

2019年度 植木公民館自主講座一覧

番号	講座名	開催日	曜	時間	講師名	会場	定員	学習内容	費用目安 (1回あたり)	集金方法
1	書道	第②第④	火	13:30~17:00	坂本 貴峰	研修室	15	書き方(筆大・小)基本から大文字、小文字の作品又は手紙文までを学習します。	¥1,000	半年
2	習字	第①第③	金	10:00~12:00	沼田 佳代子	研修室	20	基礎から実践的応用まで、幅広く学習します。	¥1,000	半年
3	ペン字	第①第③	火	10:00~12:00	沼田 佳代子	パソコン室	15	ペン字・筆ペンを基礎から学習します。	¥800	半年
4	絵画愛好会	第②	土	13:30~15:30	有働 孝昭	研修室	30	静物・人物・風景画などを研修室や館外で描きます。美術館での作品鑑賞や館外スケッチを2~3回行います。	¥700	1年
5	絵手紙	第①第③	水	10:00~12:00	高村 洋子	研修室	15	季節の花・果物・野菜などをモチーフに絵手紙をかいて楽しみます。	¥1,000	毎回
6	写真	第②第④	土	9:00~11:00	宮崎 喜一	視聴覚室	20	月2回実施し、1回は野外撮影会、もう1回はその作品等の講評や指導を受けます。	¥700	1年
7	コーラス	第①第③	水	20:00~21:30	大木 謡子	植木地域コミセン	30	身近な曲から合唱組曲まで幅広いジャンルの曲をピアノ伴奏により歌います。大人数で作り出すハーモニーを一緒に楽しみましょう。	¥750	毎月
8	童謡ふれんど	第③	金	10:00~12:00	坂脇 美規	視聴覚室	25	日本の親しみのあるうたを楽しく歌います。	¥500	半年
9	楽しいカラオケ	第②第④	木	13:30~15:30	津田 多美子	視聴覚室	20	姿勢、腹式呼吸、口の開け方、発声の仕方など基礎から練習します。皆で課題曲を決めて譜面をみながら、また、譜面が読めない方でも基礎から練習するので大丈夫です。楽しい雰囲気の中で仲良く歌います。	¥750	毎月
10	民謡	第②第④	金	19:00~20:00	本條 秀美	植木地域コミセン	10	全国各地の民謡を大きな声ではっきりと歌えるように基礎から練習します。	¥2,000	毎月
11	三味線	第②第④	金	20:00~21:00	本條 秀美	植木地域コミセン	10	三味線のにぎりかたなど基礎から練習します。	¥2,000	毎月
12	優しいオカリナーウエスキ	第②第④	金	13:30~15:30	板井 郁子	視聴覚室	30	オカリナの音出し、童謡、心に残る唄などを基礎から学びます。	¥500	半年
13	手づくりパン	第②	火	9:00~12:00	相良 トシエ	調理実習室	16	初めての方でも大丈夫！惣菜パン、デザートパン、季節に合わせたパンをつくりまします。	¥1,500	運営費1年分と毎回材料代
14	初めての楽しい短歌	第③	土	13:30~15:30	松本 東亞	植木地域コミセン	10	初めての方を対象に短歌の歴史や作り方の基礎を学習します。	¥1,200	半年
15	New! 古典カレッジ紫のゆかり会	第③	木	13:00~15:00	濱田 賢明	研修室	45	古典文学を楽しく学びます。	¥500	半年
16	英会話	第②第④	水	19:00~21:00	ALT	視聴覚室	15	小・中学校に英語を教えに来ている先生方と楽しく簡単な日常英会話を学びます。	¥1,000	1年
17	いきいきレクダンス	第①第③	水	13:30~15:30	木原 美代子	植木地域コミセン	30	レクリエーションダンスや健康体操を通して、いつまでも若々しい体づくりを行います。	¥700	半年
18	やさしい筋トレ&ストレッチ	第②第④	月	9:00~12:00	木原 美代子	植木地域コミセン	30	筋力強化、バランス感覚、関節痛などの改善を図り、柔軟体操、バランスボール、正しいウォーキングなどを学びます。	¥500	半年
19	講座名変更! 気功と太極拳	第②第④	金	19:45~21:45	中尾 晶	植木地域コミセン	15	導引養生功の《導引保健功》、伝統呉式太極拳を学びます。	¥600	1年
20	初めての太極拳	第①第③	火	14:00~16:00	中尾 晶	研修室	15	太極拳の動作説明と練習を行います。	¥750	1年
21	ピラティス	第①第③	木	19:30~21:00	岩田 秀幸	和室	15	体幹を鍛え、健康で若々しい美ボディを作りましょう!	¥500	半年
22	プルメリアフラダンス	第①第③	木	13:30~15:30	山下 道子	かがやき館	15	フラダンスの基礎から色々な曲が踊れるようになります。初めての方大歓迎です。	¥800	3ヶ月分
23	癒しの気功	第②第④	火	10:00~12:00	池田 知良	和室	20	自然治癒力を信じた気を取り入れた健康法を学びます。体にやさしく楽しい講座です。	¥700	半年
24	いやしのフラワーアレンジ	第①	土	10:00~12:00	緒方 由美子	和室	10	お花には色々な効果があります。いやしや元気ももらいながらアレンジを楽しみます。	¥2,200 花代込み	半年
25	池坊華道①	第④	土	10:00~12:00	森田 富美子	和室	10	日本の伝統的な文化である池坊の生け花を楽しく学びます。お生花の枝ものにも取り組みます。	¥1,800 花材費込み	半年
26	池坊華道②	第②	土	10:00~12:00	森田 富美子	和室	10	日本の伝統的な池坊の生け花を初心者の方でもわかりやすく楽しく学びます。	¥1,800 花材費込み	半年
27	着物着付け	第②第④	土	13:30~15:30	吉田 壽子	和室	10	自分で着付けできる様になり、又、人にも着せることができるように学習します。	¥800	1年
28	いきいき人権	第②	火	9:30~11:30	齊藤 真	植木ふれあい文化センター	20	身近な生活課題や社会問題などを出しあい、丁寧に学び考えあい、共に解決への道筋をたどることをとおして、人権に結ぶ人の輪(和)を広げ、明るい暮らしづくりにつなげます。	¥1,000	毎回