

大人女子のプチカルチャー

ふれあい女子大学

Q.ふれあい女子大学ってどんなところ？

A.年6回、様々な分野のカリキュラムを仲間と共に楽しく学ぶ場です☆

Q.子供がいるから難しいかも・・・

A.ボランティアさんによる託児があるのでご安心ください！

また、講義は平日の午前中に行っています。

Q.組合員じゃないけどどうしたらいいの？

A.組合員になる為には出資のお手続きが必要になります。

支店の窓口にてお気軽にご相談ください♪





女性部に入ってみたいけど、同世代の知り合いもあんまりいないし・・・

まずはふれあい女子大に入って
仲間作りをしてみませんか？



JA女性部では

武山、長井、北下浦、久里浜、浦賀、衣笠、逸見、大楠、葉山の各支部ごとに料理教室や親睦会、旅行など行事のほか、全体活動では健康ウォーク、ボーリング大会、ナイトブッフェ、研修大会、スポーツ大会、フラワーアレンジメントなど様々な活動を行っています。

*** 地域での仲間作りはもちろん、他地区の方とも交流できる場 ***

JAふれあい女子大学 校則

（目 的）

自らの教養を深め、生活の充実を目指し、農業・生活・健康・文化などの学習を通じて、明るく心豊かに地域の仲間の輪を深めましょう。

（主 催）

よこすか葉山農業協同組合

（学 長）

よこすか葉山農業協同組合 代表理事組合長 三ツ堀 清巳

（受 講 生）

よこすか葉山農業協同組合管内に在住する入学時満18歳～45歳までの女性（組合員及び家族）

（受講期間）

1年間

（講 義）

講義前に学生証を掲示し出欠席をとります。（入学後配付）
講義内容は農業・生活・健康・文化等とし、6回とする。

（負 担 金）

入学金として3,000円徴収します。

（連絡方法）

講義・日程・会場の変更がある場合は、電話・メール・FAX等を使用し連絡します。

（卒 業）

卒業は、1年間を通じて80%以上（13時間）を受講したものに与える。
卒業生には、卒業証書及び記念品を授与する。

（事 務 局）

よこすか葉山農業協同組合 組織相談課

対象者

横須賀市、葉山町、逗子市に在住する、入学時に

18歳～45歳


の女性（組合員またはその家族）

様々な分野のカリキュラムを仲間とともに楽しく学んでいきます

ママでも安心
託児要相談



☆卒業生 267名☆













• H21年度	第1期生	44名
• H22年度	第2期生	40名
• H23年度	第3期生	30名
• H24年度	第4期生	39名
• H25年度	第5期生	32名
• H26年度	第6期生	27名
• H27年度	第7期生	32名
• H28年度	第8期生	23名

仲間がいっぱい！
OG会もあるよ♪

















☆過去のカリキュラム例☆

回	平成21年度 カリキュラム
1	<p>開校式 梅ジャム作り ・ ピクルス作り</p> <p>【会場／西コミュニティセンター】</p> <p>超簡単 加工品テクを学ぶ 田浦梅林で収穫された梅の「梅ジャム」作りと、旬の野菜をピクルスにしてお土産に!!</p> 
2	<p>防災センター見学（防災知識を身につける）</p> <p>【会場／横須賀市民防災センター】</p> <p>備えあれば憂い無し 体験を通じて地震、火事、台風役に役立つ知識を身につける。 災害対策本部室、通信司令室もチェック!</p> 
3	<p>JA事業をもっと知ろう（暮らしに役立つ 税金・共済・旅行）</p> <p>プランターでブロッコリーを栽培</p> <p>【会場／フローラ武山】</p> <p>知って損無し!! JA職員がポイントを整理した、暮らしに役立つ情報が満載。</p> 
4	<p>魚 料理教室 （今日から魚を自分でさばく）</p> <p>【会場／長井漁協】</p> <p>漁協女性部の方が講師。 魚はちょっと苦手・・・と、いう人も今日からはプロ。慣れた方でもさらにプロのテクをマスター☆☆</p> 
5	<p>お楽しみ講座 （受けたい講義をみんなで考えよう）</p> <p>【会場／未定】</p> <p>みんなの「もっと」をかなえよう!! 今の自分よりもっと輝くために、みんなで考えた講義を受けよう。</p> 
6	<p>味噌作り 閉校式</p> <p>【会場／西コミュニティセンター】</p> <p>最終講義は味噌作り!! 仕込んだ味噌をお持ち帰り、味見したいけど、じっと我慢。食べ頃は暑い夏を過ぎたころ。</p> 

回	平成22年度（第2期）カリキュラム
1	<p>◇ 開校式</p> <p>◇ 目からウロコの最新栄養学 「食べ物と健康」</p> <p>◇ 今日からあなたもパン屋さん「米粉を使ったパン作り」</p> <p>◇ どうやってなるの? 疑問解決 「フランターで落花生栽培」</p> 
2	<p>◇ 地場野菜が大変身「絶品 ドレッシング作り」</p> 
3	<p>◇ 知って得する! 「暮らしに役立つ金融・葬儀のマナー」</p> <p>◇ 今日からあなたもネイル美人「フロから学ぶ指先のおしゃれ」</p>
4	<p>◇ 「いざという時あわてず対処できる普通救命講習会」</p> <p>（心肺蘇生法、AEDの安全な使用方法）</p> <p>講習後は横須賀市消防局長より修了証を発行</p>
5	<p>◇ わたしへのごほうび講座</p> <p>今の自分よりもっと輝くために、 みんなで考えた講義を受けよう</p> 
6	<p>◇ 最終講義は 「世界でひとつ オリジナル味噌作り」</p> <p>◇ 閉校式</p> 







☆過去のカリキュラム例☆

平成23年度（第3期）カリキュラム	
1	<p>◇ 開校式</p> <p>◇ ふれあいクッキング 前菜～メイン～デザートまで 「酢」を使って料理実習</p> 
2	<p>◇ 応急手当 いざ！ もしものときの対処法</p> <p>けが、やけど、熱中症の手当～震災の備えまで 横須賀市消防局がわかりやすく解説 実技もあり！</p> 
3	<p>◇ すてきにリサイクル 「PPテープでかご作り」</p> <p> ダンボールの外側に縛ってあるバンド（ポリプロピレンバンド）を使用しておしゃれで丈夫な「かご」作り</p>
4	<p>◇ おいしい手作り 農産加工品実習</p> <p></p> <p>地場野菜を使用して安心・安全なお役立ちレシピをこっそり紹介</p>
5	<p>◇ フリザーフードフラワー</p> <p>いつでもきれいなままで 記念に残る一品 ナチュラルな花の美しさで 気分もあがる！</p> 
6	<p>◇ 最終講義は 「世界でひとつ オリジナル味噌作り」</p> <p></p> <p>◇ 閉校式</p>

平成24年度（第4期）カリキュラム	
1	<p>◇ 開講式</p> <p>◇ 「魅力」を最大限に引き出す メイクレッスン★ 専門家に学ぶ わたしがきれいになるメイク！！</p> 
2	<p>◇ 夏！浴衣で大人の女子力UP！ 着付け講習</p> <p>着たい 着せたい 浴衣の着付け講習 ひと味違う帯結びと着こなしの魅力を学ぶ</p> 
3	<p>◇ 女性の健康管理</p> <p>私の健康が家族の幸せ</p> <p>◇ すぐに役立つ兼業（農業）主婦の暮らしのアイデア紹介 家庭でも仕事場でも ちょっとした工夫で便利を実感</p> 
4	<p>◇ 認知症サポーター養成講座</p> <p>認知症サポーター？</p> <p>認知症についての正しい知識を習得し、自分のできる範囲で認知症の人や家族を応援するのが認知症サポーターです。</p>  
5	<p>◇ 作って楽しい！ 食べておいしい こんにゃく作り</p> <p>地場産こんにゃく芋で 市販のものとは一味違う 手作りの味</p> 
6	<p>◇ おうちで簡単イタリアン</p> <p>横須賀美術館にある「アクアマール」のシェフがプロの技を自宅で再現できる 簡単レシピを紹介！</p> <p>◇ 開講式</p>  

☆過去のカリキュラム例☆

★OG会★

回	平成25年度（第5期）カリキュラム
1	<p>◇ 開講式</p> <p>◇ デジタルカメラのレベルアップ 講座</p> <p>ちゃんと使いこなしていますか？</p> <p>「いいな」と思う写真にはちゃんと理由がある</p> 
2	<p>◇ フロから学ぶ 極うま 和食 講座</p> <p>ひと工夫を教えてもらえば 料理上手から鉄人に変身</p> 
3	<p>◇ 大切な家族を守る 講座</p> <p>「いざという時あわてず対処できる普通救命講習会」</p> <p>いつやるか（学ぶ）？ 今でしょ！</p> 
4	<p>◇ 体力年齢がわかる 講座</p> <p>美脚もくびれもぜんぶ ♥ほしい！</p> <p>その前に体力年齢をチェック!!</p> 
5	<p>◇ シェフ直伝のとおておきレシピでいつもと違う食卓に！ 講座</p> <p>クリスマス間近！</p> <p>パーティシーンにぴったりのフレンチレシピ 伝授</p> 
6	<p>◇ 簡単手芸！ 講座</p> <p>知らないと難しい 知ってしまえば超かんたん!!</p> <p>本の見方、編み方のコツを学べば どんなものでも編める</p> <p>◇ 閉講式</p> 

平成26年度
ふれあい女子大OG会

パーソナルカラーで きれいを磨こう 色彩レッスン

- 開催日 平成26年8月28日（木）
- 集合場所・時間 神奈川県近代文学館 中会議室 9時30分
（※現地集合） 所在地：横浜市中区山手町110
元町・中華街駅下車 徒歩10分
- 内 容 カラーコーディネート～パーソナルカラー～
講師：田所 愛子氏
- 参加費 2,000円（当日徴収） ※昼食代含
- 問合せ・申込先 JAよこすか葉山 組織相談課
TEL 857-9248
- 申込締切 平成26年7月11日（金）

★ あなたの好きな色、似合う合う色は…？
自分にピッタリなパーソナルカラーを探して
オシャレをもっと楽しみましょう！ ★



☆過去のカリキラム例☆

平成26年度

平成27年度

回	日時・会場	講義名
1	H26 6/12 (木) 9:30~12:00 フローラ武山	◇開講式 ◇今話題の「エンディングノート」& 日本茶インストラクターから学ぶ「すずり茶」講座 美味しいお茶を入れてホッと一息・・・ 自分を見つめなおしてより良く生きる為のヒントを見つけませんか？
2	7/10 (木) 9:30~12:30 西コミュニティセンター (予定)	◇国産大豆を使った手作り豆腐 講座 暑い夏にピッタリなもう一品☆ ～旬の地場産枝豆でパパも子供も喜ぶ美味しいえだまめ豆腐～
3	9/17 (水) 9:30~12:00 西体育会館 (予定)	◇あなたの美魔女度チェック♥(体力測定 講座) まずは体力年齢を把握して、 健康でエイジレスビューティーな身体作りを始めよう♪
4	10/23 (木) 9:30~12:30 西コミュニティセンター (予定)	◇家庭でも簡単！マシタマツタ (美味しい)！韓国料理 講座 野菜がいっぱい取れる韓国料理の基本は「菜食同源」 自宅の定番メニューに加えて食べて元気に♪
5	12/9 (火) 10:00~12:30 西コミュニティセンター (予定)	◇地場産野菜・フルーツを使ったお菓子作り 講座 菓山のケーキ工房「レリッシュ プレイン」のパティシエ直伝♪ どんなスイーツを作るかは当日のお・た・の・し・み ☆
6	H27 2/5 (木) 10:00~12:30 フローラ武山	◇ハンドマッサージdeアンチエイジング 講座 実年齢が出ると言われる手・・・美の秘訣はズバリ！「代謝」 ハンドマッサージで血行促進☆体の外と内両方からキレイになろう♪ ◇開講式

回	日時・会場	講義名
1	H27 6/10 (水) 9:30~12:30 フローラ武山	◇開講式 ◇万一の時は...? ◇知っておきたい共済の話& 今日から「美文字」 ✨ペン習字 講座 ちょっとのコツで印象アップ ！自分の名前くらい綺麗に書きたい... そんな悩みを解決！のし袋に堂々と名前が書けるようになろう♪
2	7/9 (木) 10:00~12:30 フローラ武山	◇天然ハーブで安心！虫除けアロマ作り 講座 敏感肌や子供にも安心して使える手づくりアロマ♪ 夏のアウトドアや畑仕事にも便利！
3	9/9 (水) 9:30~12:30 西コミュニティセンター (予定)	◇地場産野菜を使った料理講座①～中華料理～ 季節の地場野菜を活かした中華料理に挑戦 ☆ 講師は広東料理23年！「じえっと天」オーナーシェフ！
4	10/22 (木) 10:00~12:00 フローラ武山	◇ヨガでこころもからだもリフレッシュ ♥講座 ストレス解消、スリムボディ、体質改善...健康で美しくなりたい！ でも時間がない！そんな願いを叶えるヨガをこの機会に体験♪
5	12/17 (木) 9:30~12:30 西コミュニティセンター (予定)	◇地場産野菜を使った料理講座②～フランス料理～ 横須賀のフレンチレストラン「jasmine」のシェフが伝授！ 地場産野菜が豪華に变身 ✨ちょっと特別な日に作りたい一品 ☆
6	H28 2/4 (木) 9:30~12:30 フローラ武山	◇フラワーアレンジメント 講座 初心者でも勿論大丈夫！思いを込めて楽しくアレンジ♪ 花とふれあい魅了を引き出して...新たな自分も花開く ◇開講式

☆過去のカリキラム例☆



対象者 横須賀市、葉山町、逗子市に在住する、入学時に18歳～45歳の女性（組合員またはその家族）

講義内容 カリキラムをご覧ください（裏面）

募集期間 4月11日（月）～ 5月31日（火）まで

申し込み お近くのJA支店窓口へ

問い合わせ JAよこすか葉山 経済部 組織相談課
TEL 857-9248

楽しく仲間作り♪

ママでも安心
託児要相談



～昨年の講座例～

フラワーアレンジメント
講座



地場産野菜の料理講座
～フランス料理～

JA「ふれあい女子大学」 平成28年度（第8期）カリキュラム

回	日時・会場	講義名
1	H28 6/8（水） 9：30～12：30 フローラ武山	◇開講式 ◇オリエンテーション・コーヒーマスターに学ぶ！コーヒー講座 好みのコーヒーの選び方やフードとのペアリングなど、 コーヒーの身近な楽しみ方をスターバックスの コーヒーマスターが伝授♪ 
2	7/6（水） 10：00～12：30 西コミュニティセンター（予定）	◇地場産野菜を使った料理 講座 横須賀野菜・地場産にこだわったイタリアン「ラディアンツァ」の シェフによる夏野菜を活かしたお楽しみ料理講座♪ 
3	9/7（水） 9：30～12：30 横須賀市民防災センター	◇防災センター見学（防災知識を身につける 講座） 災害時に自分の身、家族の安全を守る為にはどうしたらいいの！？ 地震、消火器消火、煙体験等を通して災害時に必要な事を知っ得！ 
4	10/26（水） 10：00～12：00 フローラ武山	◇オリジナルアロマセッセン作り 講座 アロマの効果をもっと知りたい ♡ 大好評！癒しのアロマ講座第3弾 ☆ 
5	12/7（水） 10：00～12：00 フローラ武山	◇楽しくDIY♪手作りリース 講座 オシャレで簡単ハンドメイド ☆ 好みの飾りでオリジナルリースを作っちゃおう♪ 
6	H29 2/8（水） 9：30～12：30 フローラ武山	◇スクラップブック（フォトアルバムアート）講座 スクラップブックインストラクターの先生に教わって 想いをカタチに♪お気に入りの写真を素直にデコレーション ◇開講式 

募集定員

30人
（申込先着順）

入学金・受講料

3,000円