

公民館講座・教室のご案内

| 講座名 | さつきカラオケ教室 | 着物着付け教室 | 大正琴 |
|--------|--|---|--|
| 実施曜日時間 | 第2・第4土曜日 午後1時30分 | 第3・第4木曜日 午後3時 | 毎週金曜日 午後1時30分 |
| 指導者名 | 金田 則子 先生 | 長野 幸子 先生 | |
| 写真 |  |  |  |
| 内容 | 歌の好きな方、今から勉強してみようかと言う人ぜひいっしょに楽しみませんか。健康的にも歌はいいようです。私も歌を始めて15年風邪ひかずです。楽しく歌いましょう。連絡お待ちしております。(佐川 松雄) | 「着物は着たいけれど、よう着んわ」と思っていますか？コツを掴めば大丈夫。浴衣、帯だけ、もOKです。楽しくしていますので、一度覗いて下さい。(長野 幸子) | 令和5年度は、敬老会と地区文化祭で練習の成果が発表できました。うれしいことに新部員が1名入りました。週に一度、ご一緒にいろいろな曲を楽しみますか。(奏和会) |

| 講座名 | トキワ民踊クラブ | ときわ俳句同好会 | 将棋同好会 | 水曜カラオケ教室 |
|--------|---|--|--|---|
| 実施曜日時間 | 毎週金曜日 午後3時 | 第3土曜日 午後1時 | 毎週火・木曜日 午前9時 | 毎週水曜日 午前10時 |
| 指導者名 | 山本 櫻子 先生 | 横山シゲミ 先生 | | 大西 秀夫 先生 |
| 写真 |  |  |  |  |
| 内容 | 見学に来て下さい。頭と体を使っての練習。楽しみながらの練習なので、認知予防に是非参加してネ！(横山 隆子) | 毎月1回自作の俳句5句を持ち寄り勉強しています。先輩方のやさしくユーモアあふれる指導に時間が過ぎてしまいます。老若男女は問いません。皆様の入会をお待ちしています。(平岡 照枝) | 将棋では、よく考えて良い手を指さなければ勝てません。うまく戦って勝つことも将棋の面白いところです。皆さんも将棋を指してみませんか。入会歓迎。(山路 富次) | 毎週水曜日の個人レッスンです。正しい声の出し方や表現力のつけ方の指導を受けています。歌が好きでカラオケで上手に歌いたい方、元気に歌を楽しみますか。(石井 貴子) |

常磐公民館では現在下記の各種講座・教室を開設しております。豊かな人生を送るために、ぜひ一緒に学び楽しみませんか。多数の皆様の参加をお待ちしております。

参加申し込み先 常磐公民館 25-2560

| 講座名 | コーラス教室 | 常磐ヨーガ教室 | 火曜ヨーガ教室 | ときわ太極拳クラブ |
|--------|---|---|---|---|
| 実施曜日時間 | 第1・第3火曜日 午後1時30分 | 毎週土曜日 午前9時30分 | 毎週火曜日 午後7時30分 | 第1・第3水曜日 午後1時30分 |
| 指導者名 | 入江 徹子 先生 | 高橋 勝久 先生 小川まゆみ | 小川まゆみ 先生 | 磯崎 鈴子 先生 |
| 写真 |  |  |  |  |
| 内容 | 入江先生のすばらしい歌声に魅せられ楽しく歌っています。お腹の中から声を出すことは健康にとっても良いと思います。皆さんも歌ってみませんか。お待ちしております。(友枝フジ子) | ヨーガは年齢に関係なく、個々の体力に合わせて身体を動かすことで、血流促進、発汗、安眠等の効果が期待でき心身の健康に最適！男性の入会も大歓迎です。(末武 春男) | 常に刺激にさらされている私達は自律神経のみだれによる不眠に悩む方も。夜ヨガは副交感神経への切り替えに効果的です。質の良い睡眠ですっきりした翌朝に。(小川 由子) | 太極拳はゆっくり動きます。柔軟体操から始めるので足腰が丈夫になります。動作を覚えるのは時間がかかりますが、頭の体操にもなります。(磯崎 鈴子) |

| 講座名 | 書道教室 | 婦人学級 | ふじクラブ(日本舞踊) | 編み物教室 |
|--------|---|--|---|---|
| 実施曜日時間 | 毎週木曜日 午前10時 | 第3土曜日 午前9時30分 | 毎週水曜日 午後3時 | 第2・第4木曜日 午後1時30分 |
| 指導者名 | 中野ゆかり 先生 | | 石川喜美代 先生 | 吉川英佐子 先生 |
| 写真 |  |  |  |  |
| 内容 | あなたも美しい文字が書けるようになりますよ。私達と一緒に始めませんか。書く楽しみが増えれば教室だけでなくお家での時間も充実して一日がとても早いです。(中野 定夫) | 年を重ねつゝも月1回の手芸料理等を開催しています。優しい先生指導のもと何事も出来上がりの喜びを皆で共有し楽しい一時です。是非参加宜しくお願います。お待ちしております。(大西 明代) | おけいこでは、先生がしっかりおしえてくれました。大きなふたいでおけいこをして、お客さんに見てもらおうのがとても楽しいです。(石川 愛奈) | 今年の1月から第2と第4木曜日に変更しました。皆さんで楽しく好きな作品を作っています。是非おいで下さいお待ちしております。(森田 教子) |