

令和5年度東部公民館 受講生募集教室、クラブ一覧

ID	区分	教室、団体名	内容及び特色など	開催曜日	開催時間	講師氏名	代表者氏名	定員	備考
1	教室	茶道	裏千家、お茶の作法を学ぶ。立礼（イス使用）も可。初心者大歓迎	第3木曜日	9:30～11:30	仲嶋 節子	公民館主催事業	15	
2	教室	さわやか健康体操	ボールやタオルを使って体調を整え、楽しく気軽にできる体操、初心者大歓迎	第4土曜日	9:30～11:00	田中 清美	公民館主催事業	30	
3	教室	書道	千文字、漢字、仮名、ひらがな基礎、詩文などを学ぶ。初心者大歓迎	第1土曜日	13:30～15:30	中野 悦子	公民館主催事業	20	
4	クラブ	編物	先生の指導の下、各自、編みたい作品を編む。初心者大歓迎	第2金曜日	13:30～15:30	菱川 美枝子	—	15	
5	クラブ	お菓子作り	簡単なお菓子（パンやケーキ、和菓子）を作る。	第1木曜日	9:30～12:00	仰 啓子	—	12	
6	サークル	カラオケ	歌謡曲の新曲と会員の好きな歌の練習をする。初心者大歓迎	第1・3日曜日	13:30～15:30	今西 康世	—	20	
7	サークル	ひきしめ体操	上記さわやか健康体操教室に付随した自主サークル	第2・4月曜日 土曜日（不定）	9:30～11:00	田中 清美	—	30	
8	サークル	和太鼓	基本から本格的な演奏までを楽しく練習する。初心者大歓迎	第2日曜日 第4土曜日	13:00～17:00	—	—	30	
9	サークル	スポーツ吹き矢	腹式呼吸法で健康増進、初心者大歓迎	第1日曜日 第3土曜日	14:00～16:00	—	—	15	
10	サークル	空手	空手を通して、「心・技・体」を身につける。対象は、5歳から15歳まで	第2土曜日	13:30～16:30	石丸 昭典	—	30	
11	サークル	いきいき百歳体操	DVDを観ながら、介護予防の体操をする。	第1・2・4・5 木曜日	10:00～11:00	—	—	20	
12	サークル	東部活脳クラブ	テキストを使い、脳を活性化。	毎週金曜日	10:00～11:00	—	—	15	
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									

※開催日時、内容等変更になる場合があります。