

	No.	クラブ講座名	講師名	曜日	時間	月額受講料	必要経費等	内容概略	定員
書道	1	硬筆習字	斉藤 政子	第1・3木曜	10:00～12:00	1,000	本代用紙代 750円 (月額)	脳の活性化、集中力を養い、人との交流により絆と育成を目的とする。	20
	2	いけばな 桑原専慶流	宮本 京子	第1・3木曜	19:00～21:00	1,000	花代1,000円 (1回)	基本の花型に加え、気軽にいけられる花まで学べる楽しいクラブです。	10
茶道	3	裏千家 茶道同好会		第2・4月曜	10:00～12:00	0	抹茶、菓子代等 500円	茶道の精神を大切に、明るく和やかにお稽古に励んでおります。	6
	4	茶道に親しむ同好会		第1・3土曜	9:30～12:00	0	抹茶、菓子代等 500円 (月額)	楽しく茶道の精神、知恵を学び基本手前、作法を習う。	10
	5	速水友の会		第3木曜	12:30～16:00	0	抹茶、菓子等 300円	茶道にふれ、お互いの親睦をはかる。	10
美術	6	心を贈る絵手紙 同好会	津村幸宵子	第1・3月曜	10:00～12:00	0	材料費等 年1,000円	見たとおり描き思った事を言葉に楽しくなるクラブです。	16
	7	絵画同好会		第1・2金曜	10:00～12:00	0		絵の好きな仲間と、油絵・水彩等を楽しく描いています。	12
	8	陶芸(午前)		第1・3土曜	10:00～12:00	0	材料代等 実費必要	土ひねり、絵付け、施釉、窯入れ等の陶器作りの学習。	10
	9	陶芸(午後)		第1・3土曜	13:00～15:00	0	材料代等 実費必要	粘土でオリジナルな食器や飾り物を作り、絵付や釉薬で仕上げます。	10
	10	水墨画	大野 恵子	第2・4土曜	10:00～12:00	1,000	材料代 実費必要	水墨画の技術向上と美的感覚を養う。部員の皆さんと親睦を図る。	10
健康・スポーツ	11	ビューティーヨガ	益田真由美	第1・3月曜	10:00～12:00	1,000	1回 500円	ゆっくりと体をほぐして、いろいろなポーズをとって体幹を鍛えます。	30
	12	椅子に座ってストレッチ	水島 典子	第2・4月曜	10:00～12:00	1,000	1回500円 都度払い	インナーマッスルを鍛え、頭の体操もする楽しいストレッチです。	20
	13	もも太郎体操		第1・2火曜	13:00～15:00	0		歩く力や食べる力など生活機能の向上をめざし3種類の体操を実践。	18
	14	初級空手	小林美佐雄	第2・4火曜	19:00～21:00	1,000	空手着代 10,000円	規則や礼儀を守り、体力や集中力を身につけ、思いやりのある人に。	20
	15	ディスコン		第2木曜	10:00～12:00	0		体と頭を使い楽しくゲームをして親睦を深める。	15
	16	フィットネスリズムボクシング	富部 真貴子	第1・2木曜	19:00～21:00	1,000	1回500円 都度払い	ボクシングの動きや踊りを融合した運動でリフレッシュしませんか。	15
	17	Smile たいそう	藤田 智美	第3・4木曜	10:00～12:00	1,000		女性のための笑顔になれる体操教室です♪みんなで運動しましょう!	15
	18	空手	金政 寿好	第2・4金曜	19:00～21:00	1,000	空手着代 10,000円	突き蹴り形組手は怪我をしないように防具を付けて練習しています。	20
	19	いきいきストレッチ &チューブ体操	赤堀 静枝	第2・4金曜	10:00～11:30	1,000	チューブ代 1,000円程度	音楽にあわせて楽しく体を動かします。	20
	20	中高年の さわやか体操	南波 紀子	第1・3土曜	10:00～12:00	1,000		いつまでも元気で動ける体をめざし楽しい時間を過ごしています。	20
	21	興除太極拳	河原 晃子	第1・3土曜	13:00～15:00	1,000		ゆっくりとした動作で脚力バランス全身持久力の向上をめざします。	20

	No.	クラブ講座名	講師名	曜 日	時 間	月額 受講料	必要経費等	内容概略	定員
音楽	22	カラオケクラブ絆	清水 直平	第1・3火曜	13:00～ 15:00	1,000		発声の基礎から教えて下さいます。個人の好みの曲を学び他人の曲を聴く。	15
	23	中高年から始める らくらくピアノ	松森 博美	第2・4火曜	13:00～ 15:00	1,000		見やすい楽譜で初心者の方から楽しく学んでいただいています。	15
	24	たのしいオカリナ	中納裕見子	第1・3木曜	13:00～ 15:00	1,000	コピー代実費	仲良く楽しく練習しています。興味のある方見学に来てください。	25
	25	オカリーナ ＜クレッシェンド＞		第2木曜	13:00～ 15:00	0	2ヶ月まとめて 楽譜、コピー代 1,000円	オカリーナの演奏	15
	26	昭和歌謡を歌う会	原 功	第4木曜	13:00～ 15:00	0		昭和の流行歌や童謡を歌いながら、昭和の歴史の理解を深める。	25
	27	うたごえ友の会	志岐 京子	第2金曜	13:00～ 15:00	500	あめ代、歌詞コ ピー代等 100円	みんなで、楽しく元気に声を出して、歌いましょう。	20
	28	JAZZ & POPS VOCAL	矢野啓三郎	第2・4土曜	13:00～ 15:00	1回 500円	楽譜・コピー代 年1回 500円	私達は矢野先生の生伴奏でジャズや洋楽のポップスを歌っています。	20
邦楽	29	琴伝流大正琴 アイリス	三好 恭子	第1・3火曜	10:00～ 12:00	1,000	教材費、楽譜代 等 実費	音を楽しみながら技術の向上をめざし和を大事に楽しく練習する。	15
	30	箏を楽しむ会	荒川 智子	第2・4火曜	10:00～ 12:00	1,000	琴・賃借料 1,000円	箏の風雅な音色で古典から現代まで幅広い曲を楽しみましょう。	10
	31	民謡	梅若 匡子	第2・4火曜	13:00～ 15:00	1,000		全国の民謡を三味線、尺八で少人数ながら楽しく学習します。	20
舞踊・ダンス	32	興除ラウンドダンス	佐藤 英男	第1・3月曜	13:00～ 15:00	1,000		ダンスはステップを覚える事で、楽しく踊れますし、脳の活性に良いです。	20
	33	ホアロハフラクラブ・ ピカケ	矢吹 malapua 佳子	第2・4土曜	10:00～ 12:00	1,000		ハワイアンミュージックに合わせて踊る心と体のための美しい踊り。	25
	34	ホアロハフラクラブ・ カウルア	矢吹 malapua 佳子	第1・3土曜	19:00～ 21:00	1,000		美しい音楽と美しいハンドモーションで心と体を癒すフラダンス。	12
	35	ハピネスダンス	合田 衣里	第4月曜	18:30～ 20:00	500		ストリートダンスを楽しく踊ります♪お気軽にお越しください!	20
	36	大人バレエ	大江 利子	第2・4土曜	19:00～ 21:00	1,000		バレエの基礎をゆっくり楽しく学びながら自分の体と向き合います。	20
着付	37	和服を楽しもう	植野 佳子 伊豆田久美子	第1・3土曜	13:00～ 15:00	1,000		普段着から外出着まで着付けと帯結び着物のあれこれ楽しく習います。	10
洋裁	38	洋裁	小銭日出子	第2・4火曜	9:30～ 11:30	1,000	実費	好きなデザインの服を先生に製図していただき作製します。	15
	39	ハワイアンキルト	柴田久美子	第2・4火曜	19:00～ 21:00	1,000	実費	各自、作りたい実用的なものを中心に取り組み仕上げます。	10
郷土施設見学	40	興除ウォーカーズ 「森の仲間」		第2・4火曜		0	年会費1,000円 交通費等実費	自然観察を取り入れた軽登山、ハイキングで、心身のリフレッシュ。	35
	41	歴史をたずねる会	小田美作夫	第2・4木曜	13:00～ 15:00	0	運営費月額 500円 現地研修費実費	地域の歴史を学習し、現地研修で知識を高め会員の親睦を図る。	45

	No.	クラブ講座名	講師名	曜日	時間	月額 受講料	必要経費等	内容概略	定員
料理	42	女性のおしゃべり 料理同好会	/	第2木曜	9:30 ~ 13:00	0		地産地消を生かして家にある 野菜を使って作る。	12
	43	パンだパンだ同好会	神原 和子	6・8・10・12・2 月の第3木曜	9:30 ~ 13:30	0	材料代実費	ドライイーストや天然酵母を使 い様々なパンを焼いて楽しん でいます。	14
	44	バーバパン同好会	/	第4木曜	10:00 ~ 14:00	0	材料代実費 500円~1,000 円	参加者同志の交流の輪を広 げ地域にも還元していく。	12
	45	わいわいキッチン	/	第4金曜	10:00 ~ 13:30	0	材料費 1,000円	楽しく気軽にワイワイとお喋り しながら一緒に料理をしていま す。	15
	46	男の手料理	亀山 緑	第2金曜	10:00 ~ 12:00	500	野菜、米、調味料等 700円~1,000円	一緒に作り食べる事で親睦を 深めカロリー等を知り健康食 を考える。	16
	47	興除料理	正化 悦子	第2火曜	10:00 ~ 13:00	500	材料費 700円	和、洋、中、旬の食材で気軽 にできるお料理を楽しく作りま す。	20
文芸	48	興除俳句	杉本征之進	第3月曜	10:00 ~ 12:00	500	コピー代等実費	毎月句会 一年に一度吟行	15
語学	49	やさしい英会話A	原田 Hannah Lei	第1・3土曜	13:30 ~ 15:00	1,000	コピー代等 3ヶ月500円	中学校程度の英単語や文法 で、もう一度英語を身につけ ませんか。	20
	50	やさしい英会話B	原田 Hannah Lei	第1・3土曜	15:15 ~ 16:45	1,000		皆で楽しく英会話。笑って話 せるラクススピーチ !! 海外 へ飛ぼう。	10
その他	51	でんでんむし興除	/	第2月曜	10:00 ~ 12:00	0	100円(月額)	障害者とボランティアの方で ベタンク等しながら交流を 図る。	20
	52	手話クラブあさひ	山本 恵 野上 恵子	第2・4月曜	13:00 ~ 15:00	1,000	本代3,300円 (税込) (入会時)	日常生活で使う手話を皆ん なで楽しく学んでいます。	20
	53	興田会	/	第1金曜	13:00 ~ 15:00	0	教材費実費	視聴覚教材による学習と脳ト レーニングを行います。	15
	54	ナチュラルアート	田中 靖子	第3金曜	10:00 ~ 12:00	500	材料代実費	真砂土を使い器を作り、苔の 美しさを生かした作品作りをし ます。	20
	55	興遊会	/	第3土曜	10:00 ~ 12:00	0	行事毎に使用経費 を集計し、参加者 全員に按分する。	会員の過去の経験則を基に その都度行事テーマを選定し 行動する。	15
	56	懐かしや音楽♪タップ ネス	松森 博美	第1・3金曜	10:00 ~ 12:00	1,000	教材費 半年ごと 1,250円+税	クラシック鑑賞、懐かしい曲に 合わせて手指を動かし楽しく 学ぶ。	30
	57	楽しく朗読	ママ興除	第2金曜	13:00 ~ 15:00		コピー代	発声練習から始めて本に親し み、楽しく朗読をしましょう。	13

★定員に達していないクラブは、年度途中でも参加できます。

★受講料のほかに材料代などが必要なクラブもあります。

★クラブの見学は随時受け付けています。ご希望の方は、公民館へお問い合わせください。

★活動回数は原則月2回ですが、クラブによっては回数を追加する場合があります。