

	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 1,000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
	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	速水友の会		第3木曜	12:30 ～ 16:30	0	抹茶、菓子等 300円	茶道にふれ、お互いの親睦を はかる。	8
美 術	5	心を贈る絵手紙 同好会		第1・3月曜	10:00 ～ 12:00	0		絵手紙の合言葉はヘタでい い、ヘタがいい。楽しみながら 描いている。	15
	6	絵画		第1・2金曜	10:00 ～ 12:00	0		絵の好きな仲間と、油絵・水 彩等を楽しみ描いています。	12
	7	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
	8	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
	9	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	技術の向上と美的感覚を養 う。クラブの皆さんと親睦を 図る。	10
健 康 ・ ス ポ ー ツ	10	ピューティーヨガ	益田真由美	第1・3月曜	9:30 ～ 11:30	1,000	1回 500円	ゆっくりと体をほぐして、いろ んなポーズをとって体幹を鍛 えます。	15
	11	椅子に座ってスレッ チ	水島 典子	第2・4月曜	10:00 ～ 12:00	1,000	1回500円 都度払い	ストレッチで体・頭・心を楽し りリフレッシュ！一緒にしまし ょう。	20
	12	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
	13	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	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
	14	ディスコンサークル		第2・3木曜	第2木:10時～12 時 第3木:13時～15 時	0		体と頭を使い楽しく運動し仲 間と交流する。	15
	15	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
	16	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 かしませんか？	20
	17	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づ くりをめざして皆さんで楽し んでいます。	20
	18	興除太極拳	河原 晃子	第1・3土曜	13:00 ～ 15:00	1,000		ゆったりとした型と呼吸を学び バランスと体力を養う太極 拳。	15

	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	19	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
	20	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みながら学んでいきます。	15
	21	たのしいオカリナ	中納裕見子	第1・3木曜	13:00 ～ 15:00	1,000	教本代等実費	童謡・唱歌・ポップスを演奏し、初めての方でも楽しく始められます。	25
	22	オカリナ くレッシェンド		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	発表会やボランティアに向けて、オカリナを練しています。	15
	23	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。	28
	24	JAZZ & POPS VOCAL	矢野啓三郎	第4土曜	13:00 ～ 15:00	1回 500円	楽譜・コピー代 年1回 500円	JAZZ、洋楽POPSを中心に楽しく歌っています。	20
邦楽	25	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
	26	箏を楽しむ会	荒川 智子	第2・4火曜	10:00 ～ 12:00	1,000	琴の使用料＋楽 譜代 1,000円＋α	箏の風雅な音色で古典からポップスまで幅広い曲を合奏しています。	10
	27	民謡	梅若 匡子	第2・4火曜	13:00 ～ 15:00	1,000		民謡を楽しく勉強しています。人数が激減して大募集しています。	10
舞踊・ダンス	28	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
	29	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		ハワイの音楽に合わせて踊る、心と体を癒してくれるダンスです。	12
	30	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っているクラブです。	20
	31	大人バレエ	大江 利子	第2・4土曜	19:00 ～ 21:00	1,000		クラシックバレエの基礎を大人向けに優しくゆっくり正しく学ぶ。	20
着付	32	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		着物に関する事を学びながら素敵によそおう練習をしております。	10
洋裁	33	洋裁	小銭日出子	第2・4火曜	9:30 ～ 11:30	1,000	実費	着物のリフォームや自由な発想から出来あがる作品を味わいます。	15
	34	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	35	興除ウォークーズ 「森の仲間」		第2・4火曜		0	年会費1,000円 交通費等実費	自然観察とウォーキング等により心身のリフレッシュをはかる。	35
	36	歴史をたずねる会	小田美作夫 佐藤祥二郎	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	37	女性のおしゃべり 料理同好会		第2木曜	9:30 ～ 13:30	0		家庭で出来た野菜を使って料理を作り、楽しくおしゃべりをする。	10
	38	パンだパンだ	神原 和子	4・6・8・10・ 12・2月の第3 木曜	9:30 ～ 13:30	500	材料代実費 900円	基本のパンの作り方や手軽に作れるパン、パンに合うおかずを試食。	16
	39	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。	10
	40	わいわいキッチン		第4金曜	10:00 ～ 14:00	0	材料費 1,000円	皆様と楽しく作った事の無い料理を作り毎日の食卓を明るくしたい。	15
	41	男の手料理 (4月現在活動休止中)	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
	42	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	43	興除俳句	杉本征之進	第3月曜	10:00 ～ 12:00	500	コピー代等 200円	日々起こること、出会うものを俳句のタネとして一七音で表現する。	15
語学	44	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	もう一度チャレンジしませんか？大人のための学びなおしの英会話。	15
	45	やさしい英会話B	原田 Hannah Lei	第1・3土曜	15:15 ～ 16:45	1,000	必要経費等 2,000円	簡単な英語で、日々の楽しさを表現できる笑いの中で学べるクラス。	12
その他	46	でんでんむし興除		第2月曜	10:00 ～ 12:00	0	100円(月額)	障害のある方とボランティアの方でベタंक等しながら交流を計る。	15
	47	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さんで楽しく学んでいます。	20
	48	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
	49	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。	定年退職した地域の男女が集いその都度活動内容を決め実行する。	15
	50	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	音楽を総合的に楽しんで指運動♪医学的にも「即脳効果」と推奨！	30
	51	楽しく朗読		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。