

令和8年度 公民館講座受講生募集

中央公民館では、町民の皆さんの生きがいくつくりと、コミュニティづくりの場所として各種講座を開催しています。皆さんの受講をお待ちしています。

講座名	実用ペン習字講座 好評により定員に達しました。		
講師	渡辺 忍	定員	20人程度
開催日時	6月11日～令和9年1月 (第2・4木曜日)	回数	16回
	午後6時～午後8時	受講料	2,000円
内容	鉛筆、ボールペン、筆ペンなどを使い、楷書体から行書体まで、お手本を基に文字の書き方の練習をします。年賀状や季節のあいさつ文など、日常に役立つ文章の練習もします。基礎を学んで美文字を目指しましょう。		



講座名	安息のためのヨガ講座 好評により定員に達しました。		
講師	大関 慧美	定員	15人程度
開催日時	6月1日～令和9年1月 (第1・4月曜日)	回数	16回
	午後6時30分 ～午後7時30分	受講料	2,000円
内容	ゆったりとした呼吸とポーズで心身をほぐし、深くリラックスすることで、ストレス軽減、睡眠の質向上、翌朝すっきり目覚められる、安定した強くなやかな心身をつくる、などの効果があります。安息...何の煩いもなくつろぎ休むこと、心の平静。 自らの心と書いて「息」。呼吸は心と体とつながって、長い息＝長生きとも言われています。		







講座名	身体を整えるヨガ講座 好評により定員に達しました。		
講師	早川 由美子	定員	20人程度
開催日時	6月19日～12月 (第3金曜日)	回数	6回
	午前10時～正午	受講料	2,000円
内容	年齢・男女を問わず参加できる、初心者向けのヨガです。身体の部分ひとつひとつをゆっくり緩ませ整えていきます。無理なく運動できますので、お友達を誘って、まずは体験してみてくださいはどうか。		







講座名	フラワーアレンジメント講座		
講師	白田 美穂	定員	30人
開催日時	6月25日～令和9年2月 (第4木曜日)	回数	9回
	午前10時30分～正午	受講料	2,000円
		材料費毎回	2,000円
内容	先生のお手本を基に、季節やイベントに合わせた花や植物のアレンジを学びます。生花だけでなく、プリザーブドフラワーや多肉植物なども取り入れます。花や植物を身近に感じながら、心癒される楽しい講座です。普段の生活のなかで、花と植物のある暮らしを楽しみましょう。		





講座名	大子町の歴史を学ぶ講座			 
講師	野内 正美	定員	20人	
開催日時	6月2日～12月 (第1火曜日)	回数	7回	
	午後6時～午後8時	受講料	2,000円	
内容	水戸藩領の武茂郷（馬頭町）は、葉たばこ、和紙、林産物の生産が盛んで馬頭商人が形成され、大子町にも進出します。その馬頭町の明治・大正・昭和の移り変わりをたどります。			



講座名	墨に親しむ水墨画講座			 
講師	村山 真智子	定員	初心者10人 経験者10人	
開催日時	6月4日～12月 (第1・3木曜日)	回数	14回	
	午後1時30分 ～午後3時30分	受講料	2,000円	
内容	初心者 水墨画の基本である「四君子」の画題を学びます。※ご自宅に書道の道具がある方は、どうぞご持参ください。 経験者 「水墨画」の基本となる筆遣いをより深く学んでいきます。			



講座名	クラフト講座			 
講師	村上 佐登美	定員	13人	
開催日時	6月12日～令和9年2月 (第2金曜日)	回数	8回	
	午前10時～正午	受講料	2,000円	
内容	いろいろなクラフト作品をみなさんと楽しく作ってみませんか？ 材料費につきましては、毎回かかります。第1回目の材料費は、申し込まれた方のみお知らせします。			

講座名	ボクササイズ講座			 
講師	芹江 匡晋	定員	30人	
開催日時	6月10日～令和9年1月 (第2・4水曜日)	回数	16回	
	午後6時～午後7時	受講料	2,000円	
内容	プロボクシング元日本チャンピオンが教える、ボクササイズです。みなさんと共に汗を流して、健康な身体を目指しましょう。			



講座名	スポーツウエルネス吹き矢体験講座			 
講師	荒井 正治	定員	30人	
開催日時	6月8日から令和9年1月 (第2月曜日)	回数	8回	
	午前10時～正午	受講料	2,000円	
内容	5～10m離れた円形の的をめがけて息を使って矢を放ち、その得点を競うスポーツです。性別・年齢問わず誰でも手軽にでき、ゲーム感覚で楽しみながら健康になれるスポーツとして注目されています。 みんなと一緒に、スポーツウエルネス吹き矢を体験してみませんか。			

講座名	タンゴエクササイズ講座				 
講師	松永 真由美	定員	昼	30人	
開催日時	昼		6月3日～令和9年1月 (第1・3水曜日)	夜	
		午前10時～正午	回数	昼	
	夜	6月5日～令和9年1月 (第1・4金曜日)		夜	16回
		午後6時～午後7時30分	受講料	2,000円	
内容	<p>アルゼンチンタンゴを知っていますか？ 優雅で官能的な美しいメロディや、ウキウキする楽しげなリズムにのって二人で踊るダンスです。(ユネスコ無形文化遺産にも登録)この講座では、アルゼンチンタンゴのステップを取り入れ、タンゴ音楽を聞きながらエクササイズしていきます。 飛んだり跳ねたり難しい動きはしないのでどうぞお気軽にご参加ください！</p> <p>※夜の部の日程が、第1・4金曜日に変更になりました。 6月5日からの開催になります。</p>				

講座名	小さなハープ講座（初心者）			 
講師	大蔵 なつ子	定員	5人	
開催日時	6月27日～令和9年1月 (月末 土曜日)	回数	8回	
	午後2時00分～午後3時30分	受講料	2,000円	
内容	膝乗りサイズの小さなハープを弾いてみませんか？ 楽器の持ち方から弾き方までを学ぶ事ができます。 みんなて、音楽を楽しみましょう！！			



申込みに当たって

○対 象

町内に在住又は通勤・通学している方

※未成年の方は、保護者の確認をさせていただきます。

○受講料

受講料は、初回の講座日に納入いただきます。受講生の都合による返金はいたしません。途中からの参加でも、満額の受講料をいただきます。講座の途中で中止になった場合、受講料の返金はいたしません。

○材料費

材料費のかかる講座については、その都度納入いただきます。

○申込方法

中央公民館に備え付けの申込書に必要事項を記入の上、申込みください。

申込みの手続きは代理の方でもかまいません。

電話での申込みも可能です。

電話申込みの際は、氏名・住所・電話番号等をお伝えください。

○受付期間

5月7日（木）から5月29日（金）まで（土・日曜日、祝日を除く）

午前8時30分から午後5時15分まで

但し、定員を満了した講座については、受付期間内であっても受付を終了とします。ご了承ください。

定員の満たない講座については、講座が開始していても随時受付いたします。

○留意事項

- ・申込みが5人に満たない講座は、開講しない場合があります。
- ・申込みの結果については、文書にて通知します。
- ・講師、会場の都合等により、講座の開催日時の変更及び開講しない場合があります。

申込み先・問合せ先

大子町教育委員会事務局生涯学習担当

TEL0295 - 72 - 1148 FAX0295 - 72 - 2016

