平成29年度　植木公民館自主講座募集講座一覧（H29．4．23現在）

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	書道教室	第②第④	火	13:30～17:00	坂本　貴峰	かがやき館	20	実用書から作品づくりまで学習します。	¥1,250	1年
2	習字教室	第②第④	木	19:30～21:30	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。	¥500	半年
3	ペン字教室	第①第③	火	10:00～12:00	沼田　佳代子	受付終了しました。		名から漢字のくずし方、慶弔、年賀状など受講年数に応じて、課題別に練習します。	¥700	1年
4	絵画愛好会	第②	土	13:00～15:00	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。	¥500	1年
5	絵手紙①	第①第③	水	10:00～12:00	高村　洋子	研修室	15	四季折々の花き・野菜などを素材に絵手紙の書き方を楽しみながら学びます。	¥1,000	毎回
6	絵手紙②	第④	土	10:00～12:00	徳永　千香子	受付終了しました。		月のテーマや自分のテーマにそって絵手紙を書きます。	¥1,000	1年
7	写真教室	第②第④	土	9:00～12:00	宮﨑　喜一	視聴覚室	25	屋外写真撮影を月1回、撮影写真の講評を月1回、年間写真展1回を実施します。	¥500	1年
8	コーラス教室	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って歌います。大人数でつくり出すハーモニーを一緒に楽しみます。	¥750	毎月
9	童謡ふれんど	第③	金	10:00～12:00	坂脇　美規	植木地域コミセン	20	童謡、唱歌、思い出の歌、フォークソング他、昔懐かしい歌を基本に忠実に学びます。	¥800	半年
10	New！ 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	30	姿勢、複式呼吸、口の開け方、発生の仕方など基礎から練習を行います。演歌、ポップス、懐メロなど皆さんと話し合いながら課題曲を決めます。譜面が読めなくても大丈夫です。	¥750	毎月
11	New！ 児童合唱（子ども）	第①第③	土	13:30～15:30	松川　くみ子	植木地域コミセン	20	童謡から唱歌、合唱曲と楽しく学び音楽（うたうこと）を通じて情操を育てます。（対象は3歳から中学生まで）	¥750	毎月
12	民謡教室	第②第④	金	19:00～20:00	本條　秀美	植木地域コミセン	20	各県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。	¥1,000	毎月
13	三味線教室	第②第④	金	20:00～21:00	本條　秀美	植木地域コミセン	15	三味線のにぎりかたなど基礎から練習します。	¥1,500	毎月
14	やさしいハーモニカ	第①第③	月	13:00～16:00	内田　　平	植木地域コミセン	15	童謡、抒情歌、演歌などを幅広く練習します。	¥750	2ヶ月
15	優しいオカリーナうえき	第②第④	金	13:30～15:30	板井　郁子	かがやき館	30	親しみ易い曲を使って基礎から学びます。	¥500	半年
16	初心者料理教室	第①	土	9:00～12:00	内田　彰子	調理実習室	20	初心者にもわかりやすく、料理が楽しく出来るように学習します。	¥1,000	運営費1年分と毎回材料代
17	手づくりパン	第②	火	9:00～12:00	相良　トシエ	調理実習室	20	季節の素材をとりいれた惣菜パンやおやつパンなど2種類とサラダ、デザートなど楽しくつくりながら学べます。	¥1,200	運営費1年分と毎回材料代
18	旬の料理	第②	木	9:00～13:00	木戸　久美子	調理実習室	20	旬の食材を使い、減塩で家庭的な料理をつくります。	¥1,000	半年
19	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	15	短歌を実際に作りたいと思いながら、どうしてよいか分からない方を対象に短歌の歴史や作り方の基礎を学習します。	¥1,000	半年
20	英会話教室	第②第④	水	19:30～21:30	ALT	受付終了しました。		植木に住んでいるALTの先生と楽しく簡単な日常英会話を学びます。	¥800	1年
21	植木歴史探訪	第①	金	9:00～12:00 館外9:00～15:00	中尾　末義	受付終了しました。		植木町における西南戦争や山頭火等の歴史ある史跡を探ります。	¥1,000	半年
22	New！ 楽しい文学うなる歴史学	第①第③	金	10:00～12:00	酒井　昭治	視聴覚室	30	熊本、九州、日本、そして東アジアの文学、歴史学を概観し現代迄読み継がれ、又語り継がれた魅力を解明していきます。	¥750	半年
23	講座名変更！ 楽しいレクダンス	第①第③	水	13:30～15:30	木原　美代子	植木地域コミセン	30	健康体操やレクリエーションダンスを通して、いつまでも若々しい体づくりを行います。	¥700	半年
24	やさしい筋トレとストレッチ教室	第②第④	月	10:00～12:00	木原　美代子	受付終了しました。		日常の運動不足の補助及び老齢化に伴う筋力劣化の強化、機能等の為、ストレッチ、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
25	伝統呉式太極拳	第①第③	木	19:45～21:45	中尾　晶	受付終了しました。		式三十七式太極拳、導引養生功の《琉筋壮骨功》《美容を学びます。	¥750	1年
26	健身気功・太極扇	第①第③	火	14:00～16:00	中尾　晶	多目的ホール	15	《太極功夫扇》、健身気功《導引養生功十二法》、導引養生功の及《美容功》を学びます。	¥700	半年
27	講座名変更！ ピラティス（木曜）	第①第③	木	19:30～21:00	木下　しずか	受付終了しました。		身体のバランスを整え、正しい骨格を意識しながら主に体幹のトレーニングを中心に体力づくりを行います。	¥700	半年
28	講座名変更！ ピラティス（土曜）	第②第④	土	19:30～21:00	木下　しずか	和　室	10	身体のバランスを整え、正しい骨格を意識しながら主に体幹のトレーニングを中心に体力づくりを行います。	¥700	半年
29	プルメリアフラダンス	第①第③	木	13:30～15:30	山下　道子	受付終了しました。		ダンスの基礎から音楽に合わせて初めての方でも踊れる様になれる楽しい教室です。	¥800	3ヶ月分
30	癒しの気功	第②第④	火	10:00～12:00	池田　知良	和　室	20	ストレス解消と心身の症状の解消のために役立つ講座です。簡単な動きと楽しく会話をしながら癒していきます。	¥750	半年
31	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	お花の持つ色や香りのいやし効果を紹介します。お花のいやしに元気をもらいながらアレンジを楽しみます。	￥2,200 花代込み	毎回
32	New！ 池坊華道教室	第④	土	10:00～12:00	森田　富美子	和　室	10	日本の伝統文化である池坊の華道を手軽な花器や現代風のアレンジも含めて楽しく学びます。初めての方でも気軽にどうぞ。	￥1,700 花代込み	毎回
33	着物着付け	第②第④	土	13:30～15:30	吉田　壽子	和　室	15	着物の着付けと帯結びなどを学びます。	¥600	半年
34	いきいき人権講座	第②	火	9:30～11:30	齊藤　真	植木ふれあい文化センター	20	当面の憲法改正問題やいろいろな差別問題等、それぞれの悩みや課題を出し合い、丁寧に学び、考え、皆んなで語り合いの中で解決への道筋をたどり、明るい暮らしの実現につなげます。	¥1,000	毎回