

令和5年度 東部公民館 自主講座一覧（開設予定）

番号		講座名	定員	部屋	曜日	時間帯	学習内容	講師名
1	教養	文学入門	17	B室	1・3火	10:00～12:00	「源氏物語」毛筆の写本を読み、現代語版で解説されます。	澤山 修
2		古典入門	23	A室	2・4木	10:00～12:00	「とりかへばや物語」を声に出して楽しく読みます。	半藤 英明
3		古文書入門	17	B室	1・3水	10:00～12:00	もし、少しでも読めたら、違う楽しさが必ず広がります。	安高 啓明
4		俳句入門	23	A室	2・4木	13:30～15:30	折折の心持を五七五に託し発表します。添削もあります。	山本 淑子
5		短歌入門	17	B室	3土	13:30～15:30	初心者から中級者まで、楽しく作る短歌です	塚本 諄
6		初めての英会話	23	A室	2・4金	10:00～12:00	日常生活に使える基本的な英会話を楽しく学びます	山下 秀子
7		英会話入門	17	B室	1・3火	13:30～15:30	英語を通して様々な外国の習慣や文化を楽しく学びます	上杉 稔子
8		おとなの英語	17	B室	1・3火	18:30～20:30	英語で楽しくおしゃべりしましょう！	ブーリエ・スコット・ブラッドリー
9		韓国語	14	C室	1・3金	19:00～21:00	韓国語初級、文字、会話、文化を楽しく学びます	辛 教燦
10		やさしい中国語	17	B室	1・3木	14:00～16:00	中国語の発音、文法及び簡単な会話を学習します	周 燕
11		初めてのドイツ語	30 (交替制)	B室	2・4金	13:20～14:20 14:40～15:40	気軽にドイツ語入門	岩佐 銘江
12		パソコン入門	17	B室	2・4火	13:30～15:30	パソコンに入ってる便利な機能を楽しみましょう。	吉田 和子
13		★楽しいスマホ	16	B室	2・4金	10:00～12:00	スマホの基本操作及びアプリを使って楽しく学びます	井嶋 都
14		朗読を楽しむ	13	B室	2・4木	10:00～12:00	読み手にも聞き手にもなれるひとときを楽しみましょう	吉島 容子
15	書道	初めての書道	17	A室	2・4火	13:30～15:30	毛筆で文字を書くことの喜びが深まります。	白石 真由美
16		かなと日常の書	14	C室	2・4木	13:30～15:30	生活の中に生かす筆文字の学習	鳥飼 正子
17		書の友	14	C室	1・3金	13:30～15:30	お手本に基き、楷書、行書、草書体で練習する。	斉藤 寿治
18		現代ペン習字(火曜)	14	C室	1・3火	13:30～15:30	ボールペン・筆ペン等の初級ペン習字・実用文の書き方	小高 みゆき
19		現代ペン習字(水曜)	20	A室	1・3水	13:30～15:30	ボールペン・筆ペン等の初級のペン習字を学びます	園村 美紀
20	美術	パレットの会	17	B室	1・3金	13:30～15:30	毎月のテーマ(年間中)を決め静物・風景・人物等を勉強する	栗原 善一
21		木曜絵画	15	B室	1・3木	19:00～21:00	油彩、鉛筆画、パステル画、水彩画、はがき絵を学習します	川崎 栄子
22		水墨画	20	A室	2・4水	13:30～15:30	水墨画の基本的な技術を習得します	岩井 宏一郎
23		俳画	23	A室	1・3水	10:00～12:00	四季の風物を味わい深く、筆で描きます	戸田 純一
24		切り絵入門	17	B室	2・4木	19:00～21:00	だれにでも出来る、楽しい切り絵入門です	中村 孝幸
25	茶道	煎茶 東阿部流	12	和室	2・4土	13:30～15:30	和室の使い方、お軸とお花の拝見、東阿部流のお点前	福岡 翠千
26		茶道 肥後古流	14	和室	1・3火	10:00～12:00	熊本に伝わる伝統茶道、肥後古流です。	生田 裕美
27		茶道 表千家	14	和室	2・4木	9:30～11:30	お茶で教わった事を日常生活に生かし心豊かに過ごします	矢野 裕子
28		裏千家(午前)	14	和室	1・3水	10:00～12:00	初心者向けに茶の湯を学び、お稽古します	佃 宗忠
29		裏千家(夜)	14	和室	1・3水	19:00～21:00	薄茶をたてて飲みます	佃 宗忠
30	華道	池坊 いけばな	17	B室	1・3木	10:00～12:00	四季折々の草花に触れ、感じながら生け花を楽しみます	遠山 知里
31	和裁・手芸・着付け	たのしい和裁	14	和室	2・4金	10:00～12:00	運針の基本練習に始まり和裁、和服に関する講義です	山崎 美智子
32		パッチワーク・キルト	23	A室	2・4水	10:00～12:00	いい雰囲気の中で皆さんと手作りを楽しんでます	内野 敏子
33		着付け 花のれん	14	和室	1・3木	13:30～15:30	普段着から礼装までの着方と帯結び。和服の基礎知識。	沼 純子
34		着付け 花小紋	13	和室	2・4木	19:00～21:00	TPOに合わせた着付けの基礎が学べます。	木村 美喜子
35	料理	男の料理	18	調理室	3土	10:00～12:00	和・洋・中華などバラエティーな健康料理を作ります	陳 好美

8 おとなの英語は未開設です。

令和5年度 東部公民館 自主講座一覧（開設予定）

番号		講座名	定員	部屋	曜日	時間帯	学習内容	講師名
36	音楽	なでしこの会(三味線)	10	A室	1・3火	13:30～15:30	三味線の基礎、民謡、童謡、歌謡曲などを弾きます。	藤本 寿紫
37		ハーモニカ入門	11	B室	2・4火	10:00～12:00	ハーモニカの初歩からの講座です。全般的な知識を学びます	菊住 さよ子
38		心のハーモニカ	11	B室	2・4水	13:30～15:30	きれいな音の出し方を中心に、マンツーマンの指導です。	森山 保孝
39		大正琴	11	B室	1・3金	10:00～12:00	初心者クラス・中級者クラス、同時にレッスンします。	清田 奈緒美
40		アコースティックギター	23	A室	1・3火	19:00～21:00	ギターの基礎から弾き語りまで初心者向けの講座です	沖村 欣也
41		ウクレレいろは	10	C室	1・3土	13:00～15:00	ウクレレをこれから初めたい方の初心者コースです。	米満 恵輔
42		楽しいウクレレ	20	A室	1・3土	10:00～12:00	おなじみの曲を弾き語りやソロ演奏で楽しく学びます。	米満 恵輔
43		楽しい民謡 懐メロ	17	A室	3金	19:00～21:00	講師はプロの民謡歌手。すごいです。楽しいです	田中 祥子
44		楽しい民謡と歌謡	17	A室	1金	10:00～12:00	プロの歌と三味線に合わせて指導を受けて楽しく歌います	田中 祥子
45		東部吟詠	17	A室	1・3木	10:00～12:00	吟詠を楽しく受講して健康長寿をめざしましょう。	高倉 江岳
46		童謡	49	ホール	1・3金	13:30～15:30	教本を使って先生のピアノ伴奏で皆で楽しく歌います	倉岡 千尋
47		思い出の昭和歌謡	17	A室	2・4金	13:30～15:30	教本を使って先生のキーボード伴奏で皆で歌います。	倉岡 千尋
48		カラオケ午後	17	A室	1・3土	13:30～15:30	一人ずつ課題曲を歌って講師からアドバイスを受けます。	野満 義次
49		生きいきカラオケ	11	A室	1・3火	9:45～11:45	元気に生きいきとカラオケの練習します。	野満 義次
50		ふれあいカラオケ	17	A室	2・4木	19:00～21:00	演歌を中心に練習、一人ずつ歌ってアドバイスを受けます	並木 浩一
51		さわやかカラオケ	18 (交替制)	C室	1・3木	13:30～15:30	毎月1曲演歌の新曲を先生の指導で、マスターできます。	並木 浩一
52		コール・東部	48	ホール	1・3水	13:30～15:30	女声三部合唱。ピアノ伴奏でハーモニーを楽しみながら学びます	松井 ゆり
53	体操・運動・ダンス・気功・ヨガ	要の体操	18	A室	2・4火	10:00～12:00	五導術。1人でできる屈伸体操	藤本 和子
54		真向法体操	14	和室	2・4火	13:30～15:30	老化を防ぎ若々しいボディラインを！！お待ちしております。	本多 順子
55		楽しい新舞踊	14	和室	2・4水	10:00～12:00	耳に馴染んだ歌謡曲に振り付けをした新舞踊です(藤扇流)	藤扇 章勤
56		太極拳	60	ホール	1・3金	10:00～12:00	準備運動、基本動作、カンフー体操、24式太極拳前段です	菅野 明子
57		楊名時太極拳	20	ホール	2・4火	19:00～21:00	八段錦や二十四式健康太極拳を中心に易しく学びます。	植田 睦子
58		スマイル体操	49	ホール	1・3木	13:30～15:30	ストレッチ・柔軟体操、レクリエーションダンスをします	前田 節子
59		健康ダンス踊輝	49	ホール	2・4火	10:00～12:00	ストレッチの後、色々な曲に合わせてダンスをします	前田 節子
60		踊ろう会	25	ホール	2・4土	10:00～12:00	カラオケに合わせて踊る新舞踊	藤波 完洲
61		フラダンス(クワイ東部)	11	和室	1・3日	13:30～15:30	やさしく、たのしいフラダンスです	管林 千穂
62		ダンス・ニューファースト	70	ホール	1・3土	13:30～15:30	レッツダンス仲間と楽しくジルバ、ブルース踊りませんか	清水 義輝 宮内 弘美
63	社交ダンスさくら会	35	ホール	2・4金	10:00～12:00	基礎とパーティーダンスを踊れるよう練習します。	外村 早苗	
64	美しく踊れる社交ダンス	34	ホール	1・3火	19:00～21:00	マンボ、ルンバ、ワルツ、ジルバ等社交ダンスの基本	橋本 恵介	
65	初級若返り気功・ヨーガ	60	ホール	2・4金	13:30～15:30	自分の内面を意識した健康体操です	中村 元氣	
66	リンパとつぼのマッサージ(養生呼吸法)	60	ホール	2・4木	10:00～12:00	リンパとつぼのマッサージで自己免疫を高めます。	村上 里絵	
67	卓球	東部卓球	30	ホール	1・3水	10:00～12:00	基本から試合まで皆さんと楽しく仲間作りをしましょう	田島 恵子
68		火曜卓球	30	ホール	2・4火	13:30～15:30	ひと汗流して、元気に楽しく健康卓球。初心者歓迎です	生田 一義
69	テニス	なごやかソフトテニス	20	錦ヶ丘公園 テニスコート	1・3水 (予備4水)	10:00～12:00	初心者から高齢者も継続して楽しめるソフトテニスです	高本 眞佐子
70		硬式テニスの会	30	錦ヶ丘公園 テニスコート	2・4木 (予備1木)	13:00～15:00	基本プレーの習得を中心に健康づくりを楽しんでいます	東田 忠洋

★は新しい講座 ■は新しい先生です