平成27年度託麻公民館自主講座一覧

分野	講　座　名	講師（敬称略）	定員	対象	会場	学習日		時間帯	学　習　内　容
書　道 ペン習字	ペン習字（昼）	城戸　泰代	22	どなたでも	B室	第1・3	水	午後	年賀状、のし紙、手紙などを正しく美しく書く。
	ペン習字（夜）	城戸　泰代	22	18歳以上	B室	第1・3	火	夜	年賀状、のし紙、手紙などを正しく美しく書く。
	書　　道	斉藤　寿治	24	どなたでも	C室	第2・4	水	午後	楷書、行書を基本から学び、実用へ。
	実　用　書　道	田畑　慶峰	20	どなたでも	A室	第1・3	木	午後	名前、宛名、年賀状などを中心に学習する。
文　芸	短　　歌	柘植　周子	20	どなたでも	A室	第1・3	水	午前	短歌の実作（吟行あり）と鑑賞。
	俳　　句	坂本　栄子	25	どなたでも	C室	第1・3	木	午前	１７音での自己表現で美しい四季を感じる。
	たのしい肥後狂句	田川　公女	20	どなたでも	A室	第2・4	水	午前	熊本弁を学びながら熊本の郷土文芸に親しむ。
外国語	たのしい中国語	魏　愛国	20	どなたでも	A室	第1・3	土	午前	音声と文字による中国語能力の養成。
	はじめての英会話	黒木　裕子	20	どなたでも	B室	第1・3	木	午後	あいさつ、自己紹介から日常会話まで。
美　術 工　芸	切　り　絵	中村　孝幸	30	どなたでも	C室	第2・4	火	午前	１枚の紙をカッターナイフを使って切り、絵にする。
	木　版　画	中川　恵二	15	どなたでも	B室	第1・3	水	午前	木版画による表現の面白さを味わう。
	和紙のちぎり絵	沢村　誠子	20	どなたでも	B室	第2・4	木	午前	手すき和紙の表現を生かして作品を作る。
	パッチワーク	川口　かおる	20	どなたでも	A室	第2・4	金	午後	花瓶敷、バッグ、タペストリーなどを作る。
	木目込み人形	水上ミナエ	15	どなたでも	A室	第1・3	火	午後	伝統工芸の製作を通して、作る喜びを味わう。
	★着物リメイク	青木　洋子	15	女性	A室	第2・4	木	午後	使わなくなった着物や古着を再活用する。
	水　　墨　　画	松本　　昇	28	成人	C室	第2・4	土	午前	墨の濃淡とにじみの調和の奥深さを学ぶ。
	絵手紙（午前）	前田　恵子	25	どなたでも	B室	第1・3	金	午前	墨と筆を使い、自然界の実物を手本にして描く。
	絵手紙（午後）	前田　恵子	25	どなたでも	B室	第1・3	金	午後	墨と筆を使い、自然界の実物を手本にして描く。
	楽しい水彩画	小川　正嗣	30	どなたでも	C室	第1・3	水	午前	水彩画の初歩的な表現技法を身につける。
	楽しい絵画	小川　正嗣	25	どなたでも	C室	第1・3	水	午後	油彩・水彩を問わず、表現の多様性を知る。
	水彩色えんぴつ画	寺田　公子	15	どなたでも	A室	第1・3	火	午前	水彩色えんぴつを使って手軽に絵を描く。
写　真	やさしいデジカメ入門	内田　新一	25	どなたでも	A室	第1・3	木	夜	日曜日の撮影会と作品を持ち寄っての指導。
手　品	やさしいマジック教室	向井　明彦	20	成　人	B室	第2・4	土	午前	テーブルマジックからパーティー・宴会マジックまで。
音　楽 （楽器）	やさしいオカリナ	永野　　昭	36	どなたでも	B室	第1・3	木	午前	演奏の楽しさと人との出会いの喜びを体得する。
	たのしい二胡	鍋島由紀美	12	どなたでも	A室	第2・4	木	午前	知識と技術を習得し、演奏の楽しさを知る。
	お琴（生田流）	井上　通代	10	どなたでも	和室	第2・4	金	午前	技量に応じて練習し、合奏の喜びを味わう。
	心のハーモニカ	森山　保孝	20	どなたでも	B室	第2・4	水	午前	教本に従い、ハーモニカの基本から合奏まで。
	たのしい尺八	青山　神山	30	どなたでも	A室	第1・3	水	午後	尺八の基本から合奏まで。
	大正琴入門	■牧　蓉子	15	どなたでも	A室	第1・3	金	午後	大正琴の基礎的技術から合奏まで。
	たのしい三味線	藤本喜代則	15	どなたでも	和室	第2・4	金	午後	三味線の基本から合奏まで。
	あじさいの花（ギター）	田中　則英	10	どなたでも	A室	第2・4	土	午前	クラシックギターを基礎から学ぶ。
音　楽	たのしい民謡	近藤　潔美	50	どなたでも	ホール	第2・4	火	午前	全国各地の民謡を楽しく唄い、ストレスを発散する。
	吟　詠（午後）	山本　伸也	20	どなたでも	A室	第2・4	火	午後	漢詩と正しい発声を楽しく学ぶ。
	吟　詠（夜）	岸本　憲幸	15	どなたでも	A室	第1・3	水	夜	漢詩を吟ずる喜びと腹式呼吸で健康増進。
	コーラス（コール託麻）	上小園浩子	50	どなたでも	ホール	第1・3	水	午前	二部・三部合唱の美しさと醍醐味を体験。
	童謡・愛唱歌を楽しく	赤星　百合子	100	どなたでも	ホール	第1・3	水	午後	童謡・唱歌にいろいろな表現を加え、歌う喜びを味わう。
	カ　ラ　オ　ケ	井上まこと	40	どなたでも	C室	第2・4	木	午前	声の出し方から、明るく楽しく学ぶ。
	託麻カラオケ	井上まこと	30	どなたでも	C室	第2・4	金	午前	声の出し方から、明るく楽しく学ぶ。
	カラオケ（演歌）	斉藤　寿治	25	どなたでも	C室	第1・3	火	午後	演歌を中心に楽しく歌い、若さと健康を保つ。

【学習時間】　「午前」：午前10時～12時　　「午後」：午後1時半～3時半　　「夜」：午後7時～9時　※講座によって若干異なります。

分野	講　座　名	講師（敬称略）	定員	対象	会場	学習日		時間帯	学　習　内　容
料　理	男性料理（金曜）	上 野　住 江	20	男　性	調理室	第1・3	金	午前	身近な食材を使って、食生活を豊かにする。
	★男性料理（木曜）	上 野　住 江	20	男　性	調理室	第2・4	木	午前	身近な食材を使って、食生活を豊かにする。
茶　道	皇風煎茶礼式	佐々木 翠 浩	10	どなたでも	茶室	第2・4	火	午前	礼儀作法と煎茶点前一般を基礎から学習する。
	茶道（表千家）	神 田　宗 瑠	10	女　性	茶室	第1・3	火	午後	茶を点てたり、いただいたりし、心と所作を学ぶ。
	やさしい茶道(裏千家)	■小 山　宗 雅	15	18歳以上	茶室	第1・3	水	夜	割り稽古、客の心得、薄茶・濃茶点前などを学ぶ。
華　道	生け花小原流（午前）	田 邉　優 子	20	どなたでも	C室	第1・3	火	午前	季節に応じて気軽に飾って楽しめる生け花。
	生け花小原流（夜）	田 邉　優 子	15	どなたでも	A室	第1・3	火	夜	季節に応じて気軽に飾って楽しめる生け花。
着付け	きもの着付け（午前）	湯 本　麗 子	15	女　性	和室	第2・4	火	午前	特殊な器具を使わない着付け。
	きもの着付け（前結び）	佐 藤　博 子	15	成人女性	和室	第1・3	木	午後	前で結んで後ろに回す方法の着付け。
舞　踊	日本舞踊入門(午前)	今 村　二 子	10	どなたでも	和室	第1・3	土	午前	和の心を養いながら踊る喜びを味わう。
	日本舞踊入門(夜)	今 村　二 子	10	どなたでも	和室	第1・3	木	夜	和の心を養いながら踊る喜びを味わう。
	歌謡民謡舞踊	飯 星　晃 子	20	どなたでも	ホール	第1・3	木	午後	全国に伝わる民謡踊りを学ぶ。
気　功 ヨ　ガ 太極拳	元極気功養生	中 村　　榮	50	どなたでも	ホール	第1・3	火	午前	楽しみながら体を動かし、健康増進を図る。
	やさしい元極気功	中 村　　榮	50	どなたでも	ホール	第2・4	土	午前	楽しみながら体を動かし、健康増進を図る。
	健 康 ヨ ー ガ	菊 池　純 子	35	どなたでも	ホール	第2・4	水	午前	しなやかで歪みのない身体づくり。
	すっきりヨーガ	菊 池　純 子	35	どなたでも	ホール	第2・4	木	午後	しなやかで歪みのない身体づくり。
	シェイプアップ＆ヨガ	秦　　美千代	20	女　性	C室	第1・3	金	午前	ストレッチングと有酸素運動・筋力運動。
	太　　極　　拳	宮 﨑　純 子	30	どなたでも	ホール	第1・3	土	午前	柔軟な身体の動きを体得して健康を維持する。
	ヨガ＆リンパケアで若返り	岩 本　和 美	12	女　性	和室	第1・3	水	午前	柔軟性を高め、怪我をし難い体作り、アンチエイジングを目指す。
	★若返りヨガ＆リンパマッサージ	岩 本　和 美	12	女　性	和室	第1・3	木	午前	柔軟性を高め、怪我をし難い体作り、アンチエイジングを目指す。
体　操 ダンス	さわやか健康	浅 山　照 代	30	どなたでも	ホール	第2・4	木	午前	リズムに合わせて健康増進を図る。
	フォークレクダンス	浅 山　照 代	30	どなたでも	ホール	第2・4	金	午後	世界のフォークダンスとレクダンスの学習。
	イキイキ健康体操	秦　　美千代	60	60歳以上	ホール	第2・4	金	午前	老化防止のための楽しい運動を習慣化する。
	太 極 柔 力 球	高 松　幸 代	20	どなたでも	ホール	第1・3	火	午後	専用のボールとラケットを使う新しい運動。
	３　Ｂ　体　操	桂　　さと子	30	女　性	ホール	第2・4	火	午後	ボール、ベル、ベルターを用いた健康体操。
	フラダンス ハイビスカス	中 村　文 恵	25	女　性	C・ホール	第1・3	土	午後	年間３～４曲のフラダンスをマスターする。
	手 話 ダ ン ス	光 澤　和 代	25	どなたでも	ホール	第2・4	土	午後	踊りながら手話を覚え、障がい者との交流を。
卓　球	卓　球（午前）	江 口 ミドリ	30	どなたでも	ホール	第1・3	金	午前	道具の選び方、卓球の基礎から練習試合まで。
	卓　球（午後）	江 口 ミドリ	30	どなたでも	ホール	第2・4	水	午後	道具の選び方、卓球の基礎から練習試合まで。
	卓　球（夜）	大 石　善 治	25	どなたでも	ホール	第1・3	火	夜	ラリーが続くように基礎技術を習得する。

※ 3月31日（基準日）までに応募者が10人に達しない場合は、開講しない場合もあります。
（開設されない場合は公民館から連絡いたします）

※ ★は新しい講座です。■は新しい先生です。

※ 同じ講師の講座（同じ内容）に重複して申し込むことはできません。

◇ペン習字（昼）とペン習字（夜）　◇絵手紙（午前）と絵手紙（午後）
◇元極気功養生とやさしい元極気功　◇日本舞踊入門（午前）と日本舞踊入門（夜）
◇健康ヨーガとすっきりヨーガ　◇生け花小原流（午前）と生け花小原流（夜）
◇卓球（午前）と卓球（午後）　◇男性料理（金曜）と《新》男性料理（木曜）
◇カラオケと託麻カラオケ　◇ヨガ＆リンパケアで若返りと《新》若返りヨガ＆リンパマッサージ

【時間帯が変わる場合、前年度の在籍年数が加算されます。】
【例】平成25･26年度に「ペン習字（昼）」を2年間受講し、平成27年度は「ペン習字（夜）」を希望する場合は、「3年目以上の方」となります。

