

# 令和6年度 岡山市立岡西公民館 クラブ講座一覧

No.	クラブ講座名	定員	講師	活動日時	月受講料	備考(準備物・実費など)
1	中高年から始める らくらくピアノ	12	安藤 <small>アキコ</small> 彰子	第1・3週 月曜 10:00～12:00	1,000円	キーボード(ピアノ)、ノート、筆記用具、楽譜 実費:40円/月
2	太極拳	20	益田 三和子	第1・3週 月曜 13:00～15:00	1,000円	動きやすい服装、運動靴
3	ヨーガ・セラピー ※女性限定	20	富永 知津子	第1・3週 月曜 19:00～20:30	1,000円	ヨーガマット、タオル、水分補給用の飲み物 運営費:1,000円/6か月(コピー代等)
4	土ひねり ※講師からの指導は年4回	10	榊原 <small>スエヒロ</small> 陶仁	第2・4週 月曜 9:30～12:00	1,000円	エプロン、粘土成形用小道具 実費:400円/月
5	正派若柳流日本舞踊	10	若柳 <small>ヒデシノブ</small> 秀紫信	第2・4週 月曜 10:00～15:00	1,000円	着物(浴衣でも可)、帯、足袋、扇
6	練功十八法	20	山中 孝子	第2・4週 月曜 13:00～15:00	1,000円	動きやすい服装・運動靴
7	和紙ちぎり絵	15	浦上 <small>マスコ</small> 量代	第2週 月曜 13:30～15:30	500円	はさみ、のり、鉄筆、ゴム板、ハケ、ピンセット、チャコペン 材料代:2,200円/月
8	実用英会話	15	<small>リチャード ボハナン</small> Richard Bohannan	第1・3週 火曜 9:30～11:30	1回100円	筆記用具、辞典 ※フリートーキング
9	<small>ハフチョウ</small> コーラス白鳥	20	坂口 <small>ユキエ</small> 幸江	第1・3週 火曜 10:00～12:00	1,000円	楽譜、筆記用具、水分補給用の飲み物 実費500円/年(楽譜代)
10	リフォーム洋裁	10	内田 <small>リョウコ</small> 良子	第1・3週 火曜 13:00～15:30	1,000円	洋裁道具一式
11	キッズエアロ・リトル 対象:3才～小学1年生	15	上原 ナルミ	第1・3週 火曜 16:00～18:00	1,000円	運動のしやすい服装、飲み物、タオル、運動靴 実費:150円/月
12	健康体操	13	岸 弥生	第2・4週 火曜 10:00～12:00	1,000円	タオル、ラップの芯、飲み物
13	健康ヨーガ	10	畑 麗子	第2・4週 火曜 13:00～15:00	1,000円	ヨガマット、タオル、水分補給用の飲み物
14	キッズエアロ・ジュニア 対象:小学2年生以上	15	上原 ナルミ	第2・4週 火曜 16:00～18:00	1,000円	運動のしやすい服装、飲み物、タオル、運動靴 実費:150円/月
15	手づくりパンのある暮らし	20	小野 靖子	第3週 火曜 10:00～14:00	500円	エプロン、三角巾、マスク、ふきん数枚、台ふきん、ごみ袋、持ち帰り容器 材料代1,200円/月
16	ストレッチと筋トレ	30	前川 真治	第2・4週 火曜 10:00～11:30	1回500円	運動のできる服装、靴 ※4、8、9、10、1、2、3月は第2・4の火曜、5、6、7、11、12月は第1・3の火曜に実施します。
17	手編みクラブ	15	藤井 <small>トシコ</small> 聡子	第1・3週 木曜 10:00～12:00	1,000円	あれば手持ちの編物用具 実費必要
18	ハワイアン・フラ	15	須藤 かな	第1・3週 木曜 13:00～15:00	1,000円	パウスカート、Tシャツ、
19	絵手紙	10	広瀬 かおり	第1・3週 木曜 13:00～15:00	1,000円	筆(線がき)、下敷、水入れ、梅皿(パレット)、半紙、鉛筆、ノート 実費(ハガキ代など):200円程度/月
20	スクエアダンス	20		第1・3週 木曜 19:00～21:00		上げき(ダンスシューズ等) 実費:2,000円/半年
21	大正琴(琴伝流)	10	八木 <small>マサコ</small> 征子	第2・4週 木曜 10:00～12:00	1,000円	大正琴 実費必要(資料コピー代等随時)

# 令和6年度 岡山市立岡西公民館 クラブ講座一覧

No.	クラブ講座名	定員	講師	活動日時	月受講料	備考(準備物・実費など)
22	サト 郷乃会	10		第2・4週 木曜 10:00～12:00		民謡練習
23	ラウンドダンス	20		第2・4週 木曜 19:00～21:00		上ばき(ダンスシューズ等) 実費:2,000円/半年(運営費)
24	ヘルシー(ストレッチ)ヨガ	10	益田 真由美	第2・4週 木曜 19:30～21:00	1,000円	ヨガマット、飲み物、タオル ※追加で月3、4 回目を実施することがあります。その場合、1 回あたり500円の追加受講料が必要です。
25	着物着付け	10	小林 <small>ボクユ</small> 睦結	第1・3週 金曜 10:00～12:00	1,000円	着物、帯、小物一式…着物下(肌着や裾よ け)、だてじめ、帯板、腰ひも3本(またはウエ ストベルト1、コーリンベルト1)
26	パッチワーク	10	カナミツ <small>トシコ</small> 金光 叔子	第1・3週 金曜 10:00～12:00	1,000円	裁縫(洋裁)道具、筆記用具 実費:500円程度/月(材料代)
27	詩吟・光世流	10	坪井 <small>ショクセイ</small> 湜世	第1・3週 金曜 13:00～15:00	1,000円	※追加で月3、4回目を実施することがありま す。その場合、参加は任意、追加受講料は 学習内容によって不要となることもあります。
28	はじめての書写教室 対象:小学1・2年生	12	山中 <small>ケイエン</small> 恵苑	第1・3週 金曜 16:10～16:50	1,000円	筆記用具 実費:1,000円/月(教材等)※追加で 月3、4回目を実施することがあります。その場合、1 回あたり500円の追加受講料が必要です。
29	子ども書写教室A 対象:小学3～6年生、中学生	19	山中 <small>ケイエン</small> 恵苑	第1・3週 金曜 17:00～18:00	1,000円	筆記用具、習字道具 実費:1,000円/月(教材等) ※追加で月3、4回目を実施することがあります。その 場合、1回あたり500円の追加受講料が必要です。
30	子ども書写教室B 対象:小学3～6年生、中学生	12	山中 <small>ケイエン</small> 恵苑	第1・3週 金曜 18:00～19:00	1,000円	筆記用具、習字道具 実費:1,000円/月(教材等) ※追加で月3、4回目を実施することがあります。その 場合、1回あたり500円の追加受講料が必要です。
31	専敬流いけばなクラブ	12	カナミツ 金光 瑠美	第2・4週 金曜 10:00～12:00	1,000円	花鋏、新聞紙またはビニール(花持ち帰 り用) 実費:1,200円程度/月(花代)
32	ことぶき体操	15	セイカワ <small>キョウコ</small> 清川 恭子	第1・3週 土曜 9:40～11:40	1回500円	タオル、飲み物、5本指ソックス
33	子ども絵画クラブ ※対象:5才～小学6年生	14	江尻 照美	第1・3週 土曜 13:00～15:00	1回500円	絵の具、クレパス、色鉛筆等、画用紙、スケッ チブック、図鑑(描きたい絵の資料)等
34	詩吟(摂楠流)	15	土井内 <small>セツキ</small> 摂紀	第1・3週 土曜 13:00～15:00	1,000円	実費:20円/月(コピー代等) ※追加で月3、4 回目を実施することがあります。その場合、1回 あたり500円の追加受講料が必要です。
35	楽しい陶芸	10		第2・4週 土曜 10:00～12:00		エプロン 実費:入会時に1人 3,000円(土、薬品代)
36	絵画クラブ	20	石原 清	第2・4週 土曜 10:00～12:00	1,000円	水彩絵の具、筆、画用紙 実費:100円/月(教材費)
37	カラオケ	10		第2・4週 土曜 15:00～17:00		上履き、歌いたい曲のDVD
38	囲碁クラブ	14		第1・3週 日曜 13:00～17:00		
39	おいしいお茶クラブ (淡交会裏千家)	12	ナカダ <small>ソウシン</small> 中田 宗真	第2・4週 日曜 13:00～17:00	1回500円	懐紙、楊枝、ふくさ、古ふくさ、扇子 実費:2,000円/月(お茶、菓子、消耗品 等)
40	水彩画	10	青木 <small>ヨシ</small> 由	第1週 日曜 13:00～17:00	1,000円	絵の具・スケッチブック・モチーフ
41	烏城紬クラブ	40	須本 雅子	第1週 日曜 13:00～17:00	400円	対象:主催講座「烏城紬」修了 者

## ◆クラブ講座を受講希望の方へ◆

各クラブの定員に達するまで、先着順で随時入会できます。まずは見学をお勧めしています。見学方法や直近の活動日などを確認したい場合、また、都合で休止する場合もありますので、事前に岡西公民館までお尋ねください。

(岡西公民館 電話 086 - 253 - 7581)