが家用の非常持出袋を考える。イラストを使い必要な物を可視化するワークを行う。

[アバンセとは](#) | [リンク集](#) | [公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

アバンセ 佐賀県立男女共同参画センター
佐賀県立生涯学習センター

TEL : 0952-26-0011
FAX : 0952-25-5591

〒840-0815
佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんどの森内)

[交通アクセス](#)

[お問い合わせ](#)

開館時間

火曜～土曜日：8時30分～22時00分
日曜・祝日：8時30分～17時00分
(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)
12月29日から翌年1月3日まで

[館内フロアマップ](#) >>

[施設利用の手続き](#) >>

[利用料金表](#) >>

[施設利用Q&A](#) >>

アバンセレストラン
「あいちゃん農園」 お問い合わせは
080-4312-4831