

# 生涯学習ボランティアバンク 自主企画講座

生涯学習ボランティアバンク登録者が企画・講師の講座です。  
今年は秋の深まりとともに、新しいことを始めてみませんか？

## 1 アロマと写経で 脳を活性化

講師：石山 知子

- 日時 11月2日(水) 10時～11時30分
- 定員 先着10名(18才以上が対象)
- 参加費 1,200円(資料代・材料費)

## 2 絵本の読み聞かせや紙芝居をもっと楽しく！ ～小道具作り～

講師：野上 淑子

- 日時 11月10日(木) 13時30分～15時30分
- 定員 先着8名
- 参加費 300円(材料費)

## 3 視覚障がい者の移動と生活に役立つ音声案内 「ナビレンス」利用体験会

講師：大沢 博雄

- 日時 11月11日(金) 10時～12時
- 定員 先着10組(補助犬同伴可能)
- 参加費 無料

## 4 生涯学習に最適！じっくり学ぶほどに 奥深い～カウンセリングの世界～

講師：荒木 幸子

- 日時 11月12日(土) 13時30分～15時30分
- 定員 先着30名
- 参加費 100円(資料代)

## 5 米粉でクッキング スパイスカレーと肉のピカタ

講師：長島 幸子

- 日時 11月14日(月) 10時～12時
- 定員 先着24名
- 参加費 1,500円(材料費)

## 6 身につく簡単マジック教室

講師：坂井 正人

- 日時 11月17日(木) 13時30分～15時30分
- 定員 先着20名
- 参加費 1,000円(教材一式)  
(持ち帰りできます)

⚠️ 新型コロナウイルス感染拡大状況により、中止や延期となる場合があります。  
マスクの用意・着用、手指の消毒(手洗い)、社会的距離の保持をお願いします。

各講座の詳細  
は裏面へ！！

## お申し込み方法

1 ～ 6 いずれも

10月5日(水) 午前9時から

電話で先着

【主催・お申し込み先】

新潟市教育委員会

生涯学習センター

(クロスパルにいがた内)

電話：025-224-2088

1

## アロマと写経で 脳を活性化

アロマセラピーの基本的な事を学び、  
脳の活性化を期待できそうな香りの  
スプレーを作ります。  
そして、スプレーを使った写経の  
方法を伝えます。



2

絵本の読み聞かせや紙芝居をもっと楽しく！

## ～小道具作り～

子育て支援や絵本の読み聞かせ、  
デイサービスのレクリエーションなど、  
ボランティアに役立つ  
アイデア満載！わらべうた、  
ペープサート、パネルシアターも。



3

視覚障がい者と移動と生活に役立つ音声案内

## 「ナビレンス」利用体験会

ナビレンスはQRコードのようなタグ（写真）を  
スマホのアプリで読み込むことで、タグの情報を音声  
で知らせてくれます。現代版点字ブロックともいえる  
ナビレンスが移動と生活を変える可能性があります。

※スマートフォンをお持ちください。



4

## 生涯学習に最適！じっくり学ぶほどに 奥深い～カウンセリングの世界～

自分の思いや感じや考え等を語らい、自己肯定感  
アップへ！職場、親子夫婦間等良好な人間関係が  
築けます。

年齢、性別、動機問わず参加できます。



5

## 米粉でクッキング スパイスカレーと肉のピカタ

価格高騰している食品カレールウ、  
小麦粉を使わず、  
米粉使用で低カロリー、高タン  
パクな美味しい食事を作って  
みませんか！



6

## 身につく簡単マジック教室

簡単マジックの実演と解説でマジックの  
楽しさを体験！コミュニケーション、  
友達づくりに最適です。教材セットを持  
ち帰って、家族や友人に披露しましょう。



講座やイベントの  
講師をお探しの方!!

## 生涯学習ボランティアバンクとは？

新潟市生涯学習ボランティアバンクは、豊かな知識や経験、技能を持っている個人やグループ  
がボランティアとして登録しており、指導者や支援者をお探しの市民の皆さんへご紹介してい  
ます。活動は、地域や学校、福祉施設などに行き、楽器演奏や工作指導、料理など多岐にわた  
ります。詳しくは、生涯学習センターまでお問い合わせください。

### 【会場・お問い合わせ先】

#### 新潟市教育委員会 生涯学習センター

〒951-8055 新潟市中央区礎町通 3ノ町 2086 番地

電話：025-224-2088 FAX：025-223-4572

E-mail：crosspal@city.niigata.lg.jp

詳しくは [新潟市生涯学習ボランティアバンク](#) で検索！

#### 【交通案内】

◆徒歩…JR 新潟駅万代口より20分程度

◆バス…古町方面行き 礎町または本町下車徒歩3～5分

◆車…駐車場29台（障がい者用1台含む）有。

受付の機械処理で最初の30分無料。

以後30分ごとに150円。

