

令和8年度 クラブ一覧表



岡山市立上道公民館

〒709-0631
岡山市東区東平島191
電話297-2377

※申込みは、公民館へ直接またはお電話でどうぞ。見学もできます。
※受付時間 9:30~21:00（日曜日は17:00まで）

2025.12.13現在

定員の空き状況は、
×→定員いっぱいです △→あと数人で定員です

クラブ名		講 師 名	曜 日	時 間	受講料(月額)	定員	空き状況	備 考
書道								
1	書道	小野 玲華	2・4月	10:30~12:00	1,000円	15		ペン習字、実用の書、漢字、かな、古筆 要材料代
美術・手芸・手工芸								
2	日本画	出射 満津子	1・3月	13:00~15:00	1,000円	20		要材料代
3	キルト手芸	金光 叔子	2・4月	13:00~15:00	1,000円	15		要材料代
4	はじめての水彩画	有馬 東次	4木	13:00~17:00	1,000円	15		要モチーフ代
5	絵 手 紙	中谷 典子	1・3金	13:00~15:00	1,000円	20	△	要材料代
6	草 木 染		3金	10:00~12:00 13:00~15:00	無 料	10	×	材料代3000円/年
7	表 裝	石原 稔	2・4土	9:30~11:30	無 料	10	△	要材料代
8	備 前 焼	妹尾 義隆	1・3日	9:30~11:30	1,000円	15		要粘土代・焼代
9	洋 裁	上西 喜美子	1・3日	10:00~12:00	1,000円	11	△	要雜費100円/年
着付								
10	きもの着付	宇垣 瞳淑	2・4火	10:00~12:00	1,000円	20		初歩から実技指導
華道・茶道								
11	華道(専敬流)	小坂 薫風	2・4火	13:30~14:30	1,000円	10		花代1100円/回
12	茶道(裏千家)昼	片平 宗津	1・3火	13:00~15:00	1,000円	10		お水屋料 月500円
13	茶道(裏千家)夜	藤原 宗生	1・3火	18:30~20:30	1,000円	10	△	お水屋料 月500円
舞踊								
14	スマイルフラ	坂本 陽名子	2火(講師) 4火(自主練習)	10:00~12:00	500円	20		フラ 教材費500円/月
15	モアニフラ	高渕 洋子	1・3金	13:00~15:00	1,000円	25		フラ 要テキスト代500円/月
16	ホイホイフラ	房安 弘子	1・3土	15:30~17:30	1,000円	25		フラ 子どもも可 要CD代1曲350円/隨時
17	アロアロフラ	高渕 洋子	1・3土	18:00~20:00	1,000円	25		フラ 親子、子ども、大人 対象 要テキスト代500円/月
18	新 舞 踊	藤間 富珠	1・3土	13:00~15:00	1,000円	10		日本舞踊
料理								
19	手ごねパンA	松井 真由美	1木	9:30~12:00	500円	16	×	材料代500円程度
20	ケー キ と パ ン	松井 真由美	1木	13:00~15:00	500円	16	△	材料代500円程度
21	手ごねパンB	松井 真由美	3木	9:30~12:00	500円	16	△	材料代500円程度
22	季節の和菓子	藤原 益子	偶数月 1金	9:30~12:00	500円	20		材料代600円
健康・スポーツ								
23	上道ノルディック・ ウオーキング		1月	10:00~12:00	無 料	25	△	館外 要雜費500円/年
24	太極剣	多田 玉恵	1・3月	13:00~15:00	1,000円	10		太極拳の基礎ができている人
25	さわやか卓球		1・3月	15:30~17:30	無 料	22	×	要雜費200円/月
26	太極拳	多田 玉恵	2・4月	10:00~12:00	1,000円	30		

クラブ名	講師名	曜日	時間	受講料(月額)	定員	空き状況	備考
健 康・ス ポ ーツ							
27 上道ソシアルダンス	矢部 桂	2・4月	19:00~21:00	1,000円	20		要雑費400円/月
28 ストレッチ体操	山本 枝美子	1・3火	10:00~12:00	1,000円	25		
29 いきいき小鳥の森		1・3火	10:00~12:00	無料	25		「あっ晴れ！もも太郎体操」やゲーム等 要雑費500円/年
30 3B体操	渋野 伸子	1・3木	10:00~12:00	1回500円	20		用具代（希望者）
31 ヨガ	大上 美佐子	1・3木	10:00~12:00	1,000円	12	△	女性のみ対象 要雑費100円/年
32 太極扇	村卸 富沙子	1・3木	13:00~15:00	1,000円	15		
33 中高年の体幹ストレッチ	西崎 裕美	1・3木	15:30~16:30	1,000円	20		
34 リラックスヨガ	野村 友香	1・3木	19:00~20:30	1,000円	20		女性のみ対象（子どもも可）
35 SKB健康体操	千田 節子	2・4木	10:00~11:30	1回500円	30	△	
36 中高年の体幹トレーニング	長船 順子	2・4木	13:30~14:30	1,000円	10	×	
37 レインボー卓球		1・3金	10:00~12:00	無料	23	×	要雑費200円/月
38 わいわい卓球		1・3金	18:30~20:30	無料	15	×	
39 ゆる体操	小野 勝之	4金	13:00~15:00	500円	13		体幹をゆるめる体操
音 楽・邦 楽							
40 大正琴（欽正会）	大岩 欽正	1・3月	13:00~15:00	1,000円	11		要教本代3000円
41 詩吟（関心流）	有森 芳由	2・4火	10:00~12:00	1,000円	12		要教範代
42 アコーディオンと共にうたごえ上道	桧山 武雄	2火	13:00~15:00	500円	50		要雑費500円/年 要歌集代（初回のみ）1600円
43 岡山合唱団		1・3土	10:00~12:00	無料	30		要雑費500円/回
44 オカリナ		1・3土	10:00~12:00	無料	12		
45 いきいきピアノ	槙尾 裕子	1・3土	13:00~15:00	1,000円	12	△	要雑費200円/月 合同レッスンと個人レッスン
46 お琴を楽しむ会	西方 博子	1・3土	13:00~15:00	1,000円	10	△	幼児から高齢者まで対象 初心者は個別指導 要雑費500円/月
語 学							
47 韓国語	尾崎 才林	1・3木	10:30~12:00	1,000円	25		要テキスト代
48 中国語	梶田 雪娟	1・3金	10:00~12:00	1,000円	20		要本代
趣 味							
49 カラオケ		1・3火	13:00~15:00	無料	16	×	要雑費1000円/年
50 園暮同好会		1・3木	10:00~12:00	無料	30		
51 乗りものを楽しむ会		3木	13:00~15:00	無料	30		各種交通機関の歴史を調べたり、訪ねたりする
52 上道山野草	金高 正典	偶数月 1金	13:00~16:00	500円	20		要材料代1,000~2,000円
文 芸							
53 短歌	村上 章子	1金	13:00~15:00	500円	15		要雑費100円/月
子 ど も							
54 ジュニア3B体操	渋野 伸子	1・3金	17:00~18:00	1回500円	20		用具代（希望者）
55 上道子ども将棋	日本将棋連盟 公認将棋普及 指導員	2・4日	10:00~12:00	無料	30		要雑費一家族500円/半年 4~12歳及び保護者対象