

令和6年度(2024年度) 清水公民館 生涯学習自主講座 開設予定一覧表

※ ○印は自治会加入講座です。

	NO	加	講座名	定員	週	曜日	時間	場所	月謝	集金	対象	学習内容	講師
音	1	○	混声合唱 しみず	60	2	4	水 10:00~12:00	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	唇に歌を心に太陽を。年間4曲程度を常時練習します。	東 正生 大迫 真央
	2	○	三味線	15	2	4	土 13:30~15:30	第3 研修室	1,000	3ヶ月分	どなたでも	民謡の伴奏を中心とした練習。少人数で楽しく学びます。	荒川 四郎
	3	○	せきれい会	80	1	3	火 13:30~15:30	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	「愛唱名歌」の中から、10~20曲を歌います。	小野 郁子 佐藤真木子
	4	○	楽しい カラオケ	30	1	3	木 13:30~15:30	第2 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	初めての方も発声練習から楽しく学びます。	塚本えい子
	5	○	水曜カラオケ	20	2	4	水 13:30~15:30	第2 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	元気に楽しく、毎月男女1曲づつ演歌・歌謡曲の新曲を練習します。	塚本えい子
	6	○	しの笛	15	1	3	金 13:30~15:30	第3 研修室	1,000	3ヶ月分	どなたでも	呼吸法・音の出し方・指使いなど、基本から学び、童謡・唱歌・歌謡・民謡など演奏します。	荒川 四郎
	7	○	湧くわく オカリナ	18	1		水 10:00~12:00	第3 研修室	1,300	毎月	どなたでも	楽譜の見方から指使いまで丁寧な指導で、初めての方も安心して学べます。	中村久美子
楽	8		きもの着付けと マナー	15	2	4	木 10:00~12:00	和室	2,000	3ヶ月分	女性のみ	普段着から正装まで、一人で鏡を見ずに早く！美しく！楽！な着付けを学びます。(女性のみ)	山田 京子
	9	○	時事問題研究	32	2	4	土 9:30~11:30	第1 研修室	1,000	2ヶ月分	どなたでも	毎回“旬”な話題をテーマとして取り上げます。好奇心旺盛な方をお待ちしています。	遠藤 隆久 他
	10	○	日常英会話の 基礎	15	2	4	金 10:00~11:50	第3 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	各段階の英和文法に基づく会話の表現方法を学び、実践していきます。	村上麻奈美
	11	○	やさしい詩吟	16	1	3	金 10:00~12:00	第2 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	日本や中国の古今の詩歌に親しむ心を養い、腹式呼吸で大きな声を出して吟詠する稽古をします。	松隈 桜翠
	12	○	郷土史	45	2	4	金 10:00~12:00	第1 研修室	500	3ヶ月分	どなたでも	幕末維新の動乱の時代と、熊本の維新について、わかりやすく楽しみながら学びます。	徳永 洋
	13		やさしい短歌	16	1		土 13:30~15:30	第3 研修室	1,000	2ヶ月分	どなたでも	上手・下手は二の次。自分のことを自分の言葉で表現してみませんか…	上野 春子
	14	○	五七五で 楽しく俳句	14	2		金 13:00~16:00	第2 研修室	500	毎月	どなたでも	季節のことば「季語」にたくして五七五で想いを表現します。	堀 伸子
手工芸	15		編物教室	14	1	3	水 13:30~15:30	第2 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	セーター・ベスト・ストール等を、毛糸と編み棒で、世界で一つしかないオリジナル作品を楽しみながら作ります。	中村ちか子
	16		洋裁	20	2	4	火 13:00~15:00	第1 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	基礎から応用まで、各シーズンの流行を取り入れながら、簡単に手早くできる服作りを学びます。	大坪 洋子
	17		パッチワーク・ キルト	15	1		土 13:00~16:00	第2 研修室	1,000	3ヶ月分	女性のみ	初心者・経験者問わず、わかりやすく丁寧な指導で楽しみながら作ります。	園田津由子
書道	18	○	生活に使える 筆ペンA	15	2	4	木 13:30~15:30	第2 研修室	1,300	毎月	どなたでも	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します。	榮 義枝
	19	○	清水書道	12	1	3	火 10:00~12:00	第1 研修室	1,300	2ヶ月分	どなたでも	楷書や行書を中心に、和やかな雰囲気の中で学びます。	野田 貴暎
スポーツ	20		清水卓球	40	2	4	火 9:00~12:00	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	楽しく明るく笑顔で活動します。丁寧に指導いたしますので、初心者の方も安心してお申し込みください。	寺本 強
	21	○	さわやか卓球	40	1	3	火 9:00~12:00	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	初心者大歓迎！和気あいあいと、楽しく活動します。	野口優喜子
	22	○	健康体操A	40	1	3	水 10:00~12:00	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	ストレッチ体操や音楽に合わせたダンスを和気あいあいと楽しく「健康づくり」を目指しています。	竹岡 恵子
	23	○	健康体操B	40	1	3	水 13:30~15:30	ホール	1,500	3ヶ月分	どなたでも	健康維持増進を目指し、柔軟体操やストレッチを行い、なじみの曲や、はやりの曲に合わせて楽しく踊ります。	鶴田 直子
	24	○	健康ダンス	50	2	4	木 9:50~11:50	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	準備運動から行い、あらゆるジャンルの音楽にあわせて楽しく踊ります。講師の優しくわかりやすい指導で、初心者の方も安心して受講できます。	本永 治美
	25		初級 社交ダンス	30	1	3	木 9:50~11:50	ホール	1,500	3ヶ月分	20歳以上	基本的な動きから、パーティーなどで楽しめる応用編までを学びます。	内田 栄進
	26	○	骨盤体操	30	2	4	水 13:00~15:00	ホール	1,000	2ヶ月分	65歳以上	和気あいあいと楽しく、笑顔で、無理をせず、自分の体と向き合い体操をします。	園田 有希
	27	○	やさしい 柔力球	30	2	4	金 10:00~12:00	ホール	1,350	3ヶ月分	どなたでも	専用のラケットとボールを使い、音楽に合わせて演技をします。誰でも気軽にでき、健康増進にも効果的です。	松村美智子
	28		笑顔の フラダンス	18	1	3	金 13:30~15:30	ホール	1,800	3ヶ月分	16歳以上の女性	基本から優しく丁寧な指導で、初めての方も安心です。ハワイの音楽に合わせて楽しくレッスンしています。	荒木 幸子
	29		武術太極拳	25	2	4	火 13:00~15:00	ホール	2,000	毎月	どなたでも	体力作りと脳活に!!入門太極拳・初級太極拳の教室です。	一ノ宮直子
健康・ダンス	30		介護予防の為の 太極拳ゆったり 体操	8	1	3	木 13:30~15:00	第3 研修室	1,500	2ヶ月分	60歳以上	高齢の方に合わせた動きで、太極拳の動きをプラスし、ゆっくりと体を動かしていきます。	黒田 勉
	31	○	日本舞踊 (藤村流)	20	2	4	金 14:00~16:00	ホール	2,500	毎月	どなたでも	教室の雰囲気も良く、初心者大歓迎です。分かりやすい指導で、楽しく学べます。	藤村 紫皇
	32	○	楽しい水彩画	24	1	3	金 10:00~12:00	第1 研修室	1,000	3ヶ月分	どなたでも	先生が用意された素材の静物描写や、各自が選んだ風景などを自由に描きます。	堤 啓一
絵画創作	33		ときめき 絵画クラブ	20	1	3	金 13:30~15:30	第1 研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	油彩・水彩など、自由に描きます。先生の丁寧な指導で、初心者の方も楽しく受講できます。	川口もと子
	34	○	絵手紙	19	2	4	火 9:45~11:45	第2 研修室	1,750	2ヶ月分	どなたでも	絵手紙のモットーは“ハタでいい。ハタがいい”です！自分の感じるままに自由に描きましょう!!	阿部貴美子
料理	35	○	手作りパン	24	1	3	土 9:00~12:00	料理 実習室	2,600	2ヶ月分	高校生以上	レシピをもとに実践を交えて基本から楽しく学びます。	上村 幸子
	36	○	男性料理	20	1	3	木 10:00~12:00	料理 実習室	3,000	2ヶ月分	男性のみ	料理経験に関わらず、楽しく学べます。	塘田 雅美
	37		家庭料理	24	2	4	金 9:30~12:00	料理 実習室	2,500	毎月	どなたでも	栄養バランスを考えた体に優しくアイデアいっぱいの料理をつくりまします。	甲斐 薫子

【申込み】 令和6年2月1日(木)~2月29日(木) 午前9時~午後9時 ※休館日(2月5日・13日・19日・26日)を除く

◆清水公民館窓口の講座申込ポストに提出(代理提出可) ※先着順ではございません。定員を超えたら抽選し(1~2年目優先)、漏れた方のみ3月5日迄に電話をおかけします。

◆定員に満たない場合:3月12日(火)~ 午前9時~午後9時 随時清水公民館窓口で受付 ※先着順です。

