

平成30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	13:30~17:00	坂本 貴峰	かがやき館	23	実用書から作品づくりまで学習します。	¥1,000	1年
2	習字	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	第①第③	火	10:00~12:00	沼田 佳代子	視聴覚室	15	ペン字・筆ペンを基礎から学習します。	¥1,000	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を2~3回行います。	¥700	1年
5	絵手紙①	第①第③	水	10:00~12:00	高村 洋子	研修室	15	季節の花・果物・野菜等を自由に大きくハガキや広い和紙に描きます。筆を最初におろす時の緊張感と描き終わった時の達成感をあじわえます。新しい教材も用意され飽きない講座です。	¥1,000	毎回
6	絵手紙②	第④	土	10:00~12:00	徳永 千香子	研修室	20	ハガキを中心とした季節の絵手紙をかきます。	¥1,000	半年
7	写真	第②第④	土	9:00~11:00	宮崎 喜一	視聴覚室	25	月2回実施し、第2土曜日は野外撮影、第4土曜日は講師による評価と指導を行います。	¥700	1年
8	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す。	¥750	毎月
9	童謡ふれんど	第③	金	10:00~12:00	坂脇 美規	視聴覚室	20	本「心のうた 日本抒情歌」の中から選曲し、練習します。	¥700	半年
10	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、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。皆で課題曲を決めて譜面をみながら、また、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。	¥750	毎月
11	New! 懐メロ	第①第③	木	13:30~15:30	津田 多美子	視聴覚室	30	皆で懐かしい課題曲を決めて練習します。アカペラ・ボーカル・カラオケで譜面を見ながら一緒に歌い、楽しいひと時を懐メロであじわいます。譜面が読めなくても、分かりやすく基礎から練習します。	¥750	毎月
12	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・唱歌、児童合唱曲を演奏(歌唱)することを通じて、子どもの持つ「美的良心」を育てます。(対象は3歳から中学生まで)	¥750	毎月
13	民謡	第②第④	金	19:00~20:00	本條 秀美	植木地域コミセン	15	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。	¥1,500	毎月
14	三味線	第②第④	金	20:00~21:00	本條 秀美	植木地域コミセン	10	三味線のにぎりかたなど基礎から練習します。	¥1,500	毎月
15	やさしいハーモニカ	第①第③	月	13:30~15:30	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
16	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	25	親しみやすい曲を使って基礎から学びます。	¥500	半年
17	初心者料理	第②	土	9:00~12:00	塘田 雅美	調理実習室	20	初心者にもわかりやすく、楽しく料理の基本を学び、栄養・バランスの取れた食事づくりを習得します。	¥1,000	運営費1年分と毎回材料代
18	手づくりパン	第②	火	9:00~12:00	相良 トシエ	調理実習室	20	初めてでも気軽に作れるパンを毎回2種類、みんなで楽しく作ります。	¥1,200	運営費1年分と毎回材料代
19	初めての楽しい短歌	第③	土	13:30~15:30	松本 東亜	植木地域コミセン	10	初めての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	第②第④	水	19:30~21:30	ALT	視聴覚室	15	植木に来ているALTの先生方と楽しく簡単な日常英会話を学びます。	¥750	1年
21	楽しい文学うなる歴史学	第③	金	10:00~12:00	酒井 昭治	研修室	20	江戸時代から幕末にかけての歴史と古代文学から今日の文学(鴨 長明から伊藤 佐千夫他)歴史と文学を交互に行います。両方を知ることで知識力、知識の輪が広がります。	¥750	半年
22	講座名変更! 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
23	やさしい筋トレとストレッチ	第②第④	月	10:00~12:00	木原 美代子	植木地域コミセン	25	筋力強化、バランス感覚、腰痛、関節痛などを改善するため、柔軟体操、バランスボール、レクリエーションダンス、ウォーキングなどを行います。	¥500	半年
24	伝統呉式太極拳	第①第③	木	19:45~21:45	中尾 晶	多目的ホール	20	呉式三十七式太極拳、導引養生功の《琉筋壮骨功》《美容功》を学びます。	¥750	1年
25	講座名変更! 初めての太極拳	第①第③	火	14:00~16:00	中尾 晶	多目的ホール	20	伝統楊式太極拳、《琉筋壮骨功》《美容功》を学びます。	¥750	1年
26	ピラティス	第①第③	木	20:00~21:30	岩田 秀幸	和室	15	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。	¥600	半年
27	プルメリアフラダンス	第①第③	木	13:30~16:00	山下 道子	かがやき館	18	年齢は問わず、フラダンスの基礎から楽しく踊れる曲を1年間通して練習します。	¥800	3ヶ月分
28	癒しの気功	第②第④	火	10:00~12:00	池田 知良	和室	10	中国の音楽に合わせて体を動かします。誰でも健康でありたいと願いますが、自然の治癒力を信じた気を取り入れた健康法を学んでいます。やさしくて楽しい教室です。	¥1,000	半年
29	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、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。	¥2,300 花代込み	半年
30	池坊華道①	第④	土	10:00~12:00	森田 富美子	和室	10	日本の伝統的な池坊の生け花を学びます。お生花の枝ものにも取り組みます。	¥1,800 花代込み	半年
31	New! 池坊華道②	第②	土	10:00~12:00	森田 富美子	和室	10	日本の伝統的な池坊の生け花を初心者の方でもわかりやすく学びます。	¥1,800 花代込み	半年
32	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
33	いきいき人権	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、み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