

# 平成30年度 清水公民館自主講座開設予定講座一覧表

No.	講座名	定員	週	曜日	時間	場所	月謝	学 習 内 容	講師
1	混声合唱（しみず）	90	2	4	水 10:00～12:00	ホール	800	「仲良く・楽しく和やかに」をモットーに、年間4～5曲を合唱する	東 正生
2	民謡（湧和）	25	1	3	火 13:30～15:30	第2研修室	1,250	三味線に合わせて日本全国民謡の旅	宮本 裕晶
3	三味線	15	2	4	土 13:30～15:30	第3研修室	1,500	構え方、音あわせ等、基本から学びます	荒川 千津子
4	せきれい会（愛唱歌をうたう）	110	1	3	火 13:30～15:30	ホール	750	「歌って笑って元気に！」をモットーに、愛唱歌を歌う。	小島 征子
5	大正琴	20	1	3	火 9:45～11:45	第2研修室	1,500	たやすくチャレンジできる大正琴の弾き方から演奏まで	中村 將代
6	ハーモニカ	30	1	3	水 10:00～12:00	第1研修室	1,000	楽しく、基礎から学ぶ	椎葉 貴子
7	オカリナ教室	40	2	4	水 9:00～12:00	第1研修室	1,000	基礎から学ぶ楽しい教室	吉川 万里
8	楽しいカラオケ	25	1	3	木 13:30～15:30	第2研修室	1,500	初めての方も 発声練習から楽しく学びます。	塚本 えい子
9	しの笛	15	1	3	金 13:30～15:30	第3研修室	1,000	姿勢・持ち方・音の出し方・呼吸法等 基礎から学ぶ	荒川 千津子
10	花と緑の会	20	4	土	10:00～12:00	第3研修室	500	温室なしできれいに咲かせるコツを習得する	本田 洋典
11	きもの着付けとマナー	20	2	4	木 10:00～12:00	和室	2,000	鏡を見ずに速く美しい着付けと礼の心得を学ぶ（女性のみ）	山田 京子
12	時事問題研究	50	2	4	土 10:00～12:00	第1研修室	500	社会で起きている事件・問題を分析し、現代の生き方を考える	遠藤 隆久 他
13	やさしい英会話	28	2	4	木 19:00～21:00	第1研修室	1,000	英会話の基礎から日常に役立つ英会話まで（18歳以上）	Warwick Pistorius
14	★日常英会話の基礎	20	2	4	金 10:00～12:00	第3研修室	1,500	約2年間で、日常会話の基礎を習得を目標に学ぶ	村上 麻奈美
15	やさしい詩吟	20	1	3	金 10:00～12:00	第2研修室	1,000	有名な詩歌を吟ずる技術と感情を学ぶ	松隈 桜翠
16	郷土史	45	2	4	金 10:00～12:00	第1研修室	500	熊本の歴史や、西南戦争について学ぶ	勇 知之
17	古典に親しむ	40	1	3	水 13:30～15:30	第1研修室	500	徒然草を主とした古典文学を学ぶ	野口 チカ子
18	やさしい短歌	20	4	金	13:30～15:30	第3研修室	800	批評と添削を受けながら、短歌の学習をする	上野 春子
19	俳句	24	2	4	金 13:20～15:20	第2研修室	850	俳句の基本を押さえて句会形式の学習	利光 稔郎
20	編物教室	20	1	3	水 13:30～15:30	第2研修室	1,250	セーター・カーディガン等の編み方を学ぶ	中村 ちか子
21	洋裁	25	2	4	火 13:30～15:30	第1研修室	1,500	簡単なものから少し難しいものまで、世界にたったひとつのものを 楽しみながら作る	大坪 洋子
22	パッチワーク・キルト	30	1	3	土 13:00～17:00	第1研修室	1,330	パッチワークは、「作る」「使う」「飾る」楽しみがあります（女性のみ）	園田 津由子
23	楽しい陶芸	20	1	3	木 10:00～12:00	第2研修室	1,000	手作りの良さを実感してみませんか？講師が優しくサポートしてくれます。	岡本 晃
24	煎茶道 東阿部流	10	1	3	木 10:00～12:00	茶室	2,200	おいしい煎茶の入れ方・いただき方の作法を基礎から学ぶ	松尾 翠游
25	かな書道	30	1	3	土 10:00～12:00	第1研修室	1,000	かな書道の運筆等基礎から学習し、俳句・和歌を題材として、美しいかな書道を学習します。	中村 紫藤
26	ペン習字	20	1	3	火 10:00～12:00	第3研修室	1,000	漢字・かなの運筆練習、字形のバランスの取り方などペン字の基礎基本からしっかり学習します。	中村 紫藤
27	生活に使える筆ペンA	20	2	4	木 13:30～15:30	第2研修室	1,000	かな、カタカナ、漢字を基本から正しく調和の取れた文字の書き方を学習する。	榮 義枝
28	生活に使える筆ペンB	22	1	3	水 10:00～12:00	第2研修室	1,000	かな、カタカナ、漢字を基本から正しく調和の取れた文字の書き方を学習する。	榮 義枝
29	清水書道	30	1	3	火 10:00～12:00	第1研修室	1,000	楷書、行書、草書等の書の基本を学びます。	野田 希美子

No.	講座名	定員	週	曜日	時間	場所	月謝	学 習 内 容	講師
30	卓球A	40	1	3	火 9:00～12:00	ホール	1,000	卓球の面白さを感じて健康増進を図ります	川端 菊
31	卓球B	40	2	4	火 9:00～12:00	ホール	1,000	〃	川端 菊
32	ソフトテニス（火曜会）	20	1	3	火 9:00～12:00	テニスコート	500	テニスゲームを目標に基礎編から学ぶ	中尾 勝幸
33	ソフトテニス（水曜会）	20	1	3	水 9:00～12:00	テニスコート	500	〃	中尾 勝幸
34	ソフトテニス（木曜会）	25	1	3	木 9:00～12:00	テニスコート	500	〃	三浦 巖
35	硬式テニス（水曜会）	20	1	3	水 13:00～16:00	テニスコート	1,500	〃	瀬戸 昌俊
36	レディーステニス（硬式）	16	1	3	金 9:00～12:00	テニスコート	2,000	〃	東田 忠洋
37	硬式テニス（土曜会）	25	2	4	土 13:00～17:00	テニスコート	1,500	〃	新堀 浩
38	武術太極拳	30	2	4	水 19:00～21:00	ホール	1,500	現代のスポーツとして集大成した「入門」から「24式太極拳」の習得	武原 京子
39	健康体操 A	60	1	3	水 10:00～12:00	ホール	1,000	「楽しく和やかに」をモットーに、前半は筋力トレーニングなど・後半はレクリエーションダンスを練習。	浅山 照代
40	健康体操 B	60	1	3	水 13:30～15:30	ホール	1,000	体力づくり、健康維持増進を目指し 柔軟体操やレクリエーションダンスを楽しむ体操教室。	浅山 照代
41	健康ダンス	60	2	4	木 9:50～11:50	ホール	1,000	あらゆるジャンルの音楽にあわせて踊るレクリエーションダンス	本永 治美
42	初級社交ダンス	50	1	3	木 10:00～12:00	ホール	1,000	美容と健康に役立つ初級者向けのやさしい社交ダンス全般（18歳以上）	内田 栄進
43	プルメリア清水フラ	30	1	3	金 13:30～15:30	ホール	1,000	現代フラのやさしい踊りを、年齢や経験に関係なく習得（女性のみ）	管林 千穂
44	ソフトエアロビクス	20	1	3	土 19:00～21:00	ホール	1,500	血液中に、酸素を取り込み有酸素運動ができ、自律神経を整える効果がある運動です。	佃 洋子
45	骨盤体操	25	2	4	水 13:00～15:00	ホール	1,000	初級者向け 体のゆがみの矯正法を優しく教えます（女性のみ）	鳥井 理沙
46	★若返りユニーク体操	20	1	3	木 13:00～15:00	第1研修室	1,500	ヨガの呼吸法を学ぶと共に、筋肉と関節を伸ばし身体の柔軟性を高める。	富田 佐智子
47	やさしい柔力球	20	2	4	金 10:00～12:00	ホール	1,000	専用のラケットとボールを使い、音楽に合わせて全身を動かす	中村 睦子
48	日本舞踊（藤間流）	20	2	4	金 13:30～15:30	ホール	1,500	歌謡曲を中心に藤間流による演技力を身につける	藤間 幹崇
49	中山民俗舞踊	20	2	4	木 13:30～15:30	ホール	1,500	民謡は心のふるさと日本各地の唄に合わせて踊ります（女性のみ）	中山 芳保
50	絵画	30	1	3	金 13:30～15:30	第1研修室	1,000	初心者でも安心して描ける鉛筆画、水彩画、油絵の学習	横山 忠克
51	楽しい水彩画	35	1	3	金 10:00～12:00	第1研修室	1,000	水彩画について学ぶ（初心者の方でもしっかりと描ける）	堤 啓一
52	清水写真教室	27	1	3	金 18:30～20:30	第3研修室	1,500	写真作画の研究、撮影の実技を学ぶ	米田 晴芳
53	絵手紙A	25	2	4	火 9:45～11:45	第2研修室	1,000	思い思いの絵に言葉を添えて、心をおくる絵手紙を作る	阿部 貴美子
54	絵手紙B	20	2	4	火 13:30～15:30	第2研修室	1,000	〃	阿部 貴美子
55	楽しい切り絵	15	2	4	火 10:00～12:00	第3研修室	1,500	初心者大歓迎。切り絵の基礎を学びながら作品を作ります。	古田 紗夜子
56	手作りパン	30	1	3	土 9:00～12:00	料理実習室	1,500	月に2回、いろいろなパン（メロンパン、あんパン等）を作ります	上村 幸子
57	男性料理 A	25	1	3	水 10:00～12:00	料理実習室	3,000	料理の基本から学習和・洋・中・郷土料理など様々な料理を作ります	上野 住江
58	男性料理 B	20	1	3	木 10:00～12:00	料理実習室	3,000	〃	上野 住江
59	家庭料理 A	24	1	3	金 10:00～12:00	料理実習室	2,000	身近な材料を使った調理実習 生活習慣病の予防がテーマ	甲斐 薫子
60	家庭料理 B	24	2	4	金 10:00～12:00	料理実習室	2,000	〃	甲斐 薫子
子ども	子どもフラダンス	50	1	3	土 13:00～17:00	第2研修室	750	楽しいフラダンスで、施設慰問などのボランティアもやっています（年長以上）	管林 千穂

【申込み】 合同受付日 H30年3月11日（日） 清水公民館2階ホール  
 ★午前9時から12時まで・・・初めての方・2年目の方  
 ★午後1時から午後3時まで・・・どなたでも  
 その後は、公民館窓口にて午後9時まで受付します。

\*3月13日（火）以降は、休館日を除き随時公民館窓口にて受付します。（午前8時30分～午後9時）

※ ★は、新しい講座です。