

2023 年度

生活・地域・健康・子育て・介護・社会問題・趣味・生き方・暮らし方…

近くに学べる
場があります!

ミューいしがせ 講座案内



- ① ミューいしがせ窓口でお申込み
- ② お電話でお申込み (0562) 48-0588
- ③ Eメールでお申込み misigase@ma.medias.ne.jp
- ④ FAXでお申込み (0562) 44-9144



↑
メールはこちら

申込受付時間：開館日の9：00～17：00

Eメール・FAXでお申し込みの際は、件名に「講座申し込み」、本文にご希望の講座名・お名前・住所・電話番号を入力の上送信してください。

- お申込みは窓口優先となります。
- 申し込み多数の場合、抽選となる場合があります。
- 受講料は無料ですが、材料費が必要になる場合があります。
- 講師の都合により、日程や内容に変更が生じる場合があります。
- 感染症拡大の状況や気候状況により、直前に講座を中止とする場合があります。
- 講座風景を写真撮影し、広報宣伝などに掲載する場合があります。

ミューいしがせ (大府市石ヶ瀬会館)

指定管理者 NPO法人ミューがらん・おおぶ

住所 〒474-0035
大府市江端町四丁目1番地

ウェブサイト
<http://www.medias.ne.jp/~misigase/>

休館日
第2第4月曜日、8/13・14・15、年末年始



↑
ウェブサイトはこちら



レディースカレッジ

私の生き方・暮らし方講座～考え、学び、輝く未来へ～

自分らしさを大切に、充実した生き方を探してみませんか？仲間と共に学び合う中で明日につながる生き方のヒントが見つかるかもしれません。



時間 10:00～12:00

対象 女性

定員 30名

受付開始 4/3(月)～



①	4/21 (金)	合同開講式 ～イキイキと生きられる社会のために必要なこととは？～	椋山女学園大学 教授 東 珠実	⑪	9/8 (金)	安心した暮らしのために② ～実際に施設見学に行ってみよう～	介護の熱弁家 ノッポさん
②	5/12 (金)	はじめまして！レディースカレッジ ～これからの学び &地域で仲間作り～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ	⑫	9/21 (木)	安心した暮らしのために③ ～みんなで防災・ 避難所について考えてみよう～	場所：DAIWA 防災学習 センター (現地集合・現地解散)
③	5/26 (金)	自分を整えよう① ～表情筋トレーニング&心美学～	日本表情筋トレーニ ング協会 認定講師 中庭 香	⑬	10/2 (月)	もっと気持ちが楽になる ～ストレスを減らそう～	ウィメンズカウンセリ ング名古屋 YWCA 加藤 佐紀子
④	6/14 (水)	暮らしの中の SDGs ～未来の子ども達のために 私達ができること～	一般社団法人中部 SDGs 推進センター 副代表理事 ワタミ株式会社 執行役員 SDGs 推進本部長 百瀬 則子	⑭	10/20 (金)	大人の遠足 ～岡崎ぶらり旅～	
⑤	6/23 (金) 13:30～	(男女共同参画週間) Colorful Week 講演会【公開】 ～社会全体で子育てを応援する 多様な生き方・育て方・働き方～	(有)モーハウス 代表 光畑 由佳	⑮	11/9 (木)	スマホをもっと活用しよう ～使ってみよう 生活を豊かにするアプリ～	ビクセルパソコンス クール 教室長 山本学園情報文化専 門学校 非常勤講師 久野 一輝
⑥	6/24 (土) 14:00～	(男女共同参画週間) Colorful Week 性の多様性【公開】 ～誰もが、自分らしく～	愛知県公立中学校教諭 トランス女性 浦田 幸奈	⑯	11/25 (土)	DVシンポジウム【公開】 男性の非暴力宣言 ～男性の立場から取り組む DVのない社会づくり～	関西大学 教授 多賀 太
⑦	7/7 (金)	自分を整えよう②血液は万病のもと ～自分の体質を知って 部血を改善しよう～	自然の薬箱 漢方相談薬局 薬剤師・国際中醫師 中医薬膳指導員 岡 朱美子	⑰	12/7 (木・金)	今を知る② ～大府市議会傍聴に行こう～	場所：大府市役所
⑧	7/21 (金)	レディースキッチン ～あなたに元気を届けます パワーの源発酵料理で免疫力UP～	食育アドバイザー 山本 佐知子	⑱	12/15 (金)	アロマで癒されよう ～ハンドクリーム作りと ハンドマッサージでセルフケア～	アロハーブジャパン 代表 河合 喜久子
⑨	8/1 (火)	今を知る① メディアから学ぶ共生社会 ～私らしく・あなたらしく生きよう～	名古屋外国語大学 准教授 後藤 希望	⑲	1/12 (金) 13:30～	映画から学ぶ、女性の生き方 映画「ドリーム」	構成作家 稲垣 誠次
⑩	8/25 (金)	安心した暮らしのために① ～最新！特殊詐欺対策講座～	県政お届け講座	⑳	2/16 (金)	私たちのまち・おおぶ ～こんなまちであつたらいいな、 市長への提案～	
				㉑	2/17 (土)	あなたとわたしのつどい	場所：愛三文化会館 (自由参加)
				㉒	3/8 (金)	合同開講式 ～一年間の学びを終えて～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ



自分力UP講座 SDGsを知る

～「みんな」と生きる、「多様性」を知る～

時間 10:00～12:00

対象 一般

定員 20名程度

※講座によって変わります

受付開始 4/3(月)～

2030年とはどんな世界になっているだろう。そして私たちはどんな世界にしていこうだろう。SDGsって何なのか、「多様性」って何なのか、自分の生活と何が関係しているのか、自分にできることは何があるのか、ゆっくりと考えてみませんか？

基本的に全回参加の講座ですが、1回ごとの申し込みもできます

①	5/13 (土)	クリーンアップザワールド 講演会 ～地球環境と 多様性について 一緒に考えよう～ & ゴミ拾いに行こう！	環境活動家 NPO 法人 HAPPY PLANET 代表理事 フランク・カトリン 協力：男楽会 大府市役所環境課	④	6/24 (土) 14:00～	(男女共同参画週間)【公開】 性の多様性 ～誰もが、自分らしく～	愛知県公立中学校教諭 トランス女性 浦田 幸奈
②	6/7 (水)	文化の多様性【公開】 ～アフリカの文化に 触れながら～	グリーンジャーニー 代表 キッズジェンベ代表 空木 マイカ	⑤	7/5 (水)	人のからだの多様性 ～みんなで「できない」を 「できた！」にかえる。 南知多ユニバーサルビーチプロジ ェクト～	一般社団法人 南知多ユニバーサルビ ーチプロジェクト 代表理事 入山 淳
③	6/14 (水)	暮らしの中の SDGs ～未来の 子ども達のために 私達ができること～	一般社団法人中部 SDGs 推進センター 副代表理事 ワタミ株式会社 執行役員 SDGs 推進本部長 百瀬 則子	⑥	7/13 (木)	たねとみつばちのお話し【公開】 ～多様性から学べ～	たねとみつばち 土と 太陽 代表 白金 文英
				⑦	7/20 (水)	「多様性あふれる社会」と 「人権」について考える	NPO 法人福祉サポー トセンター さわやか愛知 副理事長 丸山 冬芽

メンズカレッジ

男の学び塾
～イキイキライフ・学んで、体験して、今を楽しもう～

時間 10:00～12:00 対象 男性

定員 30名 受付開始 4/3(月)

仕事中心だった男性が、「生活自立」「健康」「地域参画・仲間づくり」をテーマに、楽しく学べる講座です。
これからの生き方について仲間と一緒に学びませんか？

①	4/21 (金)	合同開講式 ～イキイキと生きられる社会のために必要なこととは？～	榎山女学園大学 教授 東 珠実	⑫	9/16 (土)	穏やかな毎日のために ～アドラー心理学で 感情のコントロールを知る～	勇気づけスペース LUN 三輪 克子
②	5/6 (土)	男のしゃべり場 ～みんなどう過ごしてる？ 定年後の時間の使い方～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ	⑬	10/5 (木)	スマホをもっと活用しよう ～使ってみよう。 生活を豊かにするアプリ～	ビクセルパソコンスクール 教育長 山本学園情報文化専門学校 非常勤講師 久野 一輝
③	5/21 (日)	メンズ☆キッチン① ～初心者でもできる・ 簡単おかず～	管理栄養士 岡本 桂子	⑭	10/20 (金)	大人の遠足 ～岡崎ぶらり旅～	
④	6/14 (水)	暮らしの中のSDGs ～未来の子ども達のために 私達ができること～	一般社団法人中部 SDGs推進センター 副代表理事 ワタミ株式会社 執行役員 SDGs推進本部長 百瀬則子	⑮	11/17 (金)	メンズ☆キッチン③ ～洋風ランチ・ 手づくりピザに挑戦～	食育アドバイザー 山本 佐知子
⑤	6/23 (金)	〈男女共同参画週間〉ColorfulWeek 講演会【公開】 ～社会全体で子育てを応援する 多様な生き方・育て方・働き方～ 13:30～	(有) モーハウス 代表 光畑 由佳	⑯	11/25 (土)	DVシンポジウム【公開】 男性の非暴力宣言 ～男性の立場から取り組む DVのない社会づくり～	関西大学 教授 多賀 太
⑥	6/24 (土)	〈男女共同参画週間〉ColorfulWeek 性の多様性【公開】 ～誰もが、自分らしく～ 14:00～	愛知県公立中学校教諭 トランス女性 浦田 幸奈	⑰	12/ 7-8 (木-金)	今を知る② ～大府市議会傍聴に行こう～	
⑦	7/1 (土)	地域で楽しむ① ～石ヶ瀬コミュニティ・ 夏まつりに向けて～		⑱	12/16 (土)	生活力UP講座・ 頼られるメンズになろう ～年末の大掃除に役立つ 家事講座～	くらし研究家 平野 敬子
⑧	7/15 16 (土-日)	地域で楽しむ② ～石ヶ瀬コミュニティ・ 夏まつりに参加しよう～		⑲	1/20 (土)	メンズ☆キッチン④ ～今年も元気に！ 体を整えるバランスレシピ～	管理栄養士 岡本 桂子
⑨	8/1 (火)	今を知る① メディアから学ぶ共生社会 ～私らしく・あなたらしく生きよう～	名古屋外国語大学 准教授 後藤 希望	⑳	2/16 (金)	私たちのまち・おおぶ ～こんなまちであつたらいいな、 市長への提案～	
⑩	8/24 (木)	趣味を広げよう ～歌ってリフレッシュ・ 懐かしの歌コーラス体験～	シルバーコーラス野菊 指導者 大島 信子 伴奏者 山本 和子	㉑	2/17 (土)	あなたとわたしのつどい	場所：愛三文化会館 (自由参加)
⑪	9/9 (土)	メンズ☆キッチン② ～季節を感じよう・おはぎづくり～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ	㉒	3/8 (金)	合同開講式 ～一年間の学びも終えて～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ

自分力UP夏休み講座

性教育講座

～思春期対策～

時間 10:00～12:00

対象 保護者 または
中学生・高校生の
子ども

定員 20名

受付開始 7/3(月)～

日本の性教育の遅れが指摘されています。
一歩踏み込んだ『性教育』について学び、子どものからだを守る知識を身に付けましょう。

7/26
(水)

学校では教えてくれない性教育
～今までとこれから
いつかのために～

アドバンス助産師
かたやま ちはる



自分力UP講座

子育てと介護、ダブルケアについて知る

時間 10:00～12:00

対象 一般

定員 20名

受付開始 9/4(月)～

基本的に全回参加の講座ですが、
1回ごとの申し込みもできます

高齢化と晩婚化により、子育て中に親の介護をしなければならなくなる「ダブルケア」が深刻な社会問題となっています。
ダブルケアを自分事として捉え、いつやってくるかわからないダブルケアに備え、学びます。

① 10/4
(水)

やれきた！それきた！ダブルケア。
～楽しく事前に備えるケア活講～

一般社団法人 ダブルケアパートナー
代表理事 杉山 仁美

② 10/18
(水)

もしダブルケアになったら…
～制度や仕組み・
知っておいたほうが良い知識～

NPO 法人福祉サポートセンター
さわやか愛知 副理事長
丸山 冬芽



パパカUP講座

お父さんを楽しもう!

毎日忙しいパパ。
仕事も家事も子育ても。
そして自分の時間も大切です。
一緒に家族のこと、自分のこと、
ゆっくり考えてみませんか?

みんな
集まれ~!



<p>① 6/24 (土) 6/2(金) ~ 受付開始</p>	<p>(男女共同参画週間) Colorful Week パパと子どものふれあい遊びイベント ~おうちでできる、楽しい親子遊び~ パパ保育士の太陽先生と一緒に、親子で楽しく遊びます。パパが主役の親子遊び子どものバランス感覚も鍛わります。 ※ママ・下のお子さまも一緒に参加できます</p>	<p>社会福祉法人泉新会 理事長 園長 パパ遊びスペシャリスト 今津 太陽 対象: 年少~年長の子とパパ 持ち物: バスタオル</p>	<p>時間 10:00~12:00 対象 子育て中のパパ これからパパになるプレパパ ※1回ごとの申し込みができます(②と③はセット講座です)</p>	<p>定員 12名(家族)程度 ※講座によって変わります</p>
<p>② 10/28 (土) 10/2(月) ~ 受付開始</p>	<p>連続講座① 親と子の子育てハッピーアドバイス ~子育て期におけるアンガーマネジメント~ 子どもがかわいいても、子育て期にはどうしてもイライラしてしまうことがあります。イライラをうまくコントロールして、子どもに接するコツを学びます。 ※ママ・お子さまも一緒に参加できます ※プレパパ大歓迎 ※②と③はセット講座ですが、②のみの参加は可能です</p>	<p>はぐみサポート ゆめたまご代表 日本アンガーマネジメント協会 アンガーマネジメントコンサルタント 相垣 真紀子</p>	<p>④ 12/16 (土) 11/2(木) ~ 受付開始</p>	<p>生活力UP講座 頼れるメンズになろう ~年末の大掃除に役立つ家事講座~ 身近にある、体にやさしい素材を使って、おうちの中をピカピカにするコツを学びます。 ※プレパパ大歓迎 くらし研究家 平野 敬子</p>
<p>③ 11/4 (土)</p>	<p>連続講座② ファミリー&世代交流企画 ~親子で芋ほりを楽しもう~ ※②10/28の講座に出席されたパパのご家族のみ参加可能です ※参加費別途</p>	<p>協力: 浅田 吉恵 男楽会</p>	<p>⑤ 3/16 (土) 2/2(金) ~ 受付開始</p>	<p>(料理教室) おとうはん企画 ~手軽にパパッとかんたん・おいしいお昼ごはん~ ※プレパパ大歓迎 料理愛好家 村家 裕子 材料費: 700円 持ち物: エプロン・三角巾・布巾・筆記用具</p>



自分カUP講座 ママとパパの離婚講座

対象 一般 定員 20名程度
受付開始 8/2(水)~

これからの子どもとの生活において、前向きなシングルライフを送るためのヒントとなる講座を開催します。シングル家庭の方、これから離婚を考えている方、知識を得たい方、お気軽にご参加ください。

※オンライン ZOOM 開催
カメラ・音声は OFF でご参加いただけます。

メールにてお申し込みください。



メールはこちら



シンママ
シンパパ
応援講座

男女共同参画週間事業

Colorful Week

日程: 6月22日(木)~6月25日(日)

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を發揮できる「男女共同参画社会」を実現するために内閣府が定めた1週間(6/23~29)を男女共同参画週間といいます。ミュージックがせではこの期間に様々なイベントを行っています。



第17回 DVシンポジウム 男性の非暴力宣言

~男性の立場から取り組む DVのない社会づくり~

日程: 11月25日(土) 10:00~
講師: 多賀 太
関西大学 教授

「女性に対する暴力をなくす運動」期間(11/12~11/25)に合わせ、DV被害の現状や問題を学ぶため、毎年ミュージックがせで行われています。

<p>① 9/13 (水) 10:00~11:00</p>	<p>大府市の自立のための応援制度 ~手当・資格取得・養育費確保ほか~</p>	<p>大府市役所 母子・父子自立支援員 荒谷 美登里</p>
<p>② 9/20 (水) 10:00~11:30</p>	<p>子どもと歩むシングルライフに必要な知識を学ぶ ~あなたを守る・離婚と法律~</p>	<p>弁護士 愛知県弁護士会両性の平等委員会委員 東海労働弁護団事務局長 田巻 紘子</p>
<p>③ 9/30 (土) 10:00~11:30</p>	<p>子どもと私のメンタルケア ~離婚前後に気を付けたいこと~</p>	<p>家族のためのADRセンター代表 小泉 道子</p>



子育てサロン①

大切にしたい、子どものココロ

時間 10:00~12:00

対象 一般 10名

受付開始 4/3(月)~

ひとりで育児に悩んでいませんか？仲間と子育てについて楽しく学びながら、子育てのヒントを探してみよう。

①	4/20 (木)	こどもとわたし！ 共に育ち合う毎日へ	NPO 法人 参画プラネット 常任理事 明石 雅世	⑤	6/23 (金)	〈男女共同参画週間〉Colorful Week オープニング講演会【公開】 ～社会全体で子育てを応援する 多様な生き方・育て方・働き方～	(有) モーハウス 代表 光畑 由佳
②	5/18 (木)	子どもの個性を伸ばし輝かす ～ジェンダーにと とられない子育て～	福山女学園大学 教授 藤原 直子	⑥	6/29 (木)	子どもにわたしに 必要な栄養を知ろう ～栄養から考える、 からだに必要なもの～	自然の薬箱 栄養指導担当 管理栄養士 薬膳アドバイザー ジュニア野菜ソムリエ 吉田 梨恵
③	5/31 (木)	知っておこう。大切なこと。 ～子どものための やさしい性教育～	元中学校保健体育教諭 思春期保健相談士 KULUM 代表 平見 舞子	⑦	7/12 (木)	親子でたのしいお風呂タイムを過 ごしたい ～子どもが喜ぶ バスボールづくり～	あそびのいっぽ 大橋 房代
④	6/15 (木)	子どもの笑顔を守るために ～知ってる？子どもの人権～	NPO 法人 福祉サポートセンター さわやか愛知 副理事長 丸山 冬芽				

子育てサロン②

知っておきたい、子育て情報

時間 10:00~12:00

受付開始 8/2(水)~

対象 一般 10名

子育てに役立つ知識を学んで、
子どもたちの今後の成長を見
守り、支えていこう。

①	9/14 (木)	お片づけをしてイライラも減らし ちゃおう ～親子でできる簡単整理収納術～	整理収納アドバイザー 牧村 由香里
②	9/28 (木)	いざという時のために ～救急・心肺蘇生法～	大府消防署
③	10/12 (木)	マネー学 ～子どもにかかるお金と貯め方～	ファイナンシャルプ ランナー 岡原 義和



子育てサロン③

大切にしたい、家族のつながりと私の気持ち

時間 10:00~12:00

対象 一般 10名

受付開始 10/2(月)~

私の笑顔と家族の笑顔。
家族のこれからのために
様々な視点から学んでみ
よう。

①	10/26 (木)	家族みんなを笑顔にしちゃう ～魔法の声掛けで みんながHAPPY～	西三河家庭教育研究所 所長 心理カウンセラー 須佐 栄子	③	11/25 (土)	DVシンポジウム【公開】 男性の非暴力宣言 ～男性の立場から取り組む DVのない社会づくり～	関西大学 教授 多賀 太
②	11/4 (土)	ファミリー&世代交流企画 ～親子で手ほりを楽しもう～	協力：浅田 吉恵 男業会	④	11/30 (木)	子育てキッチン ～季節の味覚を楽しもう。 心もほっこり。 さつまいもスイーツ～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ



子育てをもっと楽しむため
に、様々な視点で子育て
も自分磨きも楽しもう。

子育てサロン④

子育て中もわたしらしくいたい

時間 10:00~12:00

対象 一般 10名

受付開始 11/2(木)~



①	12/8 (金)	今しかない子育て期を楽しもう ～みんなで話そうよ 子育ての楽しみ方～	大府市子育て支援団体 NPO 法人みらいっこ 理事長 生涯学習音楽指導員講師 藤根 由紀子	④	2/16 (金)	私たちのまち・おおぶ ～こんなまちであつたらいいな、 市長への提案～	
②	1/18 (木)	働きたいあなたへ ～わたらしい起業の始め方～	株式会社 代表 鬼木 利瑛	⑤	2/22 (木)	ママの為のボディワーク ～自分の身体を自分で整えよう～	わかば接骨院 産前産後ケア WAKABA 松崎 瑛里
③	2/1 (木)	忙しいあなたへ ～リラックスアロマで癒されよう～	あずき薬局 薬剤師 長谷 伸一	⑥	3/1 (金)	子育てキッチン ～桃の節句のお菓子 おこしものづくり～	NPO 法人 ミューぶらん・おおぶ



託児について

託児の実施予定はありません。子育てサロンはお子さま同伴でご参加ください。
(今後の状況により託児を実施する可能性もありますので、詳細はお問合せください。)

① 6/22(木)13:30~15:00

受付開始 ①6/2(金)~

実際に活躍している女性リーダーのトークショーです。それぞれの思いや働き方、キャリアの重ね方についてお話いただけます。



働き方セミナー

あなたの「働く」を応援します 対象 一般
~誰もが自分らしく働くために~ 定員 ①50名 ②③20名

〈男女共同参画週間事業〉 Colorful Week

働く女性を応援
女性リーダートークショー
~誰もが輝く働き方・キャリアの重ね方~

パネリスト

株武田工業所 取締役 曾根 香奈子
株東海維持管理工業 代表取締役副社長 中林 直子
NPO 法人 Smiley Dream 理事長 櫻井 雅美
武豊町議会議員

コーディネーター

フリーアナウンサー 藤原 淳子

② 11/2(木)10:00~11:30

受付開始 ②10/2(月)~

社員の健康管理を経営的な視点で考える健康経営について学びます。

企業成長セミナー
~社員の健康から考える
企業成長~

あずき薬局 薬剤師 長谷 伸一

③ 1/18(木)10:00~11:30

受付開始 ③12/4(月)~

「自分」を活かして自由に働くための起業ノウハウについて学びます。

自分らしく
働きたい人を応援
~わたらしい

起業の始め方~

株式会社 eight 代表 鬼木 利瑛



広げよう! 映画の楽しみ方

時間 13:30~16:00 対象 一般

定員 20名 受付開始 9/4(月)~



映像の中の女性像・男性像は時代と共に移り変わっています。色々な国の映画を通して、そこに描かれる男女の生き方を探り、自分自身のこれからの生き方を考えるきっかけにしましょう。

①	10/4(水)	イギリス映画 ~ゴヤの名画と優しい泥棒~	構成作家 稲垣 誠次
②	10/25(水)	日本映画 ~すばらしき世界~	
③	11/1(水)	アメリカ映画 ~トランボ ハリウッドに最も嫌われた男~	

ファミリーカUP講座

家族みんなで楽しもう!

時間 10:00~12:00

対象 対象の子どもとその保護者



家族みんなで一緒に挑戦してみませんか?パパの参加大歓迎!もちろん、ママ・おじいちゃん・おばあちゃんも大歓迎!家族みんなで楽しい時間を過ごしましょう。



①	4/29(土) 4/3(月)~ 受付開始	母の日! パパと一緒に クッキング ~ママへケーキのプレゼント♪~ 料理愛好家 村家 裕子	対象:小学生の子どもとその父親 12組 材料費:700円 持ち物:エプロン 布巾・三角巾・ 上履き	③	7/30(日) ※抽選 受付期間 7/3(月) ~ 7/9(日)	夏休み・ファミリー企画 親子木工教室 ~竹材で水鉄砲をつくろう!~ おおぶ竹林循環プロジェクト BUNKA!代表 グラフィックデザイナー 箕浦 希奈	対象:年少から小学6年生の子どもとその保護者 12組 材料費:500円
	②	5/13(土) 4/3(月) 受付開始	クリーンアップザワールド 講演会 ~地球環境と多様性について 一緒に考えよう~ 環境活動家 NPO 法人 HAPPY PLANET 代表理事 フंक・カトリン &ゴミ拾いに行こう! 協力:男楽会 大府市役所 環境課		対象:子ども(年齢不問)とその保護者	④	8/6(日) ※抽選 受付期間 7/3(月) ~ 7/9(日)

※夏休み企画については抽選となります。受付期間中にお申込みください。当落を後日ご連絡します。