

令和6年度龍田公民館生涯学習自主講座一覽

■古典・文芸

(前) 10:00~12:00 (後) 13:30~15:30 (夜) 19:00~21:00 ※活動時間は、サークルの話し合いで変更される場合もあります。

☆マークは、今年度新講座です。

番号	サークル名	定員	月回数及び時間帯		学習内容	準備していただくもの	費用のめやす	講師名
9	歴史を学ぶ会	30	1回	第4週(水)前	「熊本洋学校教師ジェーンズ」の業績を知り、あわせて熊本の古代から現代までを学びましょう。	筆記用具など	4,000円(3回に分けて)	黒田 孔太郎
30	肥後狂句杉並会	15	2回	第1・3週(火)後	会員11名で毎月第1・3火曜日の午後に、楽しく笑いの絶えない会を開催中です。見学も大歓迎です。	筆記用具など	12,000円(3,000円/3月毎)	吉村 博志
36	水曜俳句	15	1回	第2週(水)後	四季を感じながら、一緒に俳句を楽しみませんか?日々の生活の小さな感動を「五・七・五」に!	初めての方(歳時記 1,500~2,800円位) 筆記用具など	8,000円(4回に分けて)	安田 眞葉子
43	金曜俳句	15	1回	第3週(金)後	世界一短い詩俳句を一緒に楽しみませんか?初心者大歓迎、俳句は一度履いたら生涯踊り続ける魔法の靴。	初めての方(歳時記 1,500~2,800円位) 筆記用具など	8,000円(4回に分けて)	安田 眞葉子
☆ 25	短歌入門	15	1回	第2週(金)前	初心者から中級者まで、楽しく短歌を作ります。	筆記用具など	8,000円(4回に分けて)	塚本 諄

■美術・芸術・着付け・写真撮影・手芸

3	絵画(午前)	18	2回	第2・4週(火)前	花や果物を題材とした静物画や風景画を中心に基礎から学びます。(油絵か水彩絵の選択は自由)	油絵又は水彩画の道具一式10,000~20,000円程度	15,000円(3,000円/2月毎)	尾崎 史典
14	きものを愛する会 六花 Rokkaka	10	2回	第1・3週(木)前	初心者~経験者まで楽しく学んでいます。和装に関する知識も習得できます。親切丁寧がモットーです。	着物 帯 長襦袢 着物下着 小物(帯板,帯枕,仮ひも) その他個人で必要なものはお持ち下さい。	26,400円(2,200円/1月毎)	山口 輝美
19	デジカメ撮影	20	1回	第1週(金)前	カメラの操作・構図の取り方等を基礎から学び、撮影会の実践で技術の向上を実感できる講座です。	デジタルカメラ(コンパクトカメラ・一眼レフカメラのどちらでもOK) 取り扱い説明書	18,000円(3,000円/2月毎)	田原 和英
24	水墨画	10	2回	第2・4週(金)前	初心者から経験者まで、優しく丁寧な指導で、山水画、花鳥図が描けるようになります。	筆記用具 必要なものは初回説明有(事前購入不要) 紙・筆・墨	28,000円(2,500円/1月毎)	宮田 貞子
32	絵画(午後)	15	2回	第2・4週(火)後	静物画を中心にデッサン、水彩、油彩等好みの画材で描けます。野外スケッチも年に数回行きます。	事前に準備する必要はありません。 (水彩13,000円 油彩23,000円くらい)	20,000円(4,000円×5回)	栗田 なおみ
34	陶芸	16	2回	第1・3週(水)後	湯のみ茶碗など基本を学んだ後、自分が作りたい物を講師の指導の元、自由に作ります。	材料の粘土代 100g250円 木しゃもじスプーン(大・小) 合板(30×40cm位)新聞紙 タオル 水入れ	55,000円(2,500円/1月毎)	津金 日人詩
39	楽しい絵手紙	28	2回	第1・3週(木)後	年間を通して季節の花や果実、工芸品等を葉書に描き顔彩で色を塗り、絵の合った手紙に仕上げます。	教材費 各回100円程度	7,000円(4回に分けて)	本田 留美子
☆ 12	パッチワーク・キルト	20	2回	第1・3週(木)前	いい雰囲気の中で、皆さんと手作りを楽しみます。	はさみ 2Bえんぴつ のり まち針(2本) ぬい針(2本) 教材費 年間10,000円程度	20,000円(5回に分けて)	内野 敏子

■ダンス・舞踊・体操・スポーツ

2	健康ダンス	35	2回	第2・4週(火)前	色々なジャンルの曲に合わせて楽しく体を動かし、記憶力、体力低下予防に最適な講座です。	運動ができる服装 室内シューズ	12,000円(2,000円/2月毎)	宮崎 久江
7	民謡舞踊	10	2回	第1・3週(水)前	民謡から新舞踊まで、テープに合わせて踊ります。無理のない体の動きで稽古します。	着物 扇	24,000円(2,000円/1月毎)	小池 多鶴子
15	卓球ラジボール	22	2回	第2・4週(木)前	22名で楽しく、高め合い、和気あいあいにオレンジボールめがけてラケットを振り続けています。	卓球用シューズ(3,000円~) ラケット(ラジボール用・ラバー共10,000円)	10,000円(2,000円/2月毎)	山下 すみ子
18	3B体操	35	2回	第1・3週(金)前	用具を使うことで体のバランスを整え運動機能を高めてロコモを予防、誰でも気軽に楽しめます。	用具一式3,500円 運動ができる服装 室内シューズ 水分補給用飲み物	10,000円(5回に分けて)	植田 時江
23	フラダンス ピリ・アロハ龍田	30	2回	第2・4週(金)前	ハワイの文化に触れながら、年に3曲学びます。踊る事は脳トレ、筋トレになります。	運動ができる服装 レッスンしやすいスカート 室内シューズ CD代550円×3枚	15,000円(1,500円/1月毎)	大森 日出子
33	有酸素運動・筋トレ	40	2回	第1・3週(水)後	ストレッチ、軽い筋トレ、リズム運動です。身体スッキリ、足取り軽く気分もスッキリ、楽しい講座です。	運動ができる服装 室内シューズ タオル1本 ヨガマット	8,000円(4回に分けて)	秦 美千代
22	日舞(藤扇流)	7	2回	第1・3週(金)前	経験者はより楽しく、初心者の方は、扇の使い方や基本の動作などを学習します。	扇 着物(浴衣でもOK) 扇をお持ちでない方は講師に要相談 CD代1,000円	22,000円(2,000円/1月毎)	緒方 恭好
44	スポーツウェルネス 吹	25	2回	第2・4週(金)後	吹矢式呼吸法により腹筋が鍛えられ、血流の流れが改善し、免疫力向上など健康効果があります。	吹矢道具一式20,000円程度 的代1,000円	12,000円(2,000円/2月毎)	坂本 英典
☆ 31	椅子に座って行う介護予防のための 太極拳ゆったり体操	20	2回	第2・4週(火)後	太極拳のゆったりとした動きを取り入れています。体力に合わせ椅子に座ったり、立って行ったりします。	運動しやすい服 室内シューズ タオル 水分補給用飲み物	18,000円(3,000円/2月毎)	黒田 勉
☆ 40	脳トレ体操	20	2回	第2・4週(木)後	60歳からの、認知症予防のためのアタマとカラダの体操です。みんなで楽しく脳トレしましょう。	運動しやすい服 シューズ 5本指ソックス タオル 鉛筆かシャープペン(ボールペン不可) 水分補給用飲み物	18,000円(3,000円/2月毎)	林 一子
☆ 45	元極氣功ヨーガ	50	2回	第2・4週(土)後	簡易で健康向上を行い、寝たきり防止と生涯現役を目指します。	運動しやすい服 室内シューズ(底がやわらかいもの) タオル 水分補給用飲み物	6,000円(3回に分けて)	中村 元氣

■華道・園芸

番号	サークル名	定員	月回数及び時間帯		学習内容	準備していただくもの	費用のめやす	講師名
4	ガーデンニング	40	2回	第1・3週(水)前	初心者向けに土作りから、適した肥料で野菜・花の育て方や、管理の方法を学び収穫し、分配します。	作業に適した服装 靴 帽子 タオル 移植ゴテ 筆記用具	5,000円 (2回に分けて)	松岡 政晴
13	小原流	8	2回	第1・3週(木)前	イベントや季節に合わせて、毎回色とりどりのお花を生けています。楽しく活動しています。	花はさみ 筆記用具 タオル お花代	48,000円 (4,000円/1月毎)	森 美保子
47	池坊(夜)	10	2回	第1・3週(金)夜	日本の伝統文化であるいけばなを通して、暮らしの中に季節の潤いを加えます。	花はさみ 剣山 花器 花袋(新聞紙) ぞうきん ※講座費用に花代は含まれます。	37,000円 (3,700円/1月毎)	橋本 享子

■書道

1	書道(火曜)	20	2回	第1・3週(火)前	初心者から経験者まで漢字とかなの課題について、丁寧な指導を受けながら楽しく取り組んでいます。	書道道具：筆 硯 下敷 墨汁 半紙 文鎮※お手持ちの用具で可 ※別途表装代と額代	15,000円 (2,000円/5回他)	斉藤 寿治
6	かな書道	15	2回	第1・3週(水)前	筆を持ったことのない人でも「いろは」から始めて、一年で素敵な作品が書けるようになりますよ。	書道用下敷 文鎮 硯(プラスチック不可) ※筆、半紙代は別途	12,000円 (1,000円/1月毎)	澤井 和子
46	書道(夜)	15	2回	第2・4週(木)夜	初心者から上級者まで和氣譚々で、毎月の課題の漢字・かなに組み書道団体の評価を受けます。	筆(大・小) 硯 下敷 文鎮 墨汁 半紙	24,000円 (2,000円/1月毎)	山中 ひとみ

■音楽・楽器

8	歌声喫茶たつだ	60	2回	第2・4週(水)前	童謡唱歌フォークソング歌謡曲を大正琴とギターの伴奏で皆で唄い昭和平成をなつかしく楽しんでいます。	歌集「日本の抒情歌」1,100円	13,000円 (3回に分けて)	村本 陽子
10	民謡の会	30	2回	第1・3週(木)前	三味線の伴奏で全国の民謡をやさしい指導の元、楽しく唄っています。初心者中心！民謡の好きな方歓迎。	別途 本・カセットテープ代 歌本1,100円	14,000円 (4回に分けて)	藤本 寿紫
11	吟詠	20	2回	第1・3週(木)前	清吟流宗家向山侑真先生の指導のもと、漢詩や和歌に節をつけて歌う鑑賞や吟詠法を学んでいます。	筆記用具 ※初心者用教本代	12,000円 (1,000円/1月毎)	向山 侑真
20	初めてのクラシック	10	2回	第1・3週(金)前	やわらかなナイロン線の音に、いやされながら、楽しく練習しています。見に来てください。	手持ちギター(フォークギター)OK 楽譜代3,300円	25,000円 (2,000円/1月毎)	田中 則英
26	民謡三味線	15	2回	第2・4週(金)前	初心者優先。何事も初心が大切を物語る先生です。楽しく穏やかな講座です。	三味線(バチ・指すり代3,000円程度) 三味線レンタル有	18,000円 (1,500円/1月毎)	鳶川 ひとみ
28	大正琴	16	2回	第2・4週(土)前	やさしい童謡から歌謡曲にいたる迄楽しく練習しています。皆さんの参加お待ちしております。	大正琴(手持ちの物で可)	18,000円 (1,500円/1月毎)	中村 久美子
29	コール竜田	60	2回	第1・3週(火)後	腹筋を意識し発声練習後ソプラノ、アルト、テノールの練習や全体でのハーモニーを楽しみます。	初回のみ楽譜代500円	12,000円 (2,000円/2月毎)	宮崎 関子
35	オカリナ入門	25	2回	第2・4週(水)後	面白くも優しい先生のご指導の元、初心者からベテランまで和氣譚々とした中、上達を目指します	オカリナ 約7,000円 お手持ちの物で可 ※お持ちで無い方は講師要相談	10,000円 (2,000円/2月毎)	中村 久美子
37	しの笛	15	2回	第2・4週(水)後	みんなで楽しく基礎から学んで、いろいろな曲を演奏しましょう！	しの笛：購入する場合は初心者用 3,000円程度	12,000円 (3,000円/3月毎)	荒川 四郎
38	演歌カラオケ	40	2回	第1・3週(木)後	演歌カラオケは、大道先生の指導で、毎月最新演歌を、楽しく学んでいます。あなたも一緒にどうぞ😊	筆記用具	20,000円 (4,000円/2月毎)	大道 一郎
41	ハーモニカ	15	2回	第2・4週(木)後	複音ハーモニカを使用して吹き方の基礎から、童謡、唱歌、歌謡曲等が吹けるよう、学習します。	複音ハーモニカC調・Am調各6,000円 テキスト代3,000円	14,300円 (1,300円/1月毎)	神原 幸一
42	カラオケ(午後)	30	2回	第1・3週(金)後	新曲をわかりやすいご指導により楽しく歌って、心も身体も生き生きとなるようなレッスンをします。	初回のみ2カ月分徴収 CD代1,300円/2ヶ月	18,000円 (1,000円/1月毎)	山村 峻諒
☆	やさしいアコースティックギター	10	2回	第1・3週(土)前	やわらかなナイロン線の音に、癒されながら、楽しく練習しています。見に来てください！	楽譜代3,300円	25,000円 (2,000円/1月毎)	田中 則英
☆	熊本民謡研究会線	8	2回	第2・4週(木)前	日本民謡の教材に添って三味線の練習をします。民謡を唄いながら三味線を弾く高度な技を目指します。	筆記用具 *録音希望の方は録音機持参可	12,000円 (1,000円/1月毎)	藤本 寿紫

■国際理解

5	楽しい英会話	8	2回	第1・3週(水)前	日常会話から海外旅行のための英会話まで、初級英会話を楽しく学んでいます。	筆記用具など	24,000円 (4,000円/2月毎)	黒木 裕子
---	--------	---	----	-----------	--------------------------------------	--------	----------------------	-------

■料理

☆	男性料理	16	2回	第2・4週(木)前	料理経験に関わらず、楽しく学びましょう。	エプロン・三角巾・スリッパ・タオル・筆記用具など	33,000円 (3,000円/1月毎)	塘田 雅美
☆	みんなのお料理食楽部	20	2回	第1・3週(金)前	国籍・年齢問わず皆で料理を楽しみ、Meal buddy(メシ友)を作りましょう！	エプロン・三角巾・スリッパ・筆記用具など	24,000円 (2,000円/1月毎)	早田 梨愛