



アネックス パル法円坂 **冬** の教室 2014

習いごと広場 LEARNING SQUARE

全17講座開講



申し込み方法

下記申込書にご記入の上、財団法人大阪市教員会館までFAX・Eメール・郵送にてお申込みください。
《入門者・初心者のための英会話》は時間帯を備考欄にご記入下さい。
(受付時間10:00~17:00 土、日、祝除く。電話による申込は不可)

FAX 06-6941-7474
Eメール kaikan@zaidan.or.jp

受講料のお支払い

受講料・教材費は教室開講日に直接お支払ください。お支払い頂いた受講料は原則としてお返しできません。

※ご連絡なく欠席された場合は、材料費のご請求をさせていただきます。

注 意

先着順で定員になり次第締め切ります。締切日を過ぎてても定員に満たない場合は、お申込みを受け付ける場合があります。(お問合せください。) やむをえない事情により日程・講師が変更になる場合があります。また、応募者が一定数に達しないなどの理由により開講を中止することがあります。あらかじめご了承ください。

習いごと広場 LEARNING SQUARE 2014 申込書

教室名			
氏名		年齢	
住所	〒		
連絡先	携帯電話 TEL	E-MAIL FAX	
備考 (クラス・時間等)			

お問合せ
お申込み先・主催

一般財団法人 大阪市教員会館
TEL 06-6941-0951

後援 大阪市

1 ほんとうに美味しい野菜の食べ方

毎日のおかず作りに困っていませんか？
ちょっとしたコツでムダのない野菜の食べ方をお教えます。

●日程・時間帯・回数

1月20日(月) ほっこり冬野菜の食べ方
月曜日 午前10時30分～12時

- 講師 野菜ソムリエ・調理師 なかにしさとみ
- 定員 10名
- 対象 どなたでも
- 受講料 2,000円(教材費含む)
- 応募締切日 10日前
- 持ち物 筆記用具、タオル
- 備考 調理実習はありません



4 冬の大阪城ランニング & つぼコンディショニング

初心者～上級者まで走ることが好きな方ならどなたでも大歓迎。
走る前と走った後で行う「つぼコンディショニング」も学べます。

●日程・時間帯・回数

第1回 1月17日(金)
第2回 2月21日(金) 大阪城ランニングとつぼコンディショニング
第3回 3月21日(金・祝)
いずれの回も第3金曜日 午後7時～9時 全3回

- 講師 健康管理室フォレスト 川島大明
他ランニングサポートセンタースタッフ
- 定員 15名 対象 興味がある方ならどなたでも
- 受講料 各回1,000円(ランニングサポートセンター利用料含む)
- 応募締切日 各回10日前
- 持ち物 タオル、その他ランニングに必要な物。
- 備考 雨天中止(事前連絡させていただきます)

2 ドリームフラワー やさしいプリザーブドフラワーアレンジメント講座

長期間美しさを保つ花、プリザーブドフラワー。どなたでも簡単にできる、とてもやさしいアレンジメント講座です。季節ごとの豊富なデザインで、ご自身の感性でアレンジしていただけます。

●日程・時間帯・回数

第1回 1月26日(日) チョコ風のギフトBOXアレンジ
第2回 2月23日(日) 真冬のジュエルローズアレンジ
第3回 3月23日(日) 春先の花束アレンジ
いずれの回も日曜日 午前10時～12時 全3回

- 講師 プリザーブドフラワーデザイナー NoNo♪
- 定員 10名 対象 どなたでも 受講料 3,000円
- 教材費 9,000円(全3回分) 応募締切日 各回10日前
- 持ち物 ①花切り専用ハサミ(無ければ貸します) ②作品を持って帰るマチ付の袋
- 備考 1回のみ受講も可能です!但し、1回につき受講料1,000円+材料費3,000円が必要になります。申し込み時に、ご希望の日を指定ください。
一日体験受講は2,500円(受講料1,000円+材料費1,500円)です。
※受講日5日前のキャンセルにつきましては材料費の負担をお願いする場合があります。

5 安らぎのフラワーアレンジ～プリザーブドフラワー編～

プリザーブドフラワーという長持ちするお花を使って、ワンランク上のセンス溢れるアレンジを作ってみませんか?今回は、豪華2～3点セットを制作します!

●日程・時間帯・回数

第1回 2月8日(土) 天使が見守る～バレンタイン・アレンジ【2点セット】
第2回 3月8日(土) コーティングフラワーで作る～お花のアクセサリ【豪華3点セット】
いずれの回も第2土曜日 午前10時15分～12時 全2回

- 講師 フラワーアレンジメント講師 KAKAN
- 定員 8名 対象 どなたでも
- 受講料 2,000円(全2回)
- 教材費 8,000円(全2回)
- 応募締切日 各回10日前
- 持ち物 花切りハサミ、筆記用具、作品を持ち帰るためのマチの広い紙袋
- 備考 *体験レッスン おひとり様一回まで可能(5000円)。
*お花の材料発注の関係で大変恐縮ですが、ご欠席となった場合は教材費のみいただくことがあります。(レッスン4日前～当日)

3 心も体も若返り ゆびの体操・趣味の大正琴

なにか楽器を演奏してみたい。でも、「むづかしそう」と思いませんか? いいえ大正琴はちがいます。1、2、3、の数字を見て指を動かすと、脳の活性化、老化防止、リハビリ運動につながり最適な趣味と健康法です。ゆっくりといねいにさあはじめましょう。心も体も若返ります!!

●日程・時間帯・回数

第1回 1月27日(月) 「聞いて、見て、触れて」大正琴をひこう
第2回 2月10日(月) 「ゆびづかいや姿勢、奏法」を覚えてひいてみよう
第3回 2月24日(月) 「CD、テープ」を活用して練習しよう
第4回 3月10日(月) 「歌いながら、内容や曲想を表現」しよう
第5回 3月24日(月) 「かえるのうた」「浜千鳥」「うれいひなまつり」「富士山」からはじめよう
いずれの回も月曜日 午前10時～12時 全5回

- 講師 野村厚子 定員 5～8名位
- 対象 初心者の方、男女年齢問わず 楽器は、はじめてという方
- 受講料 6,500円(3ヶ月) 教材費 本代 1,995円
- 応募締切日 各回10日前
- 持ち物 初回は大正琴を用意します。お手持ちがあれば持参下さい。2回目より貸琴もあります。
- 備考 第1・第3(月)上級クラスあります

6 花の香りでリラックス! 安らぎのフラワーアレンジ

花は幸せを運んでくれます。花の香りに癒され、季節を楽しみ、笑顔になりましょう! レッスン後のティータイムもお楽しみに。

●日程・時間帯・回数

第1回 1月27日(月) バレンタインのBOXアレンジ【生花】
第2回 2月24日(月) とっても可愛い!おひなさまアレンジ【生花】
第3回 3月24日(月) 幸せを呼ぶ～鳥かごアレンジ【生花】
いずれの回も第4月曜日 午後1時30分～3時30分 全3回

- 講師 フラワーアレンジメント講師 KAKAN
- 定員 8名 対象 どなたでも
- 受講料 3,000円(全3回) 教材費 9,000円(全3回)
- 応募締切日 各回10日前
- 持ち物 花切りハサミ、筆記用具、作品を持ち帰るためのマチの広い紙袋
- 備考 *体験レッスン おひとり様一回まで可能(4,000円)。
*お花の材料発注の関係で大変恐縮ですが、ご欠席となった場合は教材費のみいただくことがあります。(レッスン4日前～当日)

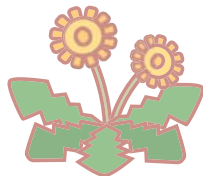
7 入門者・初心者のための英会話 — 火曜日コース —

英語の勉強を基礎から学びたい方! 発音もうまくなりたい方!
絵を使って文の組み立て方を学ぶので、どなたでも日常会話ができるようになります。

●日程・時間帯・回数

- 第1回 1月21日(火) ①発音はフォニックス(音声学)を学んで発音練習するのでうまくなります。
第2回 1月28日(火) ②絵で楽しく文の作り方を学ぶので英語が分かりやすく好きになります。
第3回 2月 4日(火) ③体で実感して英語を覚えるので英語がスラスラと出てきて会話ができるようになります。
第4回 2月18日(火)
いずれの回も火曜日 午前11時15分～12時15分 全4回

講師	秦 清子	教材費	1,000円
定員	15名	持ち物	筆記用具
対象	入門者、初心者		
受講料	8,000円		
応募締切日	各回10日前		



10 海外旅行に役立つ! 店内・旅行英会話(午前・午後の部)

海外旅行に行って笑顔で“Thank you.”と言えるように、今から英会話をレッスンしてみませんか? 授業では会話だけでなく、発音練習も取り入れています。英会話レッスンで楽しく充実した時間をお過ごし下さい。

●日程・時間帯・回数

- 第1回 1月16日(木) 第2回 1月23日(木)
第3回 2月 6日(木) 第4回 2月13日(木)
第5回 2月20日(木)
いずれの回も木曜日 全5回 (午前クラス)午前10時30分～12時
(午後クラス)午後1時15分～2時45分

講師	英会話講師 吉村 ^{ケイコ} 継子
定員	各クラス 15名
対象	初級～中級レベル
受講料	6,000円
応募締切日	1月6日
持ち物	筆記用具、辞書(なくてもOK)



8 入門者・初心者のための英会話 — 金曜日コース —

英語の勉強を基礎から学びたい方! 発音もうまくなりたい方!
絵を使って文の組み立て方を学ぶので、どなたでも日常会話ができるようになります。

●日程・時間帯・回数

- 第1回 1月17日(金) ①発音はフォニックス(音声学)を学んで発音練習するのでうまくなります。
第2回 1月24日(金) ②絵で楽しく文の作り方を学ぶので英語が分かりやすく好きになります。
第3回 1月31日(金) ③体で実感して英語を覚えるので英語がスラスラと出てきて会話ができるようになります。
第4回 2月 7日(金)
第1部 午前10時～11時
第2部 午前11時15分～12時15分
いずれの回も金曜日 全4回

講師	秦 清子	定員	各クラス15名
対象	入門者、初心者	教材費	1,000円
受講料	8,000円	持ち物	筆記用具
応募締切日	各回10日前		

11 夢いっぱい の ペンシルバルーン教室

お花や動物色々からキャラクターまでつくってしまう夢いっぱいのペンシルバルーンをはじめませんか?

●日程・時間帯・回数

- 第1回 1月11日(土) ドナルド・ダック 第2回 1月25日(土) ティージー・ダック
第3回 2月 8日(土) グーフィー 第4回 2月22日(土) ポパイ
第5回 3月 8日(土) くまのプーさん 第6回 3月22日(土) ハローキティ
いずれの回も第2・第4土曜日
午前11時30分～12時30分 全6回

講師	まぎ～マモル(沢地 守)
定員	20名
対象	子供から大人まで
受講料	3,000円(6回分)
教材費	6,000円(6回分)
応募締切日	各回10日前
持ち物	ポンプとハサミ



9 外国人と英語で仲間作り 英会話サロン

英語に慣れ親しむために、外国人や日本人同士で英語でしゃべる練習をしながら仲間作りをしませんか!

●日程・時間帯・回数

- 1月23日(木) 午後2時～4時
①外国人とお茶やコーヒーをいただきながら楽しく英語でしゃべる練習をしよう!
②英会話の力がつきます。
③心もウキウキ、友達も出来る。
④英語に自信がない人でもスタッフがお手伝い致します。
⑤勿論、日本語を使ってもOKです。

講師	秦 清子
定員	20名
対象	入門者、初心者
受講料	3,000円
応募締切日	10日前



12 ステージマジックもテーブルマジックも たのしいマジック教室

ステージマジックとテーブルマジックを1つずつ学びます。カードマジックからスプーン曲げまで、楽しいマジック教室です。

●日程・時間帯・回数

- 第1回 1月11日(土) シルクとカード 第2回 1月25日(土) シルクとカード
第3回 2月 8日(土) ロープとカード 第4回 2月22日(土) ロープとカード
第5回 3月 8日(土) スプーンまげ 第6回 3月22日(土) ギミックカード
いずれの回も第2・第4土曜日
午前9時～11時30分 全6回

講師	小林 保
定員	20名
対象	どなたでも
受講料	3,000円(6回分)
教材費	6,000円(6回分)
応募締切日	各回10日前



13

家庭で簡単に ツボと温灸講習会

温灸は家庭で簡単にできる健康管理の方法です。
ツボと温灸では、様々な身体の不調に対応できるセルフケアを学べます。

●日程・時間帯・回数

第1回 2月25日(火) ツボと温灸(基本編)
第2回 3月25日(火) ツボと温灸(応用編、ストレス、眼の疲れ、その他)
いずれの回も第4火曜日 午後7時～8時30分 全2回

講師 川島大明

定員 10名

対象 どなたでも

受講料 6,000円(教材費含む)

応募締切日 各回10日前

持ち物 筆記用具、ノート

備考 肘・膝まで捲り上げることができる服装



16

気軽に楽しめる 針と糸で作る ビーズアクセサリー教室

誰にでも簡単に編める針と糸と穴の大きなビーズを使ってステップを追いながら基本的なテクニックを学んでいきます。シニアの方にもおすすめです。

●日程・時間帯・回数

第1回 1月11日(土) お花のグラスコード
第2回 2月22日(土) フラットスパイラルのネックレス
第3回 3月 8日(土) エアパールの2wayネックレス
いずれの回も土曜日 午前10時～12時 全3回

講師 (財)日本生涯学習協議会

ビーズアートステッチ・ビーズクロッシェ・ジェルデコリ 認定講師 今村由起

定員 10名 対象 どなたでも

受講料 10,000円(全3回・教材費含む)

応募締切日 各回10日前

持ち物 ビーズマット(お持ちなら)、糸切りバサミ、ものさし

備考 1回のみ参加OK 受講料1回 1,200円+材料費

14

ミャンマー留学生と学ぶ 教育文化交流教室

日本・ミャンマー教育交流基金は1992年からミャンマーの学校の改修や教科書の配布などの活動をしてきました。

今回はミャンマーの留学生などから大きく変化するミャンマーの現状について、日本との関係に視点を置いて話していただきます。

●日程・時間帯・回数

2月28日(金)
午後6時30分～8時30分

講師 日本・ミャンマー教育文化交流基金・
ミャンマー留学生 他

定員 20名

対象 ミャンマーに関心のある人

受講料 1,000円

応募締切日 各回10日前



17

英語教育のための フォニックス指導ワークショップ

現代社会において、英語はいまや必要不可欠なものになっています。特に小学校における英語教育については今、大きな話題となっています。初めての方にも、深く学べる内容になっていますので、多数ご参加ください。

●日程・時間帯・回数

1月25日(土)
午前10時～12時

講師 秦 清子

対象 英語教育に関心のある方

定員 20名

受講料 3,000円(教材費含む)

応募締切日 10日前

持ち物 筆記用具



15

第16回 桂枝光の 落語で学ぶ話し方講習会

二代目 桂枝光師匠を講師に話し方講習会です。プロの噺家から、落語を通じ話し方を学びましょう。ゲスト講師に桂あやめさん、笑福亭仁嬌さんを招くなど、豪華メンバーにてお楽しみいただきます。

●日程・時間帯・回数

1月18日(土) 午後2時～

講師 桂枝光・桂あやめ・笑福亭仁嬌

対象 どなたでも

定員 200名

会場 アネックスパル法円坂7階 なにわのみやホール

受講料 前売1,000円(当日1,200円)

お問合せ ※受講料はアネックスパル法円坂フロントでも取り扱いしています。
郵送希望の方はお問い合わせ下さい。(06-6941-0951)



習いごと広場 講師 & 講座紹介

ドリームフラワー やさしいプリザーブドフラワー アレンジメント講座

(講師:プリザーブドフラワーデザイナーnono♪)

生花より長持ちする枯れないお花を使った、とてもやさしいアレンジメント講座です。

『私は不器用だから〜』と言う生徒さん、作品を制作した後は『楽しかったです。これなら私にも出来そうです』と言ってお帰りになられます。

毎月一度の開講ですが、長く続けて受講される生徒さんもレベルアップされています。

アレンジは型にハマったデザインでなく、季節ごとに合ったデザインで、生徒さんの感性を伸ばして制作していただける様になっています。

簡単なラッピング付の講座なので制作していただいた作品をプレゼントしていただけます。とても喜んで頂いております。生徒さんのご希望があれば、ステップアップのレッスンも受けていただける講座です。



家で簡単に! ツボと温灸講習会

(講師:川島大明)

寒い季節にカラダを温めるお灸はいかがでしょうか?免疫力を高めることができるお灸で、カラダの不調を整えて、健康的な日々を送りましょう。“冷え”や“むくみ”でお悩みの方もぜひ一度お灸を体験してください。台座付のお灸なのでやけどの心配ありません。この冬をお灸と一緒に乗り切りましょう。



ミャンマー留学生と学ぶ 教育文化交流教室

(講師:日本ミャンマー教育文化交流基金・ミャンマー留学生・エイチャー)

ミャンマーの経済発展、民主化が世界の人々に歓迎されています。日本でもミャンマーに対し、大きく関心が盛り上がっています。

私たち日本・ミャンマー教育交流基金では、1992年からミャンマーの学校改修。教科書配布、ミャンマー留学生への支援、ミャンマーへのフィールドワーク、初級ミャンマー語教室の開催などの活動を続けてきました。

今回のミャンマー文化講座は、留学生のエイチャーさんに、ミャンマー留学生から見た、日本の文化とミャンマーの文化の類似点と相違点について話していただきます。異文化を知ることにより、共生社会の実現を図りましょう。

国際交流や、ミャンマーに関心ある方の参加をお待ちしています。



市民ギャラリー

入場
無料

会場 アネックス パル法円坂(大阪市教育会館)
3階B棟市民ギャラリー

展示期間 通年(アネックスパル法円坂休館日を除く)

開設時間 午前9時30分～午後5時

アネックスパル法円坂(旧大阪市立中央青年センター)B棟3階の市民ギャラリーでは、年間を通し書画などの作品を展示しています。

● 習いごと広場・ラーニングスクエア ちぎり絵教室作品展

平成25年12月5日(木)～平成26年2月4日(火)

● 重慶市文史研究館 迎春扇子絵展

平成25年12月1日(日)～平成26年1月31日(金)

● 第56回大阪市立小学校児童作品展

第54回大阪市立中学校生徒作品展

第16回日中児童絵画作品展

平成26年2月15日(土)～2月17日(月)

後援 大阪市教育委員会(予定)

大阪市小学校教育研究会(図画工作部会)大阪市小学校教育研究会(国語部書写委員会)

大阪市立中学校教育研究会(美術部)大阪市立中学校教育研究会(国語部)

協力 上海市教育会堂



▲上海市愛菊小学校で展示された大阪の子どもたちの作品。
(2013年3月)

教室	日 時	対 象	定員	費 用
1 ほんとうに美味しい野菜の食べ方	1/20 月曜日 10:30～12:00	どなたでも	10名	2,000円(教材費含む)
2 ドリームフラワー やさしいプリザーブドフラワー アレンジメント講座	1/26・2/23・3/23 日曜日 10:00～12:00 全3回	どなたでも	10名	3,000円 教材費 9,000円(全3回分) *一日体験受講 2,500円(受講料1,000円+材料費1,500円)
3 ゆびの体操・趣味の大正琴	1/27・2/10・24・3/10・24 月曜日 10:00～12:00 全5回	初心者の方、男女 年齢問わず 楽器は、 はじめてという方	5～8名	6,500円(3ヶ月) 教材費 本代 1,995円
4 冬の大阪城ランニング&つぼコンディショニング	1/17・2/21・3/21 第3金曜日 19:00～21:00 全3回	興味がある方なら どなたでも	15名	各回1,000円 (ランニングサポートセンター利用料含む)
5 安らぎのフラワーアレンジ ～プリザーブドフラワー編～	2/8・3/8 第2土曜日 10:15～12:00 全2回	どなたでも	8名	2,000円(全2回) 教材費 8,000円(全2回) *体験レッスン おひとり様一回まで可能(5,000円)。
6 花の香りでリラックス! 安らぎのフラワーアレンジ	1/27・2/24・3/24 第4月曜日 13:30～15:30 全3回	どなたでも	8名	3,000円(全3回) 教材費 9,000円(全3回) *体験レッスン おひとり様一回まで可能(4,000円)。
7 入門者・初心者のための英会話 一火曜日コース	1/21・28・2/4・18 火曜日 11:15～12:15 全4回	入門者、初心者	15名	8,000円 教材費 1,000円
8 入門者・初心者のための英会話 一金曜日コース	1/17・24・31・2/7 金曜日 全4回 第1部 10:00～11:00 第2部 11:15～12:15	入門者、初心者	各15名	8,000円 教材費 1,000円
9 英会話サロン	1/23 木曜日 14:00～16:00	入門者、初心者	20名	3,000円
10 海外旅行に役立つ!店内・旅行英会話(午前・午後の部)	1/16・23・2/6・13・20 木曜日 全5回 (午前クラス)10:30～12:00 (午後クラス)13:15～14:45	初級～中級レベル	各15名	6,000円
11 ペンシルバルーン教室	1/11・25・2/8・22・3/8・22 第2・第4土曜日 11:30～12:30 全6回	子供から大人まで	20名	3,000円(6回分) 教材費 6,000円(6回分)
12 マジック教室	1/11・25・2/8・22・3/8・22 第2・第4土曜日 9:00～11:30 全6回	どなたでも	20名	3,000円(6回分) 教材費 6,000円(6回分)
13 ツボと温灸	2/25・3/25 第4火曜日 19:00～20:30 全2回	どなたでも	10名	6,000円(教材費含む)
14 ミャンマー留学生と学ぶ教育文化交流教室	2/28 金曜日 18:30～20:30	ミャンマーに 関心のある人	20名	1,000円
15 第16回 桂枝光の落語で学ぶ話し方講習会 ゲスト 桂あやめ・笑福亭仁嬌	1/18 土曜日 14:00～	どなたでも	200名	前売1,000円(当日1,200円) *受講料はアネックスパル法円坂フロントでも取り扱っております。 郵送希望の方はお問い合わせ下さい。(06-6941-0951)
16 気軽に楽しめる 針と糸で作るビーズアクセサリー教室	1/11・2/22・3/8 土曜日 10:00～12:00 全3回	どなたでも	10名	10,000円(全3回・教材費含む) *1回のみ参加OK 受講料1回 1,200円+材料費
17 英語教育のためのフォニックス指導ワークショップ	1/25 土曜日 10:00～12:00	英語教育に 関心のある人	20名	3,000円(教材費含む)
市民ギャラリー	会 場: B棟3階市民ギャラリー 展示期間: 通年(アネックスパル法円坂休館日を除く) 9:30～17:00 年間を通し書画などの作品を展示しています。			入場無料



習いごと広場 講習会場

アネックス パル法円坂

大阪市教育会館

〒540-0006 大阪市中央区法円坂1-1-35 URL/ <http://www.zaidan.or.jp/>

会議・ミーティング・ご宴会・パーティ

利用案内

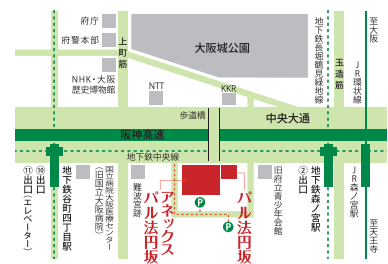
- 開館時間** 午前9時30分～午後9時 **休館日** 年末年始等(お問い合わせください)
- 利用申込** 会議室等の利用(簡易な食事を伴う会議を含む)受付は、利用月を含む6ヶ月前の1日から。宴会を伴う会議については、12ヶ月前から。特別の事由がある場合はご相談ください。
- 受付時間** 来館 → 午前9時30分～午後8時 電話 → 午前10時～午後8時
- 支払い** 会館利用の承認を受けた方は、利用料を「仮予約」から10日以内、予約日が利用日の直前の場合は利用日の3日前までに納付してください。特別の事由がある場合はご相談ください。

お問合せ
お申込み

アネックス パル法円坂での
会議・ご宴会は **アネックス パル法円坂** (TEL.06-6943-5021)
FAX:06(6945)4833 E-mail:annex@zaidan.or.jp

プライダルとパル法円坂での
会議・ご宴会は **パル法円坂** (TEL.06-6943-1122)
FAX:06(6943)1137 E-mail:hoenzaka@1122pal.ne.jp

習いごと広場の
お申込みは **一般財団法人 大阪市教員会館事務局** (TEL.06-6941-0951)
FAX:06(6941)7474 E-mail:kaikan@zaidan.or.jp 受付時間 10:00～17:00(土・日・祝除く)
大阪市民教育研究所 (TEL.06-6948-5418)
FAX:06(6948)5419 E-mail:kenkyusho@zaidan.or.jp



フライダルフエア
毎土日曜日
パル法円坂

カフェ&レスト
ランチも充実予約制
デザイナーも