

2020 年度アーカイブ
IT 講習会・ワークショップ・プログラミング教室一覧

◎IT 講習会

須坂市技術情報センターではパソコン操作の基本から文書作成、表計算などパソコンを活用し豊かな生活を送ることができるよう各種 IT 講習会を開催しています。

月	日	時間	講座名
7	20. 22. 27. 29	10:00-12:00	中級ワード：文書作成 (7 月)
8	17. 21. 24. 28	10:00-12:00	中級エクセル：表計算 (8 月)
8	17. 21. 24. 28	13:00-15:00	意外と使えるパワーポイント (8 月)
9	9. 16. 23. 30	19:00-21:00	中級ワード：文書作成 (9 月)
9	19. 26.	10:00-15:00 (土曜日一日コース)	中級エクセル：表計算 (9 月)
10	6. 13. 20. 27	19:00-21:00	中級エクセル：表計算 (10 月)
11	17. 19. 24. 26	13:00-15:00	中級ワード：文書作成 (11 月)
12	8. 10. 15. 17	13:00-15:00	中級エクセル：表計算 (12 月)
1	23. 30.	10:00-15:00 (土曜日一日コース)	中級ワード：文書作成 (1 月)
2	17. 19. 24. 26	10:00-12:00	中級エクセル：表計算 (2 月)
2	20. 27.	10:00-15:00 (土曜日一日コース)	意外と使えるパワーポイント (2 月)
3	3. 5. 10. 12	10:00-12:00	中級ワード：文書作成 (3 月)

【時間数】

各講座 2 時間×4 回 (合計 8 時間) となります。

土曜日の午前・午後 2 日間短期コースもあります。

【受講料】

各講座 2,000 円 (テキスト代別途 600 円)

主な内容

【中級エクセル：表計算主なカリキュラム】

エクセルの肝「関数」大量のデータを処理する「データベース」

集計のオールラウンドプレイヤー「ピボットテーブル」

【中級ワード：文書作成主なカリキュラム】

文書作成に必要な知識と書式・拡張書式設定思ったところに字が行くワザ

表組み・計算を伴う表・エクセルとのリンク図形描画機能を使って表現力アップ

【意外と使えるパワーポイント主なカリキュラム】

図形や SmartArt グラフィックの作成数字で訴える表やグラフの貼り付け

実はチラシやポスター・配布資料も作れるスグレモノ

◎おでかけパソコン教室

おでかけパソコン教室は公民館主催の事業で須坂市技術情報センターのスタッフが講師を務めています。参加ご希望の方は各公民館に直接お申込みください。

◎子供プログラミング教室

須坂市技術情報センターではマイコンを使った本格的なプログラミング教室を開催しています。

【2020 年度の概要】

毎月第二土曜日 13:30~15:00、15:30~17:00 の 2 回

前半 (13:30~15:00) と後半 (15:30~17:00) の 1 日に 2 回続けての参加も可能で各教室とも定員 13 名

(子供さんの付き添いで大人の参加も可能です。)

【開講日程】

2020年 7/11 8/8 9/12 10/10 11/14 12/12

2021年 1/9 2/13 3/13

◎ものづくりワークショップ（レーザー加工機）

須坂市技術情報センターでは平成29年9月に長野県の補助金「地域発元気づくり支援金」を活用してレーザー加工機を導入いたしました。レーザー加工機を使った「ものづくりワークショップ」を開催しています。

【2020年度の概要】

毎月第二土曜日毎月第二土曜日 9:00～10:30、11:00～12:30 の2回各教室とも定員8名

【開講日程】

年	日付	作品名	素材
2020年	7/11	革のケーブルホルダー	革
	8/8	アクリルの箸置き2本セット	アクリル
	9/12	万華鏡	プラバン 紙
	10/10	ハロウィン仕様のコースター	MDF
	11/14	オリジナルはんこ	ハンコ用ゴム MDF
	12/12	クリスマスリース	MDF
2021年	1/9	ミニ羽子板&絵馬	MDF
	2/13	ゴム鉄砲	MDF
	3/13	フォトキーホルダー	MDF アクリル

◎まるごとワークショップ月間

情報センターで1月初旬～2月中旬にかけてほぼ1か月間色んなジャンルのワークショップで大人も子供も楽しめる「まるごとワークショップ月間」を開催します。

今年度はオンライン聴講も取り入れての開催となりました。

【開講日程】

痛くない・落ちないイヤークフ（定員8）

①2021/1/11(月)10:00 ②2021/1/13(水) 13:30

イヤークフとは耳の中央に挟んでつける、痛くなく落ちにくいタイプのイヤリングです。パールなどのアクセサリ用パーツを接着剤でつけて完成させます。アсимトリーな髪形やお着物にも合いそうです。

材料代：200円

万華鏡（定員8）

①2021/1/11(月) 13:30 ②2021/1/15(金) 10:00

筒の中に小さな鏡を三角柱状に組み、キラキラパーツやビーズを入れて回すと鏡の効果で美しい造形が作られます。そんな作って・見て楽しむ万華鏡をつくります。

材料代：200円

イニシャル入りヘアゴム（定員8）

①2021/1/12(火) 10:00 ②2021/1/14(木) 10:00

レーザー加工機でカットした自分のイニシャル文字やキラキラパーツを皿状の入れ物に並べレジンで固めます。ヘアゴムとして使ったりスカーフ留めなどにも使えそうです。

材料代：200円

写真入りキーホルダー（定員8）

①2021/1/12(火) 13:30 ②2021/1/16(土) 9:00

ペットや家族などお気に入りの写真を入れた自分だけのオリジナルキーホルダーを作ります。

※写真をお持ちください。35mm×35mm データ可

材料代：200円

オリジナルはんこ (定員 8)

①2021/1/13(水) 10:00 ②2021/1/16(土) 11:00 ③2021/1/18(月) 13:30

④2021/1/22(金) 13:30

情報センターのワークショップの中でも一番人気の「ハンコづくり」自分で手書きした絵をレーザー加工機で彫刻してゴム印にします。色んな所に押し楽しめます。また布用のインクを使えば T シャツやハンカチにも押せます。

材料代：200 円

ゴム鉄砲 (定員 8)

①2021/1/14(木) 13:30 ②2021/1/16(土) 13:30

MDF を組み合わせた輪ゴムを的に飛ばして遊ぶおもちゃを作ります。ゴムを 3 本掛けられる「3連発」です。

材料代：200 円

時計 (定員 8)

①2021/1/15(金) 13:30 ②2021/1/20(水) 10:00

一昨年夕方 get で紹介いただき遠方からも多くのお問合せを頂いた文字盤に自作のイラストをレーザー加工機で彫刻した「時計」を作ります。直径 9 cm

材料代：200 円

ピアノ型オルゴール (定員 5)

①2021/1/16(土) 15:30 ②2021/1/19(火) 10:00

レーザー加工機でカットした MDF のパーツを組み合わせて張り合わせ、ピアノ型のオルゴールを作ります。屋根を開けると音が鳴り、閉じると止まります。

※曲は在庫の中からお選び頂きます。

材料代：1,500 円

アコーディオンタイプの小さいお財布 (定員 5)

2021/1/17(日) 9:00

流行のミニマム財布。小さくても収納力抜群の本革財布を手作り！

講師：レザークラフト「m&co.」材料代：1,000 円

木製テーブル (定員 8)

①2021/1/17(日) 13:30 ②2021/1/21(木) 10:00

節が少ないと言われるアカマツの板を使ったテーブルを作ります。ミニテーブルとして使ったり飾り棚などにも使えます。頑丈なので踏み台としても使えます。巾 50 cm×長さ 35 cm×高さ 40 cm

講師：須高建設産業労働組合：材料代：2,000 円

ミニチェスト (定員 8)

①2021/1/18(月) 10:00 ②2021/1/21(木) 13:30

MDF パーツで小物がすっきり収まる 3 段ミニチェストを作ります。アクセサリや裁縫道具、画鋏や消しゴムなど小さな事務用品などの収納にいかがでしょう。

縦 7 cm×横 10 cm×高さ 15 cm

材料代：200 円

革細工ペンホルダー (定員 5)

2021/1/19(火) 13:30

本革のペンホルダーを作ります。普通のボールペンが高級筆記用具に大変身！

講師：レザークラフト「m&co.」材料代：500 円

エンディングノートの書き方（定員 8）

2021/1/23(土) 15:30

エンディングノートを書いてこれまでの人生を振り返り、整理してみませんか。須坂市が公開している「マイノート」を使い考え方や整理の仕方を学習します。

講師：司法書士宮澤智史氏：参加費：200 円 オンライン聴講（無料）可

チョークアート（定員 8）

2021/1/24(日) 10:00

黒板加工した 15 cmφの円形ボードにオイルパステルでペンギンまたは来年の干支の牛を描きウェルカムボードを作ります。（スタンド付き）

講師：チョークアートの花々堂小泉和喜子氏

材料代：700 円

自力でできる「ねこ背」を治すストレッチ教室（定員 8）

①2021/1/24(日) 13:30 ②2021/1/29(金) 10:00

「ねこ背を治す教科書」著者が直接指導。

姿勢が良くなり、体が軽くなる簡単ストレッチをお教えます。

ねこ背、肩こり、腰痛、疲労感でお悩みのあなたが、自分の力で元気を取り戻すことができます。

今日より明日が元気になるコツを身につけてください。

講師：カイロプラクティック伊東院長伊東稔氏

参加費：200 円 オンライン聴講（無料）可

コロナ禍だからこそ、免疫力を整える ～睡眠とリラクゼーション～（定員 8）

2021/1/25(月) 10:00

最近うまく眠れない、疲れが取れない、なんてことはありませんか？人が本来持っている免疫を整える基本と良質の眠りのための工夫についての講演とエクササイズをご紹介します。

講師：(株) ドリームシード代表三井洋子氏

参加費：200 円 オンライン聴講（無料）可

お子様向けビーズで念珠ブレスレット（定員 8）

2021/1/26(火) 13:30

好きな色のビーズを選んで自分のサイズに合わせたオリジナル。ビーズはアクリル製で配色によってさまざまな表情のブレスレットが作れます。大人も子供も自分のセンスで楽しめます。

講師：(株) 博善社

材料費 300 円

布でちぎり絵（定員 8）

2021/1/27(水) 13:30

小さな布を張り合わせたちぎり絵を作ります。

情報センターのレーザー加工機を活用して作った額（スタンド付き）に入れてお持ち帰りいただきます。

講師：中沢デザイン事務所 デザイナー中沢定幸氏

材料代：300 円

須坂のお宝（定員 8）

2021/1/30(土) 15:30

私達の住む町「須坂」のお宝や歴史・文化を再発見！面白いお話もたくさん聞けそうです。

講師：須坂市社会共創部文化スポーツ課田中賢一氏

参加費無料 オンライン聴講（無料）可

未来を楽しむ為のお金の話 (定員 8)

①2021/2/1(月) 10:00 ②2021/2/6(土) 13:30

「お金の本質と仕組み」について解説します。イデコや積立てニーサ、公的年金など興味がある方、将来に向けて知識を持っておきたい方など大歓迎です。

講座内容

1. お金の色分け お金の本質について
2. 投資の3原則 ルールと仕組みについて
3. リングの積立て ドルコスト平均法とは? 簡単なクイズで解説致します。

講師：AXA (アクサ) 小橋豊氏

参加費：200 円 オンライン聴講 (無料) 可

伸びかけの髪簡単アレンジ (定員 5)

2021/2/2 13:30

キレイなロングヘアに憧れて伸ばし始めたものの、その過程で中途半端な長さの髪ってどうしてよいか悩むところですよ。

結ぶ・留めるなど簡単なワザでスッキリ可愛くまとめるテクニックをプロの美容師さんが伝授します。

講師：キタザワ美容室店長北沢隆子氏：参加費：200 円

スザカイザー誕生秘話 (定員 8)

2021/2/6 10:00

須坂で誕生し今や全国ネットで活躍中の蔵の町須坂のネイティブヒーロー! 「我竜神スザカイザー」。その誕生秘話と地域貢献についてじっくりと伺います。

講師：須坂のヒーローをひろめる会田子公彦氏

参加費：200 円 オンライン聴講 (無料) 可