

令和8(2026)年度 岡山市立灘崎公民館クラブ講座一覧

No.	クラブ講座名	学習内容 他	活動日	活動時間	受講料	講師名
1	にこにこ太極拳	呼吸とゆったりした動作で心と体をほぐします。	第 1 2 月曜日	13:30 ~ 15:00 18:30 ~ 20:30	1ヶ月1000円	大賀 良子
2	トールペイント&ハンドメイド	アクリル絵の具を使って板などに絵を描く。ハギレを使って小物作りなど手仕事を楽しむ。	第 1 3 月曜日	10:00 ~ 12:00	-	初岡 千治
3	筋トレ部	バランスボールを使つての筋力トレーニング	第 1 3 月曜日	10:00 ~ 12:00	1回500円	八木 康行
4	フォークダンスクラブ	全日本民謡協会の公認指導者によって、毎月第1・3月曜13:00～15:00まで練習しています。文化祭や地域のボランティア活動を通して、楽しみながらチームワークを養い、心身の健康向上を目指しています。	第 1 3 月曜日	13:00 ~ 15:00	1回500円	長谷井 敏子
5	B.T.K.C	バランスボールで楽しく筋トレ	第 2 4 月曜日	10:00 ~ 12:00	1ヶ月1000円	八木 康行
6	ヨーガ(月)	ストレッチ・筋トレ・ヨーガ	第 2 4 月曜日	10:00 ~ 12:00	1回500円	大枝 喜代子
7	歌声広場なださき	全員で楽しく元気に歌う会です。	第 1 火曜日	13:00 ~ 16:00	1回500円	安本 裕子 守谷 一夫
8	ハピネスコーラス	講師の指導のもと、皆でコーラスを楽しく学習しています。	第 1 3 火曜日	9:30 ~ 11:30	1ヶ月1000円	小泉 則子
9	英会話クラブ	英会話を通じて、海外の異文化を学ぶとともに、英語でのコミュニケーションを図る。	第 1 3 火曜日	10:00 ~ 12:00	1回500円	森光 和也
☆10	フォーク ミュージッククラブ	ギター等による弾き語り	第 1 3 火曜日	13:00 ~ 15:00	-	-
11	ノルディックウォーク同好会	四季おりおりの自然の美しさにふれながらボールを使って野山を歩きます。そして食べて笑って身も心もリフレッシュしてます。	第 2 火曜日	9:30 ~ 12:00	-	-
12	オカリナ「輪」なださき	オカリナ演奏、ボランティアでの各施設の訪問	第 2 4 火曜日	10:00 ~ 12:00	1ヶ月1000円	河瀬 起久子
13	クラフトバンド手芸教室	作りたい小物、バッグなど指導により作成。文化祭にはコーナー作り展示し発表する。一部販売コーナーで成果を見る。	第 2 4 火曜日	13:00 ~ 15:00	1回500円	船越 直美
☆14	金平糖	パンを焼く	第 1 木曜日	9:30 ~ 13:30	-	-
15	ナチュラルアート	焼かずに作る植木鉢(エコ)	第 1 3 木曜日	10:00 ~ 12:00	1回500円	紀村 百合子
16	ヨーガ(木)	ストレッチ・筋トレ・ヨーガ	第 1 3 木曜日	10:00 ~ 12:00	1回500円	大枝 喜代子
17	パッチワーク	パッチワーク バッグやタペストリーなど作品作り	第 2 4 木曜日	13:00 ~ 15:00	1回500円	三宅 陽子
18	おとこの料理教室	料理実習	第 4 木曜日	9:50 ~ 13:30	1回500円	大賀 清子
19	岡山ゆかりの文学歴史散歩	身近なところにある文学や歴史を知り、散策に出る。 例 平家物語(藤戸合戦、水島合戦など)、夏目漱石、永井荷風、横溝正史なども。 ※講義は13:30から始めます。終了は一応15:30ですが、そのあとティータイムなどあります。	第 4 木曜日	13:00 ~ 16:00	1回500円	海本 友子

No.	クラブ講座名	学習内容 他	活動日	活動時間	受講料	講師名
20	あっ晴れ！もも太郎体操 in なださき	地域住民交流と健康で長生き幸せ笑顔	第 1 3 金曜日	9:30 ~ 11:30	-	-
21	ホ アロハ フラクラブ	ハワイアンミュージックに合わせ、歌の内容を表現する心と体のためのダンスを習います。	第 1 3 金曜日	19:00 ~ 21:00	1ヶ月1000円	矢吹 Malapua 佳子
22	公民館書道部	書道指導一般…毛筆、ペン習字、仮名など ※活動日は第1・3(金)に変更になることがあります。	第 2 4 金曜日	13:00 ~ 15:00	1ヶ月1000円	小竹 石雲
23	灘崎囲碁クラブ	囲碁の普及と棋力の向上	第 1 2 土曜日	13:00 ~ 15:00	-	-
24	灘崎＜竹・木＞工房	(竹・木)細工の製作を通じて、技能向上と親睦を図る。	第 1 3 土曜日	9:30 ~ 11:30	-	-
25	染め織りの会	絹、木綿、麻など好みの糸や布を草木染めしたり、染めた糸で布を織ったりしています。	第 1 3 土曜日 日曜日	10:00 ~ 12:00	-	-
26	灘崎こころの俳句会	灘崎の歴史や四季折々の風景にふれながら、楽しく俳句をつくります！	第 2 土曜日	10:00 ~ 12:00	1回500円	山崎 淑加
27	灘崎ひょうたん組合	ひょうたんの栽培、会員の親睦。	第 2 土曜日	10:00 ~ 12:00	-	-
28	ステンドグラス同好会	色とりどりのガラスでランプや花々、鳥、動物などのパネルを製作し素敵に飾っています。和やかな楽しい教室です。	第 2 4 土曜日	10:00 ~ 12:00	-	-
29	キーボード同好会 華音	キーボードの練習。 初心者の方 大歓迎です！！	第 2 4 土曜日	13:00 ~ 15:00	1ヶ月1000円	原 靖枝
30	ジョイフルエコーズなださき	中高年を中心にジャズのビッグバンドの楽団編成で、ジャズ、pop's、歌謡曲等いろいろな演奏を楽しんでいます。楽器はサックス、トランペット、トロンボーン、ギター、ピアノ、ベース、ドラムが主ですがユーホニウム等吹奏楽の楽器も歓迎です。	第 1 日曜日	13:00 ~ 17:00	-	-
31	灘崎マジッククラブ	身近な物を使って誰でも出来そうなマジックをしています。	第 2 日曜日	13:00 ~ 16:00	1回500円	吉田 良治

- ◎ 受講料は講師への謝礼金です。別途、材料代が必要なクラブがあります。
- ◎ 活動回数は月2回が原則ですが、クラブによっては回数を追加して行う場合があります。
- ◎ 活動時間には、準備と片付けを含みます。
- ◎ 随時見学ができます。公民館までお気軽にお問い合わせください。
- ◎ ☆印のクラブは定員に達しております。入会を希望される場合は、キャンセル待ちとなります。

岡山市立灘崎公民館

〒709-1215

岡山市南区片岡159-1(岡山市ウェルポートなださき2階)

TEL Fax (086)362-0408

○休 館 日 毎週水曜日、第3土曜日、祝日、年末年始(12/28~1/4)、

水曜日が祝日にあたる場合はその翌日の木曜日にも休館

○開館時間 9:30~21:00 ただし日曜日は9:30~17:00

○Eメール nadasakikoumin@city.okayama.jp

○ホームページ <https://www.city.okayama.jp/shisei/0000010929.html>

○フェイスブック <https://www.facebook.com/nadasakikouminkan>

