

★令和8年度 海南市方集会所 交流講座のご案内★

教室名	開催日 開催時間	年間 回数	定員	講師名	学習内容
タイチダンス (太極舞)	第3木曜日 19:30~21:00 1回目6/18	10 回	10 名	津本クミ子	タイチダンスは中国の伝統武術や太極拳などをベースに音楽に合わせて舞うダンスエクササイズです。初めての人や高齢者でも簡単にできる運動です。ダンスはちょっと苦手・大丈夫！誰にでも無理なくできます
レザークラフト	第2火曜日 14:00~16:00 1回目6/9	10 回	10 名	中本 富也	レザークラフトの道具すべて先生がお持ちします。ご自分だけの作品をお作りいただけます。小物から鞆まで一年を通じて作品を完成される方も多いです。初心者歓迎 (材料費のみ)
洋裁を楽しもう	第4土曜日 14:00~16:00 1回目6/27	10 回	10 名	波床 禎子	チュニックやロングベスト、ボトムはワイドパンツなどなど・好きな生地着物をリフォームでもOKです。自分で型紙から作ってみたい！型紙は苦手なので先生にお任せ！洋裁初心者さんも楽しく学べます。
ボディリセット	第1火曜日 19:30~21:00 1回目6/2	5 回	10 名	前垣 ひろみ	全身のツボを学びながらツボを刺激し血行を良くします。腰が痛い膝が痛い、肩や腕の痛みなど・皆さん様々ツボを押さえたあとはストレッチも行います。痛みがある方、集まれ～スマートフォンにしたいけど、よくわからない。スマホ決済でお買物やネットショッピングもしてみたいけど勇気がない。一人じゃわからないことを解決！ぜひお越し下さい。
スマートフォ &タブレット	第4金曜日 14:00~16:00 1回目6/26	5 回	10 名	大畑 公男	和歌山県書道教育連盟による書の友を手に硬筆を基礎から学びます。小学生対象 年間書の友代金5,000円
児童ペン習字	毎週水曜日 14:00~17:00 1回目5/13	37 回	15 名	下条 尚美	講座の内容は、受講者の皆さんと一緒に考えます。例えば、お味噌を作ったり、脳トレをしたり・年齢制限はありません。
輝く女性	日時は 参加者で決定	3 回	10 名	随時	季節のお花を水盤または花瓶を使って生花を楽しみませんか 今月は水盤、次は花瓶というように両方習えます。 お勤め帰りにふらっと遊びにきませんか。花代1,320円
花のある暮らし	第2水曜日 19:30~21:00 1回目10/14	5 回	10 名	森下 友美子	災害時に必要な備えと日常でできる準備を学びます。家庭で使える非常持ち出し品、在宅避難のポイントを紹介!停電が起きた時の行動手順などもわかりやすく解説します。※講師料はお支払いしません
もしもの時の 暮らし支度	7月2(木) 14:00~	1 回	10 名	危機管理	キーホルダーや小銭入れの二種類からお選びいただけます。模様や色も自由♪夏休みの思い出にいかがですか。小学生対象 材料費キーホルダー2個組1,000円・小銭入れ1,200円
夏休み レザークラフト	8月4日(火) 13:00~	1 回	10 名	中本 富也	コラージュは貼り付けるという意味で、今SNSでブームなんです。こちらで用意した素材を使い好きなデザインで自由に作品作りを楽しめます。完成した作品は額に入れて飾ることもできます。材料費300円
コラージュ 脳トレニング	9月5(土) 14:00~	1 回	10 名	今西 さちよ	プリザーブドフラワーは生のお花を特殊加工しているので数年は色鮮やかな状態を保てます。バラやかすみ草、紫陽花など花種も多く一年中飾っておけます。器で置物タイプ 材料費3,000円
プリザーブド フラワー	11月13日(金) 14:00~	1 回	10 名	森下 友美子	天ぷらの失敗しにくい揚げ方や温度の見極めを紹介しサクッと揚がるコツを学びます。昨年度好評だった「美味しい出汁のとりかた」も合わせて行います。
天ぷらのコツと 出汁づくり	11月18日(水) 13:00~	1 回	10 名	一木 謙三	



【受講料】無料
教材・材料費は自己負担
【申込方法】
申込書にご記入のうえ
方集会所までお待ちください。
【申込締切日】
令和8年4月17日(金)
応募者多数の場合は抽選



方集会所

海南市
下津町上48-7

☎492-4706

【開館日】
火～土曜日
【開館時間】
13:30～17:00
19:00～21:30
【休館日】
日・月・祝日

★サークルのご案内★【受講料】各サークルにより異なります。教材・材料費は自己負担

★南中ソーランかたかぜ☆
第1・3金曜日
19:30~
講師:山本 仁美

★ゆらぎ体操☆
第1・3火曜日
14:00~
講師:前 智博

★書道☆
第2・4金曜日
19:30~
講師:小西 泰鳳

★民謡たけのこ会☆
第2・4木曜日13:30~
講師:長谷 利子
田村 登美子

★俳句☆
第3金曜日
14:00~
講師:山本 和生

★水墨画☆
第2土曜日
13:30~

★太極拳☆
第1・2・4木曜日
19:30~

見
学
歓
迎



★手ごねdeパン作り★

国産小麦粉を使った、手ごねパン作りを楽しみませんか?計量から手ごね、発酵、成形、焼成までご自身で行います。
1回目・・・10月3日(土曜日) 10:00~ ミニ食パン・ウインナーパン・チーズ入りナン
2回目・・・11月7日(土曜日) 10:00~ シナモンロール・ハムパン・ベルギーワッフル
お申込みの際はサークル名に「パン」とご記入下さい。講師料無料・材料費のみご負担いただけます。
定員は5名です。※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。



きりとせん

ふりがな		〒	教室・サークル名 ※教室・サークルの参加は多数でも可
名前	住所		教室
自宅電話			サークル
携帯電話	年齢	性別を○で囲んで下さい 男 ・ 女	★児童ペン習字教室の小学生は新学年をお書きください。()年生
	歳		