

学生証のご案内



- 1 スタンプ = 1 単位 として単位認定します。
(1 回の受講につき、
特別講座：3 単位、その他の講座：1 単位)
- 40 単位取得毎に 1 学年上がる学年制度を設けました。
2 年次進級 40 単位取得
3 年次進級 80 単位取得 + レポート提出
卒業 120 単位取得 + 自主講座開講 or サークル設立
- 学年修了時には、進級及び卒業祝いをご用意しております。
2 年次進級：有料講座受講料 1 回分無料
3 年次進級：有料講座受講料 3 回分無料
卒業祝い：検討中です。お楽しみに！

会場アクセス

■ 電車

東武スカイツリーライン
「東武動物公園駅」東口から徒歩5分

■ バス

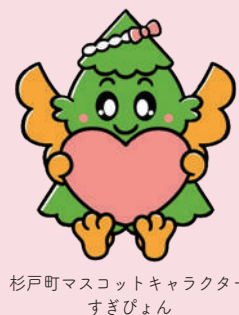
◎ 町内巡回バス あいあい号
「ココティすぎと」下車

※平日のみ運行

※ 駐車場は少ないため、電車・バスなどの
公共交通機関をご利用ください。



申込先・問合せ先・開催場所



杉戸町コミュニティセンター

〒345-0036 埼玉県北葛飾郡杉戸町杉戸3丁目9番10号(ココティすぎと1階)

TEL 0480-53-7400 / FAX 0480-53-7033

ホームページ <https://sugitoci.machikatsu.co.jp/>

E-mail sugito.community@machikatsu.co.jp

センター HP はこちら！



ホームページ

＼ SNS もフォローしてね！ ／



Instagram



Facebook

講座の申し込みは電話または二次元コードから！

2026前期ココティスクール／

ココティスクール

2026.4～2026.9

予約受付スタート

3/2月



講座申し込みは お電話または二次元コードより



ココティスクールは、杉戸町やその近隣に住む方々に向け、「多彩な学習コンテンツの提供」「多世代、多文化交流の場づくり」「地域で活動する人材育成」の3点を目的として運営しています。杉戸のまちをもっと元気に!皆さんへたくさんの学びを提供していきます。

ココティスクールは学校教育法に定める学校ではありません。学位の取得や学割の利用はできません。
杉戸町コミュニティセンターは街活性室株式会社が運営しています。



ご案内

ココティスクールは、杉戸町やその近隣に住む方々に向け、「多彩な学習コンテンツの提供」「多世代、多文化交流の場づくり」「地域で活動する人材育成」の3点を目的として運営しています。杉戸のまちをもっと元気に！皆さんへたくさんの学びを提供していきます。講座の受講には受講規約に同意いただいた上、学生登録が必要となります。（詳しくは裏表紙参照）

多彩

多彩な講師陣による多様なジャンルの講座を揃えています。座学だけでなく、体験学習など実践的なカリキュラム構成。

交流

講師や受講生などお互いを磨きあげる学習仲間との出会いが待っています。多世代・多文化交流のできるコミュニティへ。

活動

歴史、アート、地域づくり、健康など、様々な分野で活動する方をサポート。また、学んだことを基に新たな活動のスタートを応援。

講座カリキュラム

ココティスクールは、6つの講座群により構成されています。コースまたは講座それぞれにより、受講期間、受講日、講師、講座内容、予約受付期間などが異なりますので、パンフレットの該当ページをよくお確かめの上お申し込みください。

特別講座 (P.2)

大学教授や専門家、著名人、市民活動家を招いた講演会形式の講座です。一部ワークショップを含みます。

杉戸学 (P.3)

杉戸町の歴史について、座学とフィールドワークを通して学びます。

生活サポート講座 (P.4)

日常生活で利用する様々なサービスについて学べる講座です。

創業支援講座 (P.5)

プチ創業に向け、座学やグループワーク等を通じて、地域ビジネスの事例やビジネスアイデア設計の手法を学びます。

地域活動支援講座 (P.6)

既に地域活動をされている方や、これから地域活動を始めようとする方に向けた支援講座です。

町民企画講座 (P.7～9)

杉戸町や近隣にお住まいの方による持ち込み講座です。趣味や教養など幅広い講座があります。

特別講座

お申し込みは電話又は、二次元コード
杉戸町コミュニティセンター TEL:0480-53-7400



専門家を招いた講演会形式の講座や地域の学校と連携した講座です。

無料
講座

その時どうする？ だれもが安心できる防災を考えよう

9月13日(日) 13:00～15:00

対象：どなたでも・定員：40名・持ち物：なし

近年、台風や山火事、地震など、自然災害が増えています。もしそのような災害に直面したとき、あなたはどのように行動しますか？障がいのある方と出会ったときや、「もう歳だから1人で行動できるか不安」と感じたときに役立つ、支え合いのヒントをお伝えします。だれもが安心できる地域づくりを一緒に考えましょう。



大崎 信義

福祉タクシー恵彩 代表・防災士（NPO 日本防災士機構）
防災ちゃぶ台会議 in 杉戸・上級生涯学習コーディネーター

無料
講座

お薬を安全に使うための基礎講座 ～飲み間違いゼロとお薬手帳の活用～

6月12日(金) 14:00～15:00

対象：どなたでも・定員：20名・持ち物：なし

近年、高齢者に多い薬の飲み間違いや飲み忘れを防ぐため、薬の正しい管理方法やお薬手帳の上手な使い方をわかりやすく解説します。市販薬を安全に使うポイントもお伝えします。



転倒予防と上手な排泄ケア ～フレイル予防とおむつ・パッドの選び方～

9月11日(金) 14:00～15:00

対象：どなたでも・定員：20名・持ち物：なし

転倒や体力低下を防ぐフレイル予防の考え方と、日常生活でできる工夫を紹介します。あわせて紙おむつ・パッド・リハビリパンツの違いや状態にあった選び方を解説します。



株式会社セキ薬品



杉戸町の歴史について学べる講座です。

無料
講座

すぎと歴史街道 (各回申込)

4月23日(木) 10:00~11:30
5月28日(木) 10:00~11:30

対象：どなたでも・定員：20名・持ち物：筆記用具

杉戸町の魅力の一つの「歴史」、その①古代の泉地区の古墳、埴輪が現存。その②江戸時代、宿場として栄え、幕府のきまり等を掲示した高札場が復元されている。以上2回に分けて、スライドを使い、分かりやすくお話しします。

〈各回のスケジュール〉
4/23 泉地区の古代 5/28 日光街道 杉戸宿

杉戸宿案内人の会



生活上のお困りごとの解決に役立つ講座です。

毎日をちょっと便利に！スマホ教室 (各回申込)

毎月第4水曜日 いずれも 10:00~12:00
受講料：1,000円/回

対象：どなたでも・定員：5名・持ち物：筆記用具

毎日の暮らしに欠かせなくなったスマホの「ちょっと分からない…」を解決すると、毎日の暮らしがちょっと便利に変わります！スマホの便利機能を使って毎日に豊かな彩りをプラスしましょう！



モバイルライフアカデミー

〈各回のスケジュール〉
4/22 超初級！スマホの基本操作編 5/27 超初級！電話操作編
6/24 初級：文字入力編 7/22 初級：スマホの機能活用編
8/26 中級：インターネット編 9/23 使いたい機能をマスターしよう

無料
講座

杉戸町角穀跡 小島定右衛門邸の魅力を探る

9月5日(土) 10:00~11:30

対象：どなたでも・定員：50名・持ち物：筆記用具

2025年より、旧日光道中沿いに建つ「角穀跡 小島定右衛門邸」の調査を進めています。通称「角穀」として広く知られ、かつて宿場町として栄えた杉戸宿の面影を今に伝える重要な歴史的建造物の一つです。角穀は、主屋・袖蔵・穀蔵・書院など複数の建物で構成されていました。残念ながら穀蔵と書院は解体されましたが、主屋と袖蔵は現在も残されています。今回の講座では、最新の調査で明らかになった角穀の建物群の特徴や魅力を探ります。



野口 憲治

日本工業大学建築学部建築学科准教授。専門は、近世町家・日本建築史、オランダ国立世界文化博物館所蔵の町家模型の調査・研究。2019年より杉戸町文化財保護審議会委員、2025年からは同会会長を務める。

【3回連続講座】終活のすすめ

①5月16日(土) ②5月23日(土)
③6月6日(土)
いずれも 9:30~11:30 教材費：500円/3回分

対象：40歳以上・定員：10名・持ち物：筆記用具・認印・朱肉

終活を始める時期に決まりはありませんが、一般的には還暦を迎える60歳代や、子供が就職・結婚する40歳代~50歳代など、人生の節目をきっかけに興味を持ち始める方が多いようです。思い立ったが吉日です。ご自分の人生について一緒に考えてみませんか？本講座で終活のやるべきこととして、エンディングノート作成・自筆証書遺言書の作成・公正証書遺言書の作成を計画しております。



行政書士 赤堀 良孝

創業支援講座

お申し込みは電話又は、二次元コード
杉戸町コミュニティセンター
TEL:0480-53-7400



起業をお考えの方、事業を始めたい方におすすめの講座です。

無料
講座

杉戸町の若手農家のおはなし

9月12日(土) 10:00~11:30

対象：どなたでも・定員：20名・持ち物：筆記用具

ココティで定期的開催されている「みんなの朝市」でもお馴染みの杉戸町の若手農家の皆さんによる農業にまつわるお話です。杉戸町で農業を始めたきっかけや苦労話など、農家の皆さんの実体験を元にお話いただきます。農業に関心がある方におすすめです。



杉戸町若手農家の皆さん

無料
講座

赤字から始まった「バラの家」の物語

8月29日(日) 14:00~15:30

対象：どなたでも・定員：10名・持ち物：なし

杉戸町堤根にあるバラ苗専門店「バラの家」は、経営危機を乗り越え、全国にファンを持つブランドへと成長しました。本講座では、代表取締役・木村氏が、赤字からの立て直しの過程や、オンライン販売導入の背景と効果など、バラの家のこれまでを語ります。



有限会社キムラ企画 代表取締役社長
木村 卓功

きまぐれ屋さんとシェアキッチンを使ってみよう(各回申込)

4月20日(月) 13:00~15:00
7月5日(日) 13:00~15:00
材料費：1,000円/回
*お好きな日程をお申し込みください

対象：どなたでも・定員：10名・持ち物：エプロン、ハンドタオル

実際にキッチンを活用中のきまぐれ屋さんとパンなどを作りながら、シェアキッチンの利用方法について学べます。シェアキッチンを活用して飲食店営業を考え中の方、今はまだ何にもわからないけれど、いつか飲食店を営業してみたい!という方向けの講座です。杉戸町コミュニティセンターシェアキッチンって興味はあるけれどもどうやって運営しているの?など、営業にいたるまでの流れや営業中の疑問を聞いてみましょう!



きまぐれ屋

杉戸町コミュニティセンター

地域活動支援講座

お申し込みは電話又は、二次元コード
杉戸町コミュニティセンター
TEL:0480-53-7400



地域活動をこれから始めたい方、現在の活動を広げたい方におすすめの講座です。

無料
講座

【2回連続講座】 あなたの好き・得意を活かす講座講師はじめての一步

①4月12日(日) ②4月26日(日)
いずれも 10:00~11:30

対象：どなたでも・定員：8名・持ち物：筆記用具

講座を企画・実施するためのノウハウを座学とワークショップを通じて学びます。自分の「好き」や「得意」から講座を考えてみましょう!完成した講座は2026年後期(10月~3月)のココス町民企画講座にぜひ応募してみてください!
※講座の受講はココスクの講師になることを保証するものではありません。

NPO法人埼玉情報センター事務局次長・足立区NPO活動支援センター相談員 秋本 創



無料
講座

フードロス解消と必要とする人への支援の フードパントリー活動

6月27日(土) 10:00~11:30

対象：どなたでも・定員：20名・持ち物：筆記用具

7人に1人が相対的貧困状態にあると言われる現状に、フードロス解消と必要とする人への食料品の無料配布を行う活動を始めて7年目になる「すぎと子育て応援フードパントリー」の活動を紹介します。これまでに、お米だけでも17,110.5kgの寄贈を、のべ3,162世帯8,178名に配布してきました(2026.1.20現在)。活動が継続できるよう、フードドライブをココティでも行っています。講座では、わたしたちの会の活動をお伝えします。お待ちしております。

すぎと居場所づくり応援隊 寺田 竹雄



無料
講座

チラシが作れるようになる!はじめての Canva 講座

5月17日(土) 10:30~12:00

対象：どなたでも・定員：5名・持ち物：筆記用具、パソコン

無料のデザインツール「Canva(キャンバ)」を使って、文字を入れ替えるだけでチラシ作りを体験できる講座です。あらかじめ用意されたひな形を使うため、初めての方でも安心して参加できます。町内会やサークルのお知らせなど、身近な場面で役立つ講座です。

杉戸町コミュニティセンター



町民企画講座

町民の方が企画した趣味・教養・健康など総合的なカリキュラムです。

お申し込みは電話又は、二次元コードから
杉戸町コミュニティセンター TEL:0480-53-7400

*スケジュールは都合により一部変更になる可能性があります。



ピアノレッスン 大人の初心者コース (連続受講推奨・各回申込) ※事前申込締切：3日前まで



ピアノを始めたいけど触ったこともないし楽譜も読めない
とためらっている方大歓迎！
楽典を楽しく身につけ、音
楽の基礎を無理なく習得で
きます。音楽の世界への第
一步を踏み出してみませんか？

講師：小松 久恵
持ち物：筆記用具、色鉛筆、
クリアファイル

ステップⅠ

毎月第4日曜日
*6月は第3日曜日、7月は第3月曜日
16:45~17:30
対 象：どなたでも
定 員：6名
受講料：2,000円/回

ステップ1：楽譜の読み方・手の形・
指の練習・音符の長さや名前などの
基本

(4/26, 5/24, 6/21, 7/20, 8/23, 9/27)

ステップⅡ

★日曜コース (毎月第4日曜日)
*6月は第3日曜日、7月は第3月曜日
17:45~18:30
★水曜コース (毎月第4水曜日)
10:45~11:30
対 象：ステップⅠ受講済みの方
定 員：6名
受講料：2,000円/回

ステップ2：ステップ1で学んだ内容を
基礎に音楽記号の理解を深め、両手の
協調性などを高めよう。

(日：4/26, 5/24, 6/21, 7/20, 8/23, 9/27)
(水：4/22, 5/27, 6/24, 7/22, 8/26, 9/23)

発声・滑舌・表現力が身につく！朗読教室 (連続受講推奨・各回申込)



・声とことばを磨いて健康寿命
を延ばしましょう。
・呼吸・発声・滑舌トレーニ
ングなど基礎から学び、鍛えら
れます。
・名作文学の朗読トレーニング
で声の表現力が豊かになります。
※途中の回から参加をご希望
の方はセンターにご相談くださ
い。

講師：塩川 敬子
持ち物：筆記用具

A コース (初めての受講生対象)

毎月第3月曜日
*9月は第2月曜日
15:00~16:30
対 象：どなたでも
(初めて受講される方)
定 員：8名
受講料：2,000円/回

声の基礎トレーニングをしながら、
朗読の基礎知識と表現の楽しさを学び
ます。

(4/20, 5/18, 6/15, 7/20, 8/17, 9/14)

B コース (受講経験者対象)

毎月第2月曜日
*9月は第1月曜日
14:00~15:40
対 象：Aコース受講済みの方
定 員：8名
受講料：2,000円/回

これまで学んだ朗読表現力をさらにスキル
アップ。

(4/13, 5/11, 6/8, 7/13, 8/10, 9/7)

歌って脳トレ&笑って腸活 (各回申込)

毎月第1木曜日
10:00~11:30
対 象：どなたでも
定 員：20名
受講料：500円/回

楽譜が読めなくても大丈夫！フレイ
ル(虚弱)予防に一緒に歌おう♪



(4/2, 5/7, 6/4, 7/2, 8/6, 9/3)



講師：今村 明美 (二期会会員)
持ち物：飲み物、筆記用具、
愛唱歌
(購入の場合1,100円)

口べたさんのための表現アート講座 (各回申込)

毎月第3水曜日
10:00~11:30
対 象：どなたでも
定 員：10名
受講料：1,500円/回

人付き合い、おしゃべりが苦手な人
集まれ！安心したスペースで、心ゆ
くまでお話ししたり、言葉を使わ
ないアートで自己表現ができる講座で
す。

(4/15, 5/20, 6/17, 7/15, 8/19, 9/16)



講師：中里 珠恵
持ち物：色鉛筆 (あれば)

ココティ読書会 (各回申込)

毎月第3土曜日
*7月は第4土曜日
8/15(土)は休講
10:00~12:00
対 象：成人
定 員：6名
受講料：500円/回

うまく話せないかも…という心配はい
りません。気軽に参加できる大人のた
めの読書会です。おすすめの本を紹介
したりしながら、新しい本との出会い
を楽しみましょう。

(4/18, 5/16, 6/20, 7/25, 9/19)



講師：日本語教師ジュンコ
持ち物：おすすめしたい本

楽しむハングル (連続受講推奨・各回申込)

毎月第1・3金曜日
10:00~11:30
対 象：どなたでも
定 員：15名
受講料：1,300円/回

初めての方でも大丈夫。少し習ったこ
とがある方も楽しめます。単発でお申
し込みいただけますが、連続での受講
をおすすめします。

(4/3, 4/17, 5/1, 5/15, 6/5, 6/19, 7/3,
7/17, 8/7, 8/21, 9/4, 9/18)



講師：姜 順愛 (カン スンエ)
持ち物：筆記用具

届けたい人に届けるインスタ講座 (各回申込)

毎月第4金曜日
10:00~11:30
対 象：インスタを通して活
動を広めたい方、
投稿したことがある方
定 員：5名
受講料：1,500円/回

～自分の「好き」と想いを、地域か
ら届けよう～ Instagram を使って
自分の活動や地域の魅力を伝える発
信力を身につけよう。

(4/24, 5/22, 6/26, 7/24, 8/28, 9/25)



講師：斎藤 夏未
持ち物：スマートフォン、筆記用
具、(任意：活動のチラシ、名刺、
PR資料)

自分探しのタロット&星占い講座 (連続受講推奨・各回申込)

毎月第4土曜日
10:00~12:00
対 象：どなたでも
定 員：10名
受講料：2,000円/回

占いは自己探求ツールです。12星座
のシンボルやタロットの象徴絵図を楽
しく読み解き、暮らしのヒントに役立
てたり、自分とは何なのか？と言った
哲学的な問いを育てながら、自分探し
の旅に出てみませんか？

(4/25, 5/23, 6/27, 7/25, 8/22, 9/26)



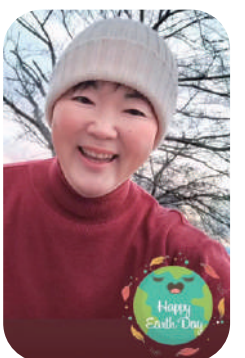
講師：井上 教子
持ち物：筆記用具

腸元気！認知症予防ブレイン (脳活性) 体操 (各回申込)

毎月第2月曜日
*8月のみ第3月曜日
10:00~11:30
対 象：60歳前後
(70,80歳歓迎)
定 員：10名
受講料：500円/回

笑って楽しく脳活性！誰でもできるカ
ンタンリズム体操。歌って、おどって
腸元気で柔軟な心と脳、カラダを育て
ていきましょう♪

(4/13, 5/11, 6/8, 7/13, 8/17, 9/14)



講師：小須田 真弓
(ハッピーブレインクラブ)
持ち物：ヨガマット (バスタオル
可)、飲み物、動きやすい服装

【3回連続講座】ピアニストが教える篠笛づくり・演奏講座

1日目：4月5日(日)
2日目：4月19日(日)
3日目：5月10日(日)
10:00~12:00
対 象：小学生以上
定 員：15名
受講料：6,000円/3回

祭囃子や落語の出囃子など日本の芸
能に欠かせない楽器として日本人の
生活の中に馴染んできた篠笛。本講
座では、篠笛の成り立ちや素材、製
作法、演奏法などの話をします。



講師：曾山 啓一
持ち物：筆記用具

町民企画講座

町民の方が企画した趣味・教養・健康など総合的なカリキュラムです。

まずは1曲♪ ゆっくり楽しくウクレレ教室（各回申込）

毎月第2・4金曜日
*8月は第1・3金曜日
13:30~15:00
対象：小学校高学年以上
定員：10名
受講料：2,500円/回



講師：Shi-mo（シーモ）
持ち物：筆記用具

「始めたいけどどういうウクレレを選べばよいか」「音楽知識がないけど弾けるか」全てお任せください！ゆっくり丁寧に教えてください。手ぶらで気軽にお越しください。

(4/10, 4/24, 5/8, 5/22, 6/12, 6/26, 7/10, 7/24, 8/7, 8/21, 9/11, 9/25)

みんなの健康キックボクシング（各回申込）

毎月第2・4月曜日
10:30~11:30
対象：どなたでも
定員：10名
受講料：2,000円/回



講師：所 宏一郎
持ち物：動きやすい服装
飲み物、軍手、タオル

どなたでも気軽に楽しめるキックボクシング。一人ひとりの体力に合わせて休憩を挟みながら健康づくりをサポートします。ストレスの発散にも最高！！

(4/13, 4/27, 5/11, 5/25, 6/8, 6/22, 7/13, 7/27, 8/10, 8/24, 9/14, 9/28)

Love My Self♡で腸元気！ 希少な黒糀と黄糀の出糀体験&しょう油黒糀作り （各回申込）※事前申込締切：3日前まで

・4月21日（火）
・5月16日（土）
・6月16日（火）
11:00~14:00
対象：中学生以上
定員：4名
受講料：6,000円/回



講師：小須田 真弓
持ち物：エプロン、タオル、しょう油 500ml、筆記用具、笑顔😊
*糀アレルギーの方は参加をご遠慮ください。

生糀に触れて非日常な体感を味わい尽くすスペシャルな時間をあなたに♡出糀体験後にしょう油黒糀を作ります（お持ち帰り各自）。ミニ糀ランチと黒糀甘酒付き。

みんなのイスヨガ+笑い呼吸法 （各回申込）

毎月第1・3金曜日
*8/7（金）は休講
10:15~11:30
対象：どなたでも
定員：10名
受講料：1,000円/回



講師：林 美幸
持ち物：動きやすい服装
飲み物

「運動をしたいけれども足が痛いし…体力がないし…」と思っている方、イスヨガをしてみませんか？大きな負担をかけずに動くことができます。免疫力を上げる笑い呼吸法も取り入れています。

(4/3, 4/17, 5/1, 5/15, 6/5, 6/19, 7/3, 7/17, 8/21, 9/4, 9/18)

楽々手打ちそば（各回申込）

毎月第3木曜日
13:00~16:00
対象：小学校3年生以上
定員：5名
受講料：1,500円/回



講師：横山 忠弘
持ち物：エプロン、バンダナ、タオル3枚

手打ちそば（二八そば）の基本を楽しく、易しく、美味しく。

(4/16, 5/21, 6/18, 7/16, 8/20, 9/17)

★ココティスクール講師の募集について

ココティスクールの講師募集は、前期の講座：前年度の10月~11月頃
後期の講座：同年度の5~6月頃に実施予定です。

詳細は、すぎとまち情報サイトまたは当センターのSNSより、お知らせいたします。



すぎとまち情報サイト



Facebook



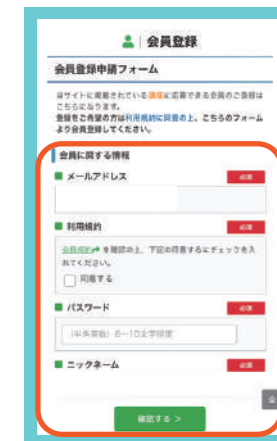
Instagram

講座予約サイト登録のご案内& キャンセルについて

講座予約サイト登録のご案内

講座予約サイト「ココティスクール」を使えば、簡単にお使いの端末から講座の予約ができます。講座の詳細情報や、予約の確認、予約した講座のリマインドメールが届くなど、便利な機能が盛りだくさんです。ぜひサイトからのご予約をお待ちしております。

- 01 「会員登録はこちら」をクリック
- 02 メールアドレスを入力し、「確認する」をクリック
- 03 会員登録申請フォームを入力後、「確認する」をクリック
- 04 入力した内容を確認後「送信する」をクリック



講座予約サイト「ココティスクール」はこちら▶



講座のキャンセルについて



ご予約した講座は**3日前であればキャンセルが可能**です。ただし、2日前以降にキャンセルされた場合は材料費を含めた受講料全額をご負担いただきます（窓口まで来館しお支払いいただきます）。

例

4月4日（土）の講座をご予約した場合
→**4月1日（水）までキャンセル可能、4月2日（木）以降はキャンセル料が発生。**

また、無断キャンセルをされた場合は、以降の受講資格をなくすることがあります。なお、講座の材料準備に時間がかかる場合、3日前までのキャンセルでも材料費を全額負担していただくことがあります（その場合は事前にお知らせいたします）。

ココティスクール受講規約に関しては、窓口へご確認ください。ココティスクール講座予約サイト内「利用規約」よりご確認ください。

利用規約はこちら→

