


# 令和8年度 中野上公民館 受講生募集

## ❁ 教室紹介

俳句教室	はじめての詩吟教室	絵画教室
第2月曜日(14:00~16:00) 講師 山本 文雄 先生 テレビでも注目の俳句教室。	第4月曜日(13:30~15:30) 講師 樋川 マサ 先生 大きな声を出してストレス発散。	第1・3火曜日(13:30~15:30) 講師 中田 耕平 先生 新しい先生をお迎えして開講!
着付けとマナー教室	子どもお茶席	楽しい手話教室 <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">NEW</span>
第1・3木曜日(19:30~21:30) 講師 中岡 明美 先生 自分で着物を着られるように。。。	第3土曜日(14:00~15:30) 講師 橋本 宗雪 先生 お茶の作法からマナーまで。	月1回(14:00~16:00)曜日は後日決定 講師 井下 まき子 先生 歌に合わせて楽しく手話を♪
書道教室 (住民センター主催教室)	★ クラフト教室	★ わくわくクッキング
第2・4木曜日(19:30~21:30) 講師 津毛 望 先生 書道からペン習字まで習えます。	年5回 土曜日(14:00~16:00) 講師 曾和 清香 先生 毎回楽しい仕事を予定しています。	年5回 土曜日(14:00~16:00) 講師 井上 裕子 先生 楽しくクッキング🍷 (子ども対象)
★ 陶芸教室	☆その他体験教室や季節の教室 を企画しています。 随時回覧等でお知らせします。	
年3回 土曜日(14:00~16:00) 講師 芝村 幸志 先生 初めてでも楽しく陶芸を体験♪		

★の教室は随時回覧等で募集いたします

## ❁ サークル紹介

詩舞 青華の会	詩舞 真流の会	安来節 どじょっこ会
不定日(月3回)(13:00~16:00) 代表 岩橋 玲子 先生 初心者大歓迎!!まずは見学から。	火、木曜日(月3回)(13:00~16:00) 代表 吉田 八代美 先生 詩吟に合わせて舞踊♪	月1回程度(不定日) どじょうすくいを本格的に。 日本の伝統民謡です。
ダンススポーツクラブ	ラジオ体操	コスモス体操 (いきいき百歳体操)
第2・4月曜日(19:00~21:00) 講師 貴志 博士 先生 笑顔で楽しく社交ダンス♪	第2・4木曜日(14:00~16:00) みんなで楽しくラジオ体操♪ 第2木曜はサロンもしています。	毎週火曜日(10:00~11:00) 重りをつけてDVDに合わせてゆっく り手足を動かします。
ヨガサークル	卓球サークル	ソフトバレーボール
毎週土曜日(14:00~15:30) 講師 田中 佐和子 先生 週末はヨガでリフレッシュ♪	毎週金曜日(第4を除く) 昼の部(14:00~16:00) 夜の部(19:00~21:00)	毎週火曜日(20:00~21:30) 中野上小学校 体育館で開催 一緒に汗を流しましょう。
絵手紙サークル	楽しい短歌サークル	いけばな嵯峨御流 <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">NEW</span>
不定日(13:30~15:30) 「下手でいい、下手がいい」を合言 葉に思うがままに楽しく絵手紙。	第2土曜日(13:45~15:45) 楽しい短歌で和気あいあい。五・七・ 五のエピソードで話しもはずみます。	第3土曜日(14:00~16:00) 講師 梅本 佐智甫 先生 初心者でも気軽に参加できます。

## 申込要項

- ★ 申し込みは下記の【受講申込書】（公民館にも置いてあります）に必要事項を正確にご記入の上、公民館窓口にお申し込みください。複数受講される方は、各科目別に申込をお願いいたします。（前年度から引き続き受講される方も、改めて申し込みが必要です）  
なお受講者数が少ないとき、開講できない場合があります。
- ★ 学級の受講生の受講料は基本無料ですが、若干の費用（材料費等）は自己負担となります。サークル活動参加者は原則としてすべて自己負担となります。
- ★ マクラメ教室は定員になり次第締め切らせていただきます。日程は後日決定します。
- ★ 開始2時間前に気象警報発令した場合は休講となります。



随時入会受付していますのでお気軽にお問い合わせください。

### 生きがい教室受講者募集!!

講座11回 健康体操10回 計21回  
を予定しています。様々な講座、楽しい体操、  
また社会見学も実施する予定です。  
お申込みは公民館窓口までお問合せ下さい。  
詳しい日程は5月の回覧にてお知らせします。

令和8年度生きがい教室 開講式

**5月7日（木）午後2時から**

（ゴスペル亭パウロ先生による落語を予定）

\*どなたでも参加していただけます。

### サロン すみれ

第2. 4木曜日のラジオ体操サークルでは  
終了後、「サロン すみれ」を開いていま  
す。お茶を飲みながら楽しいおしゃべり  
や、ゲーム、また遠足などを企画していま  
す。気軽に遊びに来てください♪

**第2. 4木曜日 14時半～**

（ラジオ体操終了後）

中野上公民館（TEL 487-4726）

開館時間 13：30～17：00/19：00～21：30

（火曜日のみ9：00～17：00）

休館日 水曜・日曜・祝日（臨時休館あり）

切り取り

## 令和8年度 受講申込書

ふりがな			
氏名		受講講座	
住所		申し込み	再・新
電話		生年月日	

中野上公民館