

令和5年度(2023年度) 清水公民館自主講座開設予定講座一覧表

2023年1月6日 変更

No.	講座名	定員	週	曜日	時間	場所	月謝	集金方法	対象	学習内容	講師	
音楽	1 混声合唱しみず	60	2	4	水	9:00~12:00	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	心身の健康にも大切な”歌”。年間4~5曲を、ていねいに歌いこみます。	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	60	1	3	火	13:30~15:30	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	「歌って笑って元気に！」をモットーに、愛唱歌を歌います。	小野 郁子 佐藤 真木子
	4 楽しいカラオケ	13	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	13	2	4	水	13:30~15:30	第2研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	元気に楽しく男女の演歌・歌謡曲の新曲を練習します。	塚本 えい子
	New 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、基本から学びます。	荒川 四郎
	New 7 和みの箏教室	10	1	3	金	19:00~21:00	和室	2,300	1ヶ月分	どなたでも	おことこの基礎から楽しく学びます。	吉田 佳世
教養	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！楽しく！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	“旬”な話題にスポットを当て、各界の専門家が分かり易く解説。	遠藤 隆久 他
	10 日常英会話の基礎	16	2	4	金	10:00~11:50	第3研修室	1,000	2ヶ月分	どなたでも	よく使うフレーズを中心に、「質問&答え+相づち+応用」という会話形式で学びます。	村上 麻奈美
	11 やさしい詩吟	13	1	3	金	10:00~12:00	第2研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	有名な詩歌を吟ずる技術と感情を学びます。	松隈 桜翠
12 郷土史	36	2	4	金	10:00~12:00	第1研修室	500	3ヶ月分	どなたでも	地元をはじめ、県内外の歴史や文化を学びます。	勇 知之	
手工芸	13 パッチワーク・キルト	15	1	土	13:00~16:00	第1研修室	1,500	2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	14 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	1ヶ月分	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
	15 清水書道	15	1	3	火	10:00~12:00	第1研修室	1,500	2ヶ月分	どなたでも	書の基本から学びます。	野田 希美子

No.	講座名	定員	週	曜日	時間	場所	月謝	集金方法	対象	学習内容	講師	
スポーツ	16 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。	寺本 強
	17 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
健康・ダンス	18 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。	浅山 照代
	19 健康体操B	40	1	3	水	13:30~15:30	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	体づくりや健康維持増進を目指し、柔軟体操やストレッチを行い、レクリエーションダンスを楽しむ体操教室です。	浅山 照代
	20 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	あらゆるジャンルの音楽にあわせて楽しく踊るレクリエーションダンスです。	本永 治美
	21 初級社交ダンス	30	1	3	木	9:50~11:50	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	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
	22 骨盤体操	30	2	4	水	13:00~15:00	ホール	1,000	2ヶ月分	どなたでも	普段動かしていない骨盤まわりや肩甲骨まわりの筋肉を動かして身体を整えます。	園田 有希
23 やさしい柔力球	20	2	4	金	10:00~12:00	ホール	1,000	3ヶ月分	どなたでも	専用のラケットとボールを使い、柔軟性やリズム感を養います。	中村 睦子	
New 24 笑顔のフラダンス	12	1	3	金	13:30~15:30	和室	1,500	3ヶ月分	女性(16歳以上)	ハワイの音楽に合わせて楽しく踊りましょう。基礎からのスタートで、初めての方でも安心です。	荒木 幸子	
舞踏	25 日本舞踊(藤村流)	20	2	4	金	14:00~16:00	ホール	2,000	2ヶ月分	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
絵画創作	26 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
	27 絵手紙A	19	2	4	火	9:45~11:45	第2研修室	1,750	2ヶ月分	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ります。	阿部 貴美子
料理	28 手作りパン	18	1	3	土	9:00~12:00	料理実習室	2,600	2ヶ月分	どなたでも	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
	29 男性料理	18	1	3	木	10:00~12:00	料理実習室	3,000	1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
	30 家庭料理A	18	1	3	金	10:00~12:00	料理実習室	2,500	1ヶ月分	どなたでも	毎日の献立に役立つ料理を作ります。	甲斐 薫子
31 家庭料理B	18	2	4	金	9:30~12:00	料理実習室	2,500	1ヶ月分	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す。	甲斐 薫子	

※ △は、条件が整った場合開講となります。

【申込み】 令和5年2月1日(水)~2月28日(火) ※休館日(月曜日)を除く

◆ 自主講座申込みポストに提出 (清水公民館窓口に設置 <代理提出可> 午前9時~午後9時)

★ 先着順ではございません。(定員を超えた場合は抽選となります。1~2年目優先です。抽選に漏れた方のみ3月5日までに電話をいたします。)

★ 定員に満たない場合: 3月7日(火)~ 随時公民館窓口で受付 (午前9時~午後9時) ※先着順です。