

令和2年度(2020年度) 植木公民館自主講座募集講座一覧

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	13:30～16:30	坂本 貴峰	研修室	16	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	平仮名から漢字のくずし方等、日常生活に必要な文字を学習します。美しい文字を手に入れましょう!!	¥500	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も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めます。	¥1,000	毎回
6	写 真	第②第④	土	9:00～11:00	宮崎 喜一	視聴覚室	15	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。	¥600	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。大人数でつく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歌(童謡・唱歌・抒情歌)を楽しく歌います。	¥600	半年
9	講座名一部変更！ 楽しいカラオケ(新曲)	第②第④	木	13:30～15:30	津田 多美子	視聴覚室	15	姿勢、腹式呼吸、口の開け方、発声の仕方等基礎から練習します。新曲演歌の中から皆で課題曲を決め、譜面をみながら、又は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。	¥1,000	3ヶ月分
10	民謡・三味線	第②第④	金	19:00～21:00	本條 秀美	植木地域コミセン	各10	民謡は、全国各地の民謡、その歌詞に込められた思いを理解し、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。三味線は、にぎり方や基本的な引き方を学びます。	民謡 ¥2000 三味線 ¥2500	毎月
11	優しいオカリナうえき	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
12	手づくりパン	第②	火	9:00～12:00	相良 トシエ	調理実習室	12	初めての方でも大丈夫！季節のパン、惣菜パン、その他いろいろなパンを、和気あいあい、楽しく作ります。	¥1,200	運営費1年分と毎回材料代
13	初めての楽しい短歌	第④	土	13:30～15:30	松本 東亞	植木地域コミセン	10	短歌を作りたいと思いつながらも、どうしてよいか分からない初めての方を対象に、短歌の歴史や作り方の基礎基本を学習します。万葉集を基本として、正岡子規、斎藤茂吉、土屋文明などの歌人の作品を学びながら、各自で作った短歌の添削指導、記念冊子の作成も行います。	¥1,100	半年
14	古典カレッジ紫のゆかり会	第③	木	12:00～15:30	濱田 賢明	研修室	40	古典文学を楽しく学びます。	¥500	半年
15	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
16	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
17	やさしい筋トレ&ストレッチ	第②第④	月	10:00～12:00	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
18	New ! 健康太極剣	第②第④	月	19:30～21:30	中尾 晶	植木地域コミセン	20	初めて剣を握る初心者に向け、型を学び、運動とリラックスを両立させる、楽しい健康づくり教室です。	¥850	1年
19	New ! 気功(経絡動気功)	第①第③	火	14:00～16:00	中尾 晶	研修室	30	肩こり、腰痛、ひざの痛み、筋肉の衰えなどを改善する気功や、心血管・呼吸・消化系統疾病の予防と治療及び肺・腸の癌などの治療と予防を助ける気功を学びます。鍼灸師のツボの指導も行います。	¥850	1年
20	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！	¥450	半年
21	プルメリアフラダンス	第②第④	木	13:30～15:30	山下 道子	研修室	17	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。何歳からでも始められます。初めての方も大歓迎です。	¥800	3ヶ月分
22	癒しの気功	第②第④	火	10:00～12:00	池田 知良	和 室	15	自然治癒力を信じた、気をと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。	¥750	半年
23	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②	10	お花の色・香りには、色々な心理的効果があります。そのいやしを感じながら、アレンジを楽しみます。	¥2,200 花代込み	半年
24	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。季節や行事に合わせて、草物、枝物のお花を生けていきます。	¥1,900 花材費込み	半年
25	池坊華道②	第②	土	10:00～12:00	森田 富美子	和 室	10	日本の伝統的な文化である、池坊の生け花を楽しく学びます。季節や行事に合わせて、草物、枝物のお花を生けていきます。初心者の方も大歓迎です。	¥1,900 花材費込み	半年
26	着物着付け	第②第④	土	13:30～15:30	吉田 壽子	和 室	10	道具を使わず、腰ひもだけでの着物の着方と帯結びを、基礎から指導してもらえます。	¥800	1年
27	いきいき人権	第②	火	9:30～11:30	中田 賞子	植木ふれあい文化センター	20	身近な生活課題や気になる社会問題等を持ち寄り、互いに話し合い、考え合い、丁寧に学びながら、開かれた明るい自分・家庭・地域づくりにつなげます。	¥500	毎回
28	New ! シェイプアップ！フラダンス	第②第④	木	19:00～21:00	山下 道子	研修室	20	シェイプアップを目的としたフラダンスです。何歳からでも始められます。初めての方も大歓迎です。	¥1,000	2～3ヶ月分
29	New ! 楽しい昭和歌謡	第①第③	木	13:30～15:30	津田 多美子	視聴覚室	10	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。昭和歌謡曲の中から皆で課題曲を決めて、譜面をみながら、または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。	¥1,000	3ヶ月分
30	New ! 楽しい切り絵	第②第④	火	10:00～12:00	古田 紗夜子	視聴覚室	15	下絵を黒の画用紙にのせて、白い所をカッターナイフで切り抜く工程です。白・黒のツートンカラーでも良いですが、色を入れたりして楽しむこともできます。3年すると下絵のオリジナルを作成指導します。	¥1,500	毎月
31	New ! ハーモニカ植木	第②第④	火	13:30～15:30	内田 平	山東地域コミセン	20	ハーモニカ及び音楽の基礎から、唱歌、叙情歌等を修得します。	¥800	毎月