令和5年度　岡山市立京山公民館　クラブ講座（No.1）

令和5年4月13日

No.	クラブ名	講師名	定員	週数	実施時間	受講料/月	実費/月	内容紹介など
	日曜日							
1	京山真向法体操クラブ	難波　欽子	15	2(日) 3(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	¥300	¥0	毎日続ければ 健康寿命が延びる股関節を ゆっくり動かすだけです。
2	バレトン・ソールシンセシス	阿部　絵理子	14	2･4	10:00～12:00	¥500 （1回毎）	¥0	フィットネス・バレエ・ヨガの融合プログラムで体幹を鍛えます。
3	混声合唱コール・スマイル	櫃本　泰雄	30	2･4	15:00～17:00	¥1,000	¥0	歌の好きな方、日曜日の午後のひと時を共に歌って楽しみましょう。
	月曜日							
4	英会話中級	Alex Trout	15	1･3	13:00～15:00	¥1,000	その都度	英会話を通じ外国の人と交流し、英語圏の文化に触れましょう。
5	京山カラオケ教室	参鍋　玉恵	20	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥0	声を出すことは健康のもとになります。みんなで声を出しましょう。
6	京山民踊クラブ	光岡　安子	20	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥1,000	皆で支え合いながら、伝統ある日本舞踊を楽しく味わってみよう！
7	京山ハーモニカクラブ	―	12	1･3	15:15～17:15	¥0	¥100	自分のレベルとペースで楽しく吹いています。合奏も楽しいですよ。
8	MaMa　Dance	Tami	18	2･4	9:30～11:30	¥1,000	消毒費・衣装費・イベント参加費・その都度	踊ってみたかった♪からなりたい自分へ♪巡りの良い心身へ♪♪
9	やさしいヨーガA	軸原　末子	14	2･4	10:00～12:00	¥1,000	¥0	ゆったりとした時を、自分自身のリフレッシュの為に使いましょう。
10	T-Dance Kid's　入門	Tami	18	2･4	17:00～19:00	¥1,000	消毒費・衣装費・イベント参加費・その都度	踊ることが好き！舞台で輝いてみたい!!チャレンジの1歩から♪♪
11	リレーションシップ講座	木庭　昌吾	10	2.4	17:00～19:00	¥0	¥0	コミュニケーションスキルを身につけて良い人間関係を築こう。
12	源氏物語を学ぶ会	川野　良	10	3	10:00～12:00	¥500	¥0	古典を楽しく学びましょう。
13	ハーブを楽しむ	西村　盛子	20	3	10:00～12:00	¥500	¥1000前後 （ハーブ材料費）	ハーブを暮らしに活かす利用法を楽しく学びましょう。
14	アトリエ9（キュウ）	河野　あき	20	4	10:00～15:00	¥1,000	¥800 (モチーフ代等)	自由に楽しく、自分の好きな画材で一緒に絵を描きませんか。
15	歌って♪若返り教室	垂水　恵子	25	4	13:00～15:00	¥500	¥0	認知症とは無縁！を目指し音楽の力を使って脳を活性化しましょう。
	火曜日							
16	専敬華道クラブ	小坂　薫風	10	1	10:00～12:00	¥500	¥1100 （花代）	季節を感じ、日々の生活の中に花を取り入れてた生活を楽しんでみる。
17	楽しいフラワーアレンジメント	寺島　直美	10	1	10:00～12:00	¥500	¥2,000前後 (お花代等)	テーブルに玄関にお庭に自分の作品を飾りましょう!!
18	絵本の部屋	―	15	1･3	10:00～12:00	¥0	¥50 (一家族の参加費)	絵本の読み聞かせやわらべうたで、楽しい時間を過ごしましょう！
19	フレッシュ3B体操	浮田　好美	15	1･3	10:00～12:00	¥1,000	¥5,000(初回のみ) (ボール道具代等)	音楽に合わせて、ボール・ベルを持って楽しく体操をしましょう！
20	手話サークルあゆみ	芦田　タキ子	30	1･3	10:00～12:00	¥0	¥0	あなたも、手話の魅力にはまってみませんか？
21	ゆうゆうパソコン・スマホクラブ	小山　雄大	18	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥600 (教材費)	パソコンの操作を学んで、楽しく活用していきましょう。
22	四季を歌う会	生田　智子	30	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥100 (楽譜コピー代等)	楽しく歌いましょう。皆、知っている歌です。
23	フラ・アイラナ京山	渡辺　さえ子	15	1･3	19:00～21:00	¥1,000	¥1500 (教材費)	初心者からベテランまで一緒に踊ってます。フラの曲に合わせて♡
24	着物ひっぱりだそう会	平山　美絵	12	2	13:00～15:00	¥0	¥1000 (年間活動費)	タンスに眠っている和服を着てみませんか？ 着物の良さを次世代へ !!
25	ジャズ・ボーカル教室	矢野　啓三郎	30	2	13:00～15:00	¥500	¥500 （年間　コピー代）	ジャズ・洋楽を歌いたい人、楽譜や英語が苦手でも楽しく歌えます。
26	パンフラワー	友實　智美	10	2･4	10:00～12:00	¥1,000	¥0	樹脂粘土で作るお花です。美しい作品ができることを楽しめます。
27	京山フォークダンス	羽様　啓子	20	2･4	10:00～12:00	¥1,000	¥0	心と身体の健康の為に、世界各国の曲に合わせて楽しく踊りましょう。
28	コール･ココ	松下　智子	50	2･4	10:00～12:00	¥1,000	¥200 （コピー代・楽譜代等）	歌うことが 好きな女性の皆さん、いっしょに合唱しましょう。
29	３B親子体操	宮田 千賀子	10	2･4	13:00～15:00	¥1500 (親子で)	¥0	親子で楽しく体操をしましょう！！お友だちもできますよ☺
30	ヨーロッパ宮廷舞踏入門	湯浅　宣子	10	2･4	18:45～20:45	¥500 (1回毎)	¥0	雅な音楽に乗って色々なステップを楽しみ、健康増進しましょう！！
1	京山真向法体操クラブ	難波　欽子	15	2(日) 3(火)	10:00～12:00 13:00～15:00	¥300	¥0	毎日続ければ 健康寿命が延びる股関節を ゆっくり動かす体操です。
	木曜日							
31	手作りパン教室	大道　和子	12	1	10:00～13:00	¥500	¥2,500 (3か月分の材料費)	無添加の 手作りパン と 家庭料理 が学べる楽しいクラブです。
32	京山箏曲クラブ	木村　倫子	16	1･3	10:00～12:00	¥1,000	¥200 (琴修理、貸琴代等)	童謡から古典まで合奏します。初心者の人は個別練習あります。
33	楽しい絵手紙	広瀬　かおり	30	1･3	10:00～12:00	¥1,000	¥500 (年間)	「絵」「字」「言葉」を楽しめる絵手紙をさぁ、ご一緒に！
34	セルフコンディショニング	佐々木　貴子	14	1･3	10:30～12:30	¥1,000	¥0	自分の骨格に基づいて体に必要な運動を行い筋肉の動きを整えましょう。
35	レクリエーションダンス京山	瀬良　邦子	18	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥0	身体 と 心 の健康の為に、一緒に踊って楽しみましょう。待ってます。
36	T-Dance crew　中級	Tami	16	1･3	18:00～20:00	¥1,000	消毒費・衣装費・イベント参加費・その都度	楽しく本格的なダンスレッスン♪ダンスで自己表現力をUP !!
37	日本画　“遊”	西崎　節子	16	2	13:00～17:00	¥1,000	¥100	日本画の表現の多様さ、絵具の美しさを、実感してみてください。
38	M-treeパッチワーク教室	眞木　典子	20	2･4	10:00～12:00	¥1,000	¥500	気楽に来てください。

クラブ講座とは受講生の皆さんが**自主的･主体的･民主的に運営する活動**です。集いの場･学びの場･仲間づくりの場である公民館で、楽しい時間を過ごしてみませんか。

まずは、お気軽に見学におこしください。（予約の必要はありませんが、実施日を変更している場合もあります。公民館へご確認ください。）
（なお、★印がついているクラブは現在定員いっぱいのクラブです。）

※クラブによっては記載日以外にも活動することがあり、別途受講料が発生する場合があります。見学の際に各クラブに確認してください。

岡山市立京山公民館　ＴＥＬ＆ＦＡＸ　（０８６）２５３－８３０２

令和5年度　岡山市立京山公民館　クラブ講座（No.2）

令和5年4月13日

	No.	クラブ名	講師名	定員	週数	実施時間	受講料/月	実費/月	内容紹介など
		木曜日							
	39	裏千家茶道クラブ	堀　宗祥	10	2･4	10:00～12:00	¥1,000	￥1,000 (菓子代等)	茶道の基礎を学びながら、 ゆったりとしたひとときを過ごしましょう。
	40	体調改善エクササイズ	佐々木　貴子	14	2･4	10:30～12:30	¥1,000	¥0	超低強度の有酸素運動で調子の良い体を目指すクラスです。
	41	着装とマナー	岩井　寿子	15	2･4	13:00～15:00	¥1,000	￥500程度(年間)	簡単に、着くずれしなく、苦しくなく、装うことができます。
	42	ハワイアン　フラ	三上　智子	15	2･4	13:00～15:00	¥1,000	¥0	初めての方も大歓迎！みんなで楽しく踊りましょう。
★	43	洋裁（A）	内田　良子	7	2･4	13:00～15:00	¥1,000	4月のみ 公民館に収める金額	完成した作品を身につける日を楽しみに 一緒にがんばりませんか。
★	44	洋裁（B）	内田　良子	7	2･4	15:00～17:00	¥1,000	4月のみ 公民館に収める金額	型紙のつくり方、仮縫い部分縫い等、個々が知りたいことを教わる。
	45	T-Dance Kid's　初級	Tami	16	2･4	18:00～20:00	¥1,000	消毒費・衣装費・イベント参加費・その都度	楽しく踊るために基礎から練習します。ダンスで輝く自分になろう！
	46	にこにこお母さんの勉強室	木村　真理子	10	3	9:30～13:30	¥0	￥400程度	子育てのお話 と 美味しい手作りごはん を楽しむ お母さん向け講座です。
	47	洋洋会	小塩　武	10	3	13:00～17:00	¥1,000	￥250 (材料費など)	世界に一つだけの 自分流の絵を いっしょに描いてみませんか！
	48	ゼロからの俳句教室	藤井　正彦	12	4	13:00～16:00	¥0	￥600(年間)	五感を携えて さあ句会へ！
		金曜日							
	49	錬功十八法･太極拳講座	南波　奈美枝	20	1･3	10:00～12:00	¥1,000	¥0	一緒に楽しく身体を動かしましょう。体験してみてください。
	50	腹式呼吸セラピー	平　眞理子	15	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥0	腹式呼吸を身につけて、心も身体も元気に健康になりましょう。
	51	実用書道Ａ	小林　純風	15	1･3	13:00～15:00	¥1,000	￥700 (テキスト代)	漢字・かなの基本から、実用書や作品作りまで、楽しく学びます。
	52	実用書道Ｂ	小林　純風	10	1･3	15:00～17:00	¥1,000	￥700 (テキスト代)	気軽に見学なりしてください。とても雰囲気の良いクラブですょ。
	53	大人のB級将棋	山内　雅博	30	1･3	18:45～20:45	¥0	￥100(参加毎)	強くなって、もっと将棋が楽しめるようになりたい方、大歓迎 !!
	54	関西吟詩	大取　鷲照	15	1･3	19:00～21:00	¥1,000	¥0	大きな声をお腹から出すので ストレスの発散になり 健康にいいです。
	55	楽しい料理クラブ	―	15	2	10:00～14:00	¥0	¥500 （材料費）	楽しく料理をしながら レパートリーを増やしませんか？
	56	デンマーク手芸　ダネラクラブ	平井　寿栄	10	2･4	10:00～12:00	¥1,000	入会時　ハンドミシン、フレーム、布、糸、コーティング剤	デンマーク手芸ダネラ による玄関マット・タペストリーなどの制作。
	57	太極拳	山中　孝子	20	2･4	10:00～12:00	¥1,000	¥500 (年間)	毎日を楽しく健康にすごす事が最大の目標です。
	58	かんたん詩吟健康クラブ	大取　鷲照	7	2･4	13:00～15:00	¥1,000	¥0	優しく解説した教本で勉強しますので、どなたでも簡単です。
	59	中国道家医学気功　八卦循導功	竹内　康栄	15	2･4	13:00～15:00	¥1,000	￥600 (年額)	医学気功で免疫力を高めて病気を未然に防ぎ心と体を癒しましょう。
	60	秋桜民踊会	長谷井　敏子	10	2･4	13:00～15:00	¥1,000	¥0	故郷の民踊を楽しく踊り心と体をリフレッシュしましょう。
	61	京山将棋道場	河田　誠治	30	2･4	18:45～20:45	¥0	￥100 (参加毎)	将棋が強い方、強くなりたい方、ご参加ください。
	62	京山俳句会	藤井　正彦	16	4	13:00～16:00	¥0	¥0	移りゆく季節を身近に感じ、楽しみましょう。
		土曜日							
	63	マインクラフトノーコードプログラミング学校	中本　怜祐	30	1･3	9:30～11:30	¥0	￥1,000 (教材費他)	http://tiny.cc/kyouyamaをご確認ください。
	64	京山オカリナクラブ	―	25	1･3	10:00～12:00	¥0	設備充実費・文化祭協賛金・コピー代	オカリナは音楽初心者の方でも楽しめる楽器です。
	65	ＫＡＮたん　体操クラブ	上林　尚美	10	1･3	13:00～15:00	¥1,000	¥0	呼吸法を中心とした、老若男女を対象とした簡単な体操です。
	66	子ども書道教室Ａ	板野　敦子	30	1･3	13:00～14:30	¥1,000	¥0	鉛筆や筆の持ち方に気をつけて、文字を正しく書いてみませんか!!
	67	子ども書道教室Ｂ	板野　敦子	30	1･3	14:30～16:00	¥1,000	¥0	鉛筆や筆の持ち方に気をつけて、文字を正しく書いてみませんか!!
	68	子ども絵画教室	上林　尚美	15	1･3	15:00～17:00	¥1,000	¥0	2歳半から中学生までのお子様対象の絵画教室です。
	69	ジュニアキッズイングリッシュ	浅野パトリツィア	25	1～4	9:30～10:30	¥1,000	￥1,000 (プリント資料等)	小学生のお友達。英語で歌やゲーム、読み書きをして楽しもう♪（小学生対象）
	70	幼児英会話Ａ	浅野パトリツィア	25	1～4	10:30～11:30	¥1,000	¥1,000	歌やゲームを通じて楽しく英語に触れましょう !!（4歳～6歳対象）
	71	幼児英会話Ｂ	浅野パトリツィア	8	1～4	11:30～12:30	¥2,000	¥0	歌やダンスをしながら、みんな笑顔で楽しく英語で遊んでいるよ☆（2～4歳で保護者が一緒に参加）
	72	Enjoy　English	Jena Flores	12	1～4	14:30～15:30	¥1,000	¥0	英語で身近な事を話合います。気軽に参加ください！
	73	中国語日常会話講座	劉　洋	15	2･4	13:00～15:00	¥1,000	¥70 （コピー代）	中国人留学生の講師を迎え、日常会話レベルの中国語を学びます。

クラブ講座とは受講生の皆さんが**自主的･主体的･民主的に運営する活動**です。集いの場･学びの場･仲間づくりの場である公民館で、楽しい時間を過ごしてみませんか。

まずは、お気軽に見学におこしください。予約の必要はありませんが、実施日を変更している場合や長期間お休みをしている場合もあります。公民館へご確認ください。
（なお、★印がついているクラブは現在定員いっぱいのクラブです。）

※クラブによっては記載日以外にも活動することがあり、別途受講料が発生する場合があります。見学の際に各クラブに確認してください。

岡山市立京山公民館　ＴＥＬ＆ＦＡＸ　（０８６）２５３－８３０２