

2020年度 清水公民館自主講座開設予定講座一覧表

2020年2月8日 版

	No.	講座名	定員	週	曜日	時間	場所	月謝	対象	学 習 内 容	講師	
音 楽	1	混声合唱しみず	90	2	4	水	9:50~11:50	ホール	800	20歳以上	「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(20歳以上)	東 正生 大迫 真央
	2	民謡(湧和)	25	1	3	火	13:30~15:30	第3研修室	1,250	どなたでも	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	中学生以上	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	90	1	3	火	13:30~15:30	ホール	750	どなたでも	「歌って笑って元気に!」をモットーに、愛唱歌を歌う。	小野 郁子 佐藤 真木子
	5	大正琴入門	15	1	3	水	10:00~12:00	第3研修室	1,500	どなたでも	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	どなたでも	楽しく、基礎から学ぶ	椎葉 貴子
	7	オカリナ教室	30	2	4	水	9:00~12:00	第1研修室	1,000	どなたでも	基礎から学ぶ楽しい教室	吉川 万里
	8	楽しいカラオケ	30	1	3	木	13:30~15:30	第2研修室	800	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
	9	しの笛	15	1	3	金	13:30~15:30	第3研修室	1,500	どなたでも	姿勢・持ち方・音の出し方・呼吸法等 基礎から学び、童謡・唱歌などを楽しく演奏する初心者を対象に、主体ビッツのついでに、レッスンをを行います。ギターライフの第一歩を、	荒川 千津子
	10	初めてのクラシックギター	15	1	3	土	14:00~16:00	第3研修室	1,000	どなたでも	昭和の歌をみんなで歌います。ストレス解消、血行促進にも効果があります。	田中 則英
	11	歌声広場 昭和歌謡	30	2	4	水	13:30~15:30	第2研修室	750	どなたでも	昭和の歌をみんなで歌います。ストレス解消、血行促進にも効果があります。	塚本 えい子
教 養	12	きもの着付けとマナー	20	2	4	木	10:00~12:00	和室	2,000	女性のみ	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
	13	時事問題研究	50	2	4	土	10:00~12:00	第1研修室	500	どなたでも	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
	14	やさしい英会話	27	2	4	木	19:00~21:00	第1研修室	1,000	18歳以上	英語で話したい、道案内をしたい、などなど、そんなあなたのための講座です。	Warwick Pistorius
	15	日常英会話の基礎	22	2	4	金	9:50~11:50	第3研修室	1,500	どなたでも	すぐに役立つ日常会話、旅行で役立つ英会話を基礎から学びます。	村上 麻奈美
	16	やさしい詩吟	20	1	3	金	10:00~12:00	第2研修室	1,000	どなたでも	有名な詩歌を吟ずる技術と感情を学ぶ	松隈 桜翠
	17	郷土史	45	2	4	金	10:00~12:00	第1研修室	500	どなたでも	熊本を中心とした、歴史・文化を学ぶ	勇 知之
	18	古典に親しむ	35	1	3	水	13:30~15:30	第1研修室	500	どなたでも	今年は、「百人一首」を学習します。笑いを交えながら分かりやすく学べます。	野口 チカ子
	19	やさしい短歌	20	4	金	13:30~15:30	第3研修室	1,000	どなたでも	歌を通して人の心や人生を語り合う	上野 春子	
	20	俳句	20	2	4	金	13:00~16:00	第1研修室	1,000	どなたでも	俳句の基本を押さえて、句会形式の学習	村上 正子
	手 工 芸	21	編物教室	25	1	3	水	13:30~15:30	第2研修室	1,250	どなたでも	毛糸と編み棒で世界に一つしかないオリジナル作品を! はじめての方も大歓迎!
22		洋裁	25	2	4	火	13:30~15:30	第1研修室	1,500	どなたでも	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
23		パッチワーク・キルト	20	1	3	土	13:00~16:00	第1研修室	1,330	どなたでも	初心者・経験者問わず、わかりやすい指導で楽しく作る	園田 津由子
24		楽しい陶芸	20	1	3	木	10:00~12:00	第2研修室	1,000	どなたでも	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。	切道 恵二
書 道	25	かな書道	30	1	3	土	10:00~12:00	第1研修室	1,000	どなたでも	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	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	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する。	榮 義枝
	27	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	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する。	榮 義枝
	28	清水書道	18	1	3	火	10:00~12:00	第1研修室	1,000	どなたでも	楷書、行書、草書等の書の基本を学びます。	野田 希美子
ス ポー ツ	29	さわやか卓球	45	1	3	火	9:00~12:00	ホール	1,000	どなたでも	初心者大歓迎! 和気あいあいとした笑いあふれる明るい集いです。	野口 優喜子
	30	清水卓球	45	2	4	火	9:00~12:00	ホール	1,000	どなたでも	楽しく明るく笑顔で活動します。	川端 菊
	31	ソフトテニス(火曜会)	18	1	3	火	9:00~12:00	テニスコート	500	どなたでも	テニスゲームを目標に基礎編から学ぶ	中尾 勝幸
	32	ソフトテニス(水曜会)	20	1	3	水	9:00~12:00	テニスコート	500	どなたでも	基本訓練 コーチの指導~教育、練習	中尾 勝幸
	33	ソフトテニス(木曜会)	20	1	3	木	9:00~12:00	テニスコート	500	どなたでも	テニスゲームを目標に基礎編から学ぶ	三浦 巖
	34	硬式テニス(水曜会)	20	1	3	水	13:00~16:00	テニスコート	1,500	どなたでも	〃	瀬戸 昌俊
	35	レディーステニス(硬式)	16	1	3	金	9:30~11:30	テニスコート	2,000	女性のみ	〃	東田 忠洋
	36	硬式テニス(土曜会)	25	2	4	土	13:00~17:00	テニスコート	1,500	どなたでも	〃	新堀 浩
	37	武術太極拳	30	2	4	水	19:00~21:00	ホール	1,500	どなたでも	ゆるやかな動きの中で体全体をやさしく快適にします。さわやかな汗を流して健康に!	武原 京子
	38	健康体操A	60	1	3	水	10:00~12:00	ホール	1,000	どなたでも	幅広い年齢層で、楽しいメニューで和気あいあいのうちに「健康づくり」を目ざして!います。	浅山 照代
健 康 ・ ダ ン ス	39	健康体操B	60	1	3	水	13:30~15:30	ホール	1,000	どなたでも	体づくり、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
	40	健康ダンス	60	2	4	木	9:50~11:50	ホール	1,000	どなたでも	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
	41	初級社交ダンス	60	1	3	木	9:50~11:50	ホール	1,000	どなたでも	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	内田 栄進
	42	プルメリア清水フラ	30	1	3	金	13:30~15:30	ホール	1,200	どなたでも	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
	43	ソフトエアロビクス	20	1	3	土	19:00~21:00	ホール	1,500	どなたでも	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
	44	骨盤体操	30	2	4	水	13:00~15:00	ホール	1,000	どなたでも	初級者向け 体のゆがみを矯正し、美しい姿勢を保つコツを学ぶ	鳥井 理沙
	45	やさしい柔力球	20	2	4	金	10:00~12:00	ホール	1,340	どなたでも	専用のラケットとボールを使い、音楽に合わせて全身を動かす	中村 睦子
	46	脳トレ健康体操	20	2	4	木	10:00~12:00	第2研修室	1,500	どなたでも	アタマとカラダを同時に使い、脳の活性化、認知症予防に効果のある体操です。	林 一子
	47	日本舞踊(藤間流)	20	2	4	金	14:00~16:00	ホール	1,500	どなたでも	教室の雰囲気も良く、初心者大歓迎です。	村瀬 克二
	48	中山民俗舞踊	20	2	4	木	13:30~15:30	ホール	1,500	女性のみ	民謡は心のふるさと日本各地の唄に合わせて踊ります	中山 芳保
舞 踏	49	絵画	30	1	3	金	13:30~15:30	第1研修室	1,000	どなたでも	初心者でも安心して描ける、水彩画、油絵、パステル画の学習	川口 もと子
	50	楽しい水彩画	30	1	3	金	10:00~12:00	第1研修室	1,000	どなたでも	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
	51	清水写真教室	30	1	3	金	18:30~20:30	第2研修室	1,500	どなたでも	写真構図の研究、撮影の実技を学ぶ	米田 晴芳
	52	絵手紙A	20	2	4	火	9:45~11:45	第2研修室	1,300	どなたでも	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
	53	絵手紙B	20	2	4	火	13:30~15:30	第2研修室	1,300	どなたでも	〃	阿部 貴美子
料 理	54	手作りパン	30	1	3	土	9:00~12:00	料理実習室	2,000	高校生以上	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
	55	男性料理A	20	1	3	水	10:00~12:00	料理実習室	3,000	男性のみ	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
	56	男性料理B	20	1	3	木	10:00~12:00	料理実習室	3,000	男性のみ	〃	上野 住江
	57	家庭料理A	24	1	3	金	10:00~12:00	料理実習室	2,000	どなたでも	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
	58	家庭料理B	24	2	4	金	10:00~12:00	料理実習室	2,000	どなたでも	〃	甲斐 薫子
子 ども	59	子どもフラダンス	50	1	3	土	13:00~17:00	第2研修室	750	年中程度~	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(年中程度~)	管林 千穂

【申込み】 合同受付日 令和2年3月8日(日) 清水公民館 2階ホール
 ★午前10時から12時まで・・・初めの方・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10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9時~午後9時)