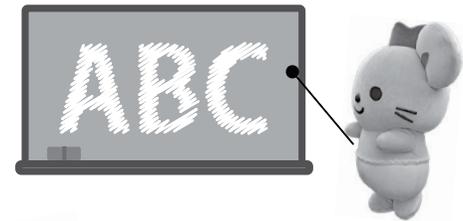


お気に入りの講座に申し込みを！

講座特集



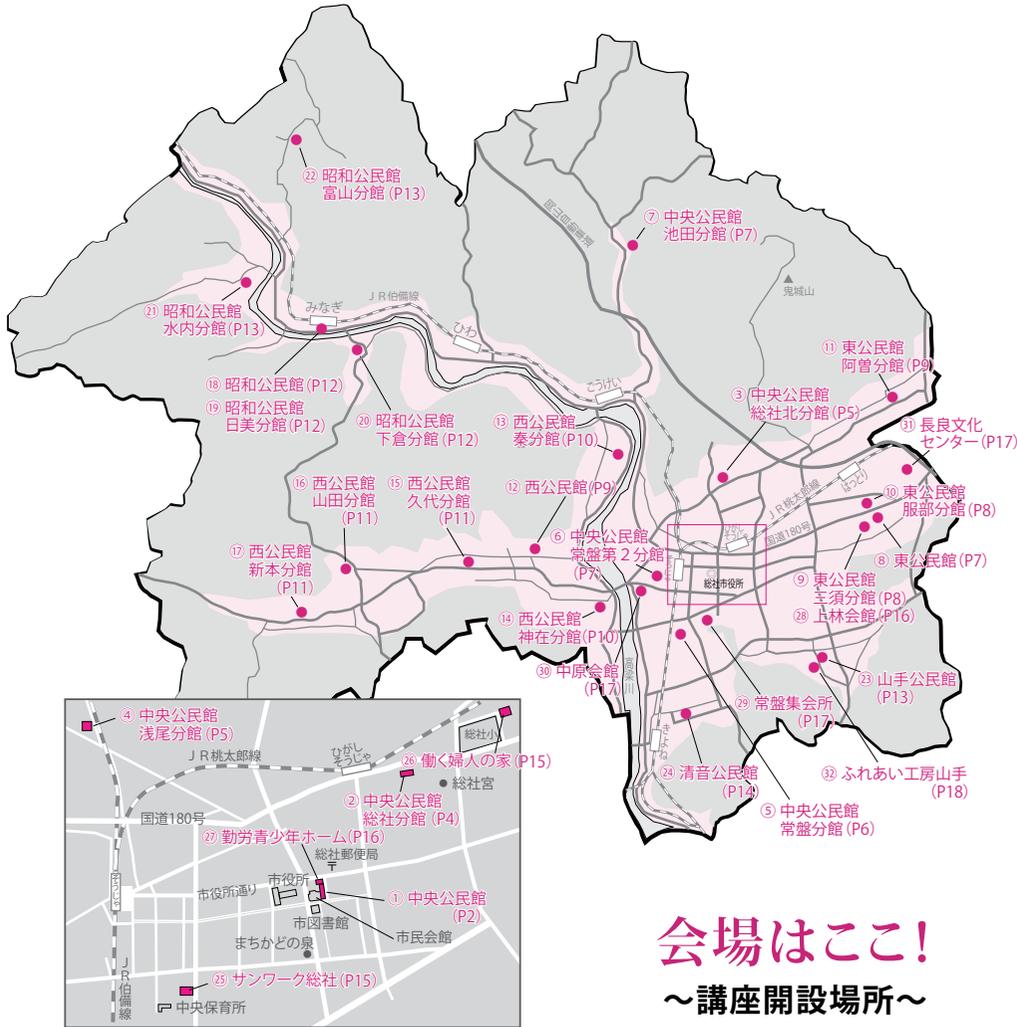
新しいこと、
はじめよう！



令和4年度
広報そうじゃ
別冊
保存版

令和4年度 講座特集号（『広報そうじゃ』3月号別冊）
編集／発行 市政情報課広報広聴係 電話 0866-92-8214

市内の公民館と各分館 サンワーク総社 働く婦人の家 勤労青少年ホーム
上林会館 常盤集会所 中原会館 長良文化センター ふれあい工房山手



会場はここ! ～講座開設場所～

①中央公民館

中央三丁目 1-102

休館日：月曜日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：中央公民館（☎ 0866-92-3491・Fax 0866-92-3492）



※中央公民館は、4月から9月まで耐震補強工事のため休館します

上期は場所の変更や休講があるので注意してください

上期：4～9月 下期：10月～翌3月

【上期の場所：勤労青少年ホーム 下期の場所：中央公民館】

講座	講師	上期 曜日		時間		定員	内容	会費
		曜日	時間	曜日	時間			
書道	浅沼旭峰 (君生)	水	第1・第4	13:00～16:00	30	漢字とかなの初歩から	月額2000円	
		火	第1・第4	10:00～13:00				
ペン習字	佐々木一壽 (新)	木	第2・第4	18:30～20:30	16	脳活しながら美文字を目指す	月額2810円	
		木	第2・第4	18:30～20:30				
子ども硬筆・筆ペン習字	山崎春香 (良枝)	火	第1・第3	17:45～19:45	20	鉛筆の持ち方など、基本から生活の美文字を練習	月額1000円	
		火	第1・第3	17:45～19:45				
編み物	野上シゲ子	水	第1～第3	14:00～16:00	20	古いセーターなどの編み直し	月額2500円	
		水	第1～第3	10:00～12:00				
水墨画	船倉誠月 (誠)	火	第2・第4	13:00～16:00	15	墨の濃淡で四季折々を表現	月額2000円	
		火	第2・第4	9:00～16:00				
華道	皆木豊樹 (椰子)	金	第2・第4	17:00～19:30	15	小原流。伝統文化を大切に基本から上級まで	月額2000円	
		金	第2・第4	17:00～19:30				
華道	行藤晶月 (晶子)	金	第2・第4	17:30～20:30	10	池坊。歴史ある生け花とその心を楽しく学ぶ	月額2000円	
		金	第2・第4	17:30～20:30				
コーラス宙	多田敏恵	金	第2・第4	13:30～15:30	40	童謡、叙情歌、クラシックなどを歌う	月額1000円	
		金	第2・第4	13:30～15:30				
俳句	奥山登志行	火	第2	13:30～16:00	15	総社俳句会。初心者から経験者まで	月額1000円	
		日	第2	13:30～16:00				
英会話	ラファエル・ホーキンス	火		19:30～21:00	15	クイズ、フリートークなど	1回 510円	
		火		19:30～21:00				
ヨガ	清田玲子	金	第1～第4	13:30～15:00	18	体のほぐしと簡単なヨガのポーズ	月額2500円	
		火	第1～第4	9:30～11:00				
尺八	河合舎山 (勲)	水		14:00～17:00	10	尺八の吹奏の仕方から曲の練習や合奏まで	1回 500円	
		水		14:00～17:00				
洋裁	服部節子	金	第1～第3	13:00～16:00	15	文化式。製図作成から作品完成まで	月額2500円	
		金	第1～第3	13:00～16:00				
デンマーク手工芸ダネラ	岩谷登美子	金	第1・第3	13:30～15:30	10	玄関マット、タペストリーなどを制作	月額1000円	
		水	第1・第3	13:30～15:30				
ハングル	上野由紀子	木	第1	19:30～21:00	15	初心者向け。韓国語で会話	1回 500円	
		木	第1	19:30～21:00				
吉備路伝説を語る会	うぐいす会	火	第3	13:00～16:00	22	伝説や昔話を語る	年額3000円	
		火	第3	12:00～16:00				

【上期の場所：東公民館 下期の場所：中央公民館】

講座	講師	上期 曜日		時間		定員	内容	会費
		曜日	時間	曜日	時間			
囲碁	栢野正弘	土	第2・第4	13:00～17:00	14	三段以下の置き碁や互戦の布石と死活・手筋解説	年額4000円	
		土	第2・第4	13:00～17:00				
中国語	田明霞	土	第1・第3	13:00～15:00	20	中国語会話、検定問題集、単語1万語	1回 750円	
		土		13:00～16:00				
大正琴	大森琴奏 (茂子)	水	第1・第3	9:30～12:00	15	琴伝流「奏」会	月額1800円	
		水	第1・第3	9:30～12:00				

講座の開催日・内容 2ページからの表のとおり（受付人数によって開催日など変更あり）

受講資格 原則として市内に在住か通勤の人

申込期間 3月1日(火)から20日(日)まで

申込方法 各館に直接か電話、ファクシミリで申し込む

各講座の第1回開催日 申し込み時にお伝えします

その他

①表の会費とは別に教材費が必要な講座もあります

②定員になり次第、締め切ります。また、定員に達しない場合は、引き続き申し込みを受け付けますが、都合によって

は講座を中止することもあります

③休館日は各施設それぞれ記載の通りです。ただし、各分館とふれあい工房山手については、講座があるときなどに応じて開館します

④詳細は、各施設まで問い合わせてください

【上期の場所：山手公民館 下期の場所：中央公民館】

講座	講師	上期) 曜日	時間	定員	内容	会費
		下期) 曜日	時間			
将棋	西洋一	日	9:30~16:30	32	実戦形式。リーグ戦を行う	年額7000円
		日	9:30~16:30			
詩吟	田辺通照(博通)	木 第1~第4	19:00~21:00	20	驚照吟詠会。詩吟で健康づくり	月額1000円
		木 第1~第4	19:00~21:00			
着付け	宮本史子・ 剣持江利奈	土 第1・第3	10:00~12:00	20	鏡を見なくても美しく着る	月額2000円
		土 第1・第3	10:00~12:00			
フォークダンス	國府登茂子	火 第1~第4	13:00~15:00	20	いろいろな音楽に合わせて踊る	半年1800円
		火 第1~第4	13:00~15:00			
らくらくピアノ	小池満里子	水 第2・第4	9:30~12:30	20	中高年を対象にキーボード・ピアノ レッスン	月額1000円
		水 第2・第4	9:30~12:30			

【上期の場所：清音公民館 下期の場所：中央公民館】

講座	講師	上期) 曜日	時間	定員	内容	会費
		下期) 曜日	時間			
日本画	小引博子	金 第2・第4	13:00~16:00	15	基礎知識を得て技術向上に努める	月額3000円
		金 第2・第4	12:30~16:00			
太極拳	堀田志郎	土	16:30~18:30	25	ゆったりと体を動かし健康に	月額2500円
		土	18:30~20:30			
		土	16:30~18:30			
		土	18:30~20:30			

【上期の場所：その他 下期の場所：中央公民館】

講座	講師	上期) 曜日	時間	場所	定員	内容	会費
		下期) 曜日	時間				
華道	佐藤春湖(泰子)	水 第2・第4	13:30~15:00	講師宅	20	草月流。明るく彩る生け花 で心に癒やしと安らぎを	月額2000円
		水 第2・第4	13:30~15:00				
俳句	浮田雁人(岩夫)	土 第2	12:30~16:00	サンワーク総社	15	吉備路句会。句を持ち 寄り研さん	月額1000円
		土 第2	12:30~16:00				
英会話	山田昌宏	火(月4回)	10:00~11:30	サンワーク総社	15	外国人と会話できる よう学ぶ	月額2000円
		火(月4回)	10:00~11:30				
前結び着付け	野崎泉・ 濱原涼子	金 第2・第4	10:00~12:30	総社カルチャーセンター	15	着物各種帯結びを洋服 感覚で楽に自分で着る	月額3000円
		金 第2・第4	10:00~12:30				
切り絵	河原恵子	火 第2・第4	10:00~12:00	常盤第2分館	12	基礎から	年額2000円
		水 第2・第4	10:00~12:00				
暮らしのマナー	吉井睦美	木 第4	10:00~12:00	働く婦人の家	15	日常生活に役立つマナー	月額1000円
		木 第4	10:00~12:00				
ミュージカル 舞踊ゆ・め	尾谷晃子	木 第1・第3	10:00~12:00	西公民館	10	流行歌をミュージカル 風に振り付けて踊る	月額1600円
		木 第1・第3	10:00~12:00				
詩吟	渡辺岳泉(良二)	休講			10	山陽岳風会。自作の短歌・ 俳句・歌謡吟などの練習	月額1500円
		水 第3	16:30~18:30				
市民コーラス	谷口美佐子	休講			20	童謡や懐かしい歌など をみんなで歌う	月額3000円
		土 第1~第3	13:00~15:00				
カラオケ		休講			15	演歌、歌謡曲などの練習	月額2000円
		火 第1~第4	19:00~21:00				

②中央公民館 総社分館

総社二丁目 18-18

問い合わせ：分館長 最相 信雄 ☎0866-92-3136・Fax 0866-92-3953)

※希望の講座名、氏名、電話番号を記入のうえ、FAXしてください。折り返し連絡します



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
日本 3B 体操	柴倉孝子	月	19:00~21:00	5	音楽に合わせて体を動かし、ストレス解消	月額3500円
総社 F.D.C	加藤寿美子	火 第4	19:00~21:00	5	初心者から。フォークダンス	月額 300円
		金 第2				
総社車いすダンス	加藤寿美子	火 第1	19:00~21:00		高齢者・福祉関係の人と一緒に	月額 200円
社交ダンス	吉田雅志・平松寿美	木 第1・第3・第5	19:00~21:00		体と頭を使ってダンス	1回1000円
主婦のための 健康ジャズダンス	大数領子	木	10:00~11:30	若干名	ビートのきいた心地よい音楽で踊る	月額2000円
総社レクリエー ションダンス	土井脇典子	火 第3	19:00~21:00	20	簡単な説明で大人は誰でもすぐに踊 れる	月額 300円
		水 第4				
華道	小野穂子	月	17:30~21:00	10	池坊。初心者から上級者。遊び心からレリーフまで	月額4000円
		水 第2・第4	13:00~14:00			
花育子どらフラワー アレンジメント	迫田めぐみ	木 第2・第4	19:30~20:30	若干名	季節のアレンジ小品花まで。花代別	月額1000円
		水 第2	17:00~18:00			
花育子どらフラワー	迫田めぐみ	月 第4	17:00~18:00	3	花のアレンジと工作	1回1500円
総社市合気道協会	上野省三	日	18:30~21:00	5		月額3000円
総社居合道同好会	難波誠	日	15:00~17:00	2	無双直伝英信流	月額2000円
滴水會館空手道	長曾忠男	木	19:00~21:00	10	礼儀作法と青少年の健全育成	月額4000円
拳志道空手	渡邊真治	火・金	18:00~21:00	20		月額3000円
心体術	河館蒼流	土 / 日の週1回	13:00~16:00	10	空之会。小学生から大人まで	月額4000円
白鳳流金鳥吟詠会	土井啓輔	金	13:00~15:30		やさしい吟法ながら格調高い流派	月額2500円
扇舞	霜山玉山	金 第1・第2・第4	10:00~12:00		菊水流。初歩から	月額4000円
銭太鼓	藤間勘嗣康	水 第1・第3	19:00~21:00	5	藤寿会	月額2000円
和太鼓集団「楽」	塩尻司	火 第1・第3	16:00~17:30	5		月額2000円
手編み	佐藤由利子	金(月3回)	13:00~16:00	10	初歩から	月額2500円
カラオケ	井上進一	月 第1・第2・第4	12:00~16:00	10		月額4500円
総社ジュニアコーラス	山田瑞穂	土	14:00~16:30	20	歌の好きな人。兄弟姉妹で2人目以降は2000円	月額3000円
コール総社	河本明子	月 第2~第5	9:30~12:00	5	コーラス	月額2500円
楽しいパソコン	最相信雄	木(月3回)	15:00~17:00	3	初歩から	月額2000円
		土(月3回)	15:00~17:00			
総社漆芸	塩津容子	火 第2・第4	13:00~16:00	3	漆を使ってオリジナル作品づくり	月額3000円
おにっこ太鼓	塩尻司	火 第1・第3	17:45~18:45	5	見学可	月額1000円
れんげサロン	稲田祥子	金 第3	9:00~12:00	若干名	地域の人が気軽に集う交流の場	月額 100円
音楽鑑賞	最相信雄	日 第3	18:30~20:00	20	大音量、大画面でエレキ、フォークのビデオライブ	月額 500円
インプロビゼーション	金子泰子	月・金	9:00~12:00	5	即興表現をするための練習	月額 500円
		水	14:00~17:00			
ビデオクラブ	片山喜久恵	水 第1(偶数月のみ)	13:00~17:00	3	初心者から。年齢男女不問	必要経費のみ
滴水會館空手道	白神由美	土	17:00~21:00	7	空手道を通じて強い体と心を育てる	月額3000円
鍵盤ハーモニカ を楽しむ会	朝田恵利	月 第3	13:30~15:00	10	楽しい鍵盤ハーモニカをみんなで奏 でる	月額1500円



③中央公民館 総社北分館

小寺 1281-1

問い合わせ：分館長 笠原 武士 ☎0866-93-0180

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
さわやか健康体操	白神貴美枝	月 第1～第4	10:00～11:00	10	気軽にできる体操	無料
社交ダンス	笠井貴美子	月 第1～第4	13:00～15:00	10	初心者から	半年1000円
歌謡クラブ	西成美	月 第2・第4	14:00～17:00	13	個人レッスン。明るく楽しく歌って健康に	月額2500円
民舞	林邦子	水 第2・第4	13:30～15:30	6	若柳流わかば会	1回1000円
京吟詩会	岡本芳織	月 第1・第3	13:00～15:00	4	関心流「いずみ吟詩会」。腹式呼吸で健康に	月額1000円
詩吟	渡辺岳泉	水 第1	17:00～19:00	15	岡山山陽岳風会。和歌・俳句・漢詩・歌謡吟詠・岳風流	月額1500円
お菓子教室	上田照美	月 第2	10:00～14:00	8	家庭でできるヨーロッパのケーキ作り	月額2100円
		水 第4	10:00～14:00	8		
ふれあいソング	横田通恵	火 第3	9:30～12:30	30	高齢者向けの健康体操、出前講座、談話など	無料
琴伝流大正琴	津島美津子	火 第1・第3	10:00～12:00	10	夕月の会	月額1800円
大正琴	横田通恵	木 第2・第4	13:30～15:00	10	初心者	月額1000円
アーティフィシャルフラワー	川崎好子	火 第3	13:00～15:00	10	生花を美しく再現	月額3800円
		金 第4	18:30～21:00			
パソコン教室	大府美智子	月 第1～第4	13:30～15:30	15	初心者からスキルアップしたい人まで	月額4000円
ジャズダンス	大藪嶺子	火 第1～第4	19:30～20:45	15	初心者から中高年まで	月額2000円
いきいき百歳体操		日 第1・第3	10:00～11:00	30	気軽にできる体操	無料
		火 第2・第4	10:00～11:00	30		
気功健康法	目黒やすし・宮崎裕子	水 第1・第3	13:00～15:00	10	無料体験可	月額3000円
手芸教室	古座時子	水 第1・第3	10:00～15:00	10		月額500円
3B体操	中島恵美子	水 第1～第4	19:30～21:00	10	音楽に合わせて楽しく体を動かす	月額2500円
歌声サロン	星島伸江	水 第1～第4	9:45～11:30	30	いろいろなジャンルの歌をみんなで歌いストレス発散	1回500円
茶道	中田晶子	土 第1・第3	14:00～18:00	10	表千家流。茶道お稽古既習者	月額3000円
		土 第2	10:00～17:00	10	表千家流。小学生から高校生までや	
		土 第4	14:00～17:00	10	男性、初心者	1回1000円
トールペイント	小西貴恵	木 第1～第4	9:00～12:30	15	塗り絵感覚で気軽に楽しめる。体験可	1回1000円
太極拳	前田佳代	木 第1～第4	13:00～15:00	20	初心者から	月額2000円
華道	小坂悦子	木 第1・第3	19:00～21:00	10	未生流。身近にある花材を使用	月額1500円
銭太鼓	東森素子	金 第1～第3	9:30～11:30	15	つくし会	月額1500円
ちぎり絵	永井友恵	金 第4	9:30～12:00	10	和紙を使用して静物・風景・人物などを表現	月額2000円
傘踊り	東森素子・勘藤倫子	金 第1～第3	13:00～15:00	10	つくし会	月額1500円
習字教室	野上桂香	金 第1～第3	19:00～21:00	20	公益財団法人教授免許資格取得可	月額3000円～
泉コーラス	上田豊	土 第1～第4	14:00～17:00	30		月額500円
エアロ体操	天峰和子	土 第1～第4	19:00～20:30	15	初心者から	1回500円
土ひねり	森萬太郎	日 第4	9:00～15:00	20	初心者からベテランまで	月額1000円
グラウンドゴルフ	赤坂久志	水	9:00～11:00	30	総社北GG水曜クラブ	年額2400円
		日	9:00～11:00	45	総社北GG日曜クラブ	年額2400円
総社北料理クラブ	家元恵美	土 第4	9:30～13:00	14	減塩で野菜をたっぷり使用。入会金1000円	月額500円



④中央公民館 浅尾分館

門田 956-1

問い合わせ：分館長 中川 道弘 ☎090-5701-7333

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
大正琴	中川靖子	木 (月2回)	9:30～12:00	20	琴伝流。初心者随時募集	月額1800円
傘踊り	東森素子	火 第1～第4	13:30～15:30	20	総社れんげの会	月額2000円
実用書道	北村松園	水 (月2回)	14:30～16:00	6	かな、写経、硬筆(幼児・小学生)、筆ペン	月額3000円
パン	嶋谷サヨ子	木 第2	9:00～14:30	8	初級・新規者。パン・お菓子作り(材料費込み)	月額3000円
		木 第3	9:00～14:30	8	中・上級	月額3000円
トールペイント	小西貴恵	金 第1～第4	9:00～13:00	10		1回1000円
		土 第2・第4・第5	13:30～17:00	10		
パッチワーク	井元輝子	金 第1・第3	10:00～15:00	10		月額500円

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
ピアノ	藤木理子	土 第1・第3 日 第4	8:30～12:30	10	月2回。大人のレッスン。教材費別	1回1500円
囲碁	佐野清文	土 第1・第3	13:00～17:00	10		年額1000円
吉備路カラオケ	山本政清・田中隆雄	土 第2～第4	13:30～17:00	15		月額1000円
パソコン	吉田護	日 第1・第3	13:00～15:30	10	ワード、エクセル、インターネットなど	1回1000円
親子クラブ	河本明子	火 第3	9:00～12:00	40		年額1200円
コーラス	月 (月4回)	9:30～12:00	35	他会場含む	月額2500円	
歌声サロン	星島伸江	月 第2～第5	9:45～11:45	30	いろいろなジャンルの歌を歌う	1回500円
いきいき百歳体操	小川恵子	水 第1～第4	10:00～11:30	25		無料
大人の絵画	入江法舟	日 第1	13:30～15:30	10	高校生以上。日本画・水彩画	月額1500円
いきいき体操	大月昌子	土 第2・第4	10:00～11:30	20		無料
幼児英語&リトミック	二宮麻衣子	木 第1～第4	16:00～16:45	10	3歳から就学前まで	月額4000円
	金 第1～第4	16:00～16:45	10			
小学生英語&フォニックス	二宮麻衣子	木 第1～第4	17:00～17:45	10	小学1年生から	月額4000円
	金 第1～第4	17:00～17:45	10			
写真	森政也	水 第3	19:00～21:00			月額1000円
子どもお花	岡中円	水 第2	17:00～18:00	10	フローラルざくら。教材費別。体験可	1回500円
そろばん	道廣正恵	月・金 (月8回)	15:30～18:30	20	年中から。そろばんと暗算の基礎	月額5000円
ちぐらくヨガ	尾上君子	木 第1～第4	13:50～15:20	10	体をほぐして深い呼吸でポーズ	1回700円
硬筆&毛筆習字	井上滋	月 (月3回)	15:30～19:30	10	子どもから。美しい文字を練習	月額3000円

⑤中央公民館 常盤分館

三輪 821 分館長：東川 由継 ☎・Fax 0866-93-1050

問い合わせ：常盤分館 ☎・Fax 0866-93-9417

※不在の場合は、中央公民館へお問い合わせください



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
ヨーロッパフラワーアレンジメント	津神友栄	火	10:30～12:00	30	生花、プリザーブドフラワーなど。自由出席制	1回3600円
硬筆	山崎春香(良枝)	火 第1・第3	16:00～17:00	20	教材費月額700円。3Bか4Bの鉛筆	月額1000円
ちぎり絵	永井友恵	木 第2	9:30～12:00	10	材料費込み	月額2000円
絵手紙	松尾成子	月 第3	9:30～11:30	15		
		金 第1	9:30～11:30	15		月額1000円
		金 第1	13:00～15:00	15		
切り絵	大森光政	木 第1・第3	9:30～11:30	14		月額500円
子ども琴	内藤歌祥(育子)	土 第1・第3	14:00～15:00	7	初心者。教材費年額2000円	月額2000円
		土 第1・第3	15:30～16:30	8	教材費年額2000円	
カラオケ	浦辺清史・村上常生	月 第1・第3 日 第2・第4	14:00～16:00	24	常盤歌謡クラブ	月額2500円
パソコン	大府和雄	月 第1～第4	13:30～15:30	10	初心者からシニアまで	月額4000円
		土 第1～第4	13:30～15:00	10		
囲碁	笹田基	水 第1・第3	13:00～17:00	17		月額100円
お菓子作り	上田照美	金 第4	9:30～14:00	8	教材費月額1100円	月額1000円
健康体操	今井満壽美	水 第1・第3	9:30～11:00	25		年額1200円
常盤フォークダンス	國府登茂子	月 第1～第4	10:00～12:00	25		半年1800円
卓球	武野純二	火	13:00～16:00	22		月額100円
	滝本清	火	19:00～21:00	22		年額1200円
	福江守	水	13:00～16:00	22		月額200円
	森山克己	木	9:00～12:00	21		年額1200円
	鶴園久士	木	13:00～16:00	20		年額1200円
	小野秀孝	金	13:00～16:00	22		年額1200円
グラウンドゴルフ	森脇誠	金	9:00～11:00	50		年額2400円
ベタンク	東川由継	水	8:30～11:00	20		無料
華道	永下容子	水 第1・第3	9:30～11:30	10	池坊。花代1回2000円	月額1500円
生命の貯蓄体操	犬田栄子	金	13:30～15:30	15	マット代5600円	月額2000円
キッズ英語	大島幸	木 第1・第3 金 第2・第4	15:00～15:30	15	幼児対象。幼い頃から楽しみながら英語に触れる	月額1600円



⑥中央公民館 常盤第2分館

真壁 1023

問い合わせ：分館長 佐近 昇 (☎090-5264-9539)

※不在の場合は、中央公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
パソコン	栢野明美	火 第1・第3	13:30~15:30	10	初心者から。ワード、エクセルなどで作品づくり	1回1000円
フラダンス	中村ゆたか	水 第2・第4	14:00~15:30	20	のんびり学ぶ	月額1000円
民謡	高本恵子	土 第1・第3	9:00~11:00	10	教材費初回1000円、協会費700円	月額2500円
三味線・太鼓	高本恵子	土 第1・第3	11:00~13:00	5	初回本代780円	月2回3500円
		土 第2・第4	9:00~13:00			月4回6000円
HipHopダンス	岡本万貴	金	17:00~19:00	30	17時から基礎クラス。18時から応用クラス	月額2000円
詩吟	神崎芳貢(安子)	水 第1~第3	10:00~12:00	10	吟道関心流	月額1500円
らくらく元気体操	坂井俊之	木	10:00~11:00	20	足腰を鍛え、体力アップ	月額2000円
ちびっこ運動	坂井俊之	火	16:10~17:10	25	幼児期に運動する土台をつくる	10回5000円
子どもスポーツ	坂井俊之	火	17:30~18:30	20	遊びを通じて多様な動きを体験	半期7500円
楽しい英会話	松野亜希子	木 第1~第4	11:00~12:00	10	初歩から	月額2000円
剣詩舞	妹尾昇山(順子)	月	13:30~16:00	10	菊水流。数付・袴・白足袋を身に着け、日本の心を舞う	月額4000円
空手	白神由美	水・土	17:00~21:00	20	空手道を通じて、強い心と体を育てる	月額3000円
ダンスフィットネス	岡本秀次	金	19:30~21:00	20	初心者から。60分の基礎クラス、30分の応用クラスに分かれる	無料
		日	13:00~15:00			
おとなの音読	金池兼広	月 第1・第3	10:00~11:30	10	名作・名著を声に出して読む	1回500円
		火 第2・第4	19:00~20:30			
3B体操	横田洋子	金 第1・第3・第4	10:00~11:30	10	ボール・ベル・ベルダーを使った誰でもできる体操	月額3000円
みんなでアート	梶原彩	日 第4	10:00~11:30	10	子どもから大人まで。毎回一つの作品を作る	1回500円
書道	石岡尚子	水 第1~第3	16:30~18:30	15	年中から小学生まで。毛筆、硬筆	月額3000円
こども茶道	大島幸	水 第1・第3	15:30~16:10	10	年中から小学生まで	月額1500円
外国人のための日本語	横田裕子・戸田正光	木 第1~第4	12:30~13:30	10	教材費別	無料
歌声サロン	星島伸江	金 第2・第4	10:00~11:30	15	いろいろな歌をみんなで一緒に歌う	1回500円
キッズえいご	大島幸	木 第2・第4	15:00~15:30	8	幼稚園年中・年長児対象。保護者同伴可	月額1600円



⑦中央公民館 池田分館

見延 639-1

問い合わせ：分館長 在間 洋則 (☎0866-95-9262・Fax 0866-95-8998)

※不在の場合は、中央公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
詩吟	柴倉勇洲	金 第1~第3	13:00~15:00	20	関心流	月額2000円
	本行潔	木 第1・第3	13:00~15:00	10	光世流	月額2000円
民舞	阿部愛子	土 第2・第4	13:30~15:30	20	ひばり会もみじ	月額2000円



⑧東公民館

南溝手 477-7

休館日：月曜日、年末年始(12月29日~1月3日)

問い合わせ：東公民館 (☎・Fax 0866-93-2995)

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
編み物	出口里子	火 第1・第3	13:00~15:30	8	手編み。教材費別	1回1000円
アロマ&ハーブ	堀美智子	金 第1	13:30~15:30	12	教材費月額1000円前後	月額1000円
囲碁	岡周治	火	13:00~17:00	18		年額1000円
歌声サロン	星島伸江	土 第1~第4	9:30~11:30	30	初回教材費3500円	1回500円
沖繩三線	料屋雅典	金 第2	10:00~12:00	15	沖繩の名曲を弾く	年額4000円
男の楽しい料理	村佐博次	金 第2	9:00~13:30	8	男性の初心者向け料理。材料費、年6000円	月額500円

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
華道	永下容子	金 第2・第4	14:00~16:00	10	池坊。材料費1回2000円	月額1000円
カラオケ	湯浅美佐子	土 第2・第4	15:00~17:30	10	初歩から。個人レッスン	月額2200円
自分史	樋口皓迪	金 第3	13:30~15:30	10	自分の誕生から現在への半生記	年額3000円
写真	堀典典	日 第2	10:00~11:00	10	撮影と鑑賞	年額1500円
将棋	能勢尚夫	水 第1・第3	13:00~16:30	15		年額1000円
スマイルヨガ	尾上君子・石田淳子	木 第1・第2・第4	9:30~11:00	15	深い呼吸でほぐして気持ちよくポーズ	月額2000円
大正琴	大森茂子	日 第2	10:00~16:00	10	琴伝流	月額1800円
楽しい箏	橋本石基	木 第1~第3	13:30~15:30	10	初心者から中級者まで	月額3000円
楽しいディスコ	平野義明	火 第3	10:00~11:00	15	室内でニュースポーツ	無料
楽しいニレクボール	大月隆昌	火 第4	10:30~12:00	20	室内版ベタタンク	無料
チュビレクダンス	下山咲知子	金	9:30~11:30	25	いろいろなジャンルの曲で踊る	1回100円
陶芸(釉薬)	森谷陽子	土 第4	13:00~17:00	10	器作り	月額2500円
童謡・唱歌を楽しむ会	曾我部司	金 第2	14:00~16:00	50	入会費700円	月額300円
初めての絵手紙	谷藤正美	木 第3	13:00~15:00	8	教材費月額200円程度	月額1000円
パソコン	能勢尚夫	土 第2・第4	10:00~12:00	8	初歩からのワード、エクセル。パソコン持参	月額1000円
東公詩吟会	野瀬富貴男	金 第1~第3	19:00~21:00	8	詩吟の朗読	月額2000円
フォークダンス	加藤寿美子	水 第1~第4	13:00~15:00	20	音楽に合わせて体を動かし健康づくり	月額300円
ペン画	難波聖爾	水 第2	9:00~11:00	7	物の見方、表現の仕方のコツを見つける	月額1000円
忘れな草の会	小坂ふみえ	金 第2・第4	12:00~17:00	7	手芸。お互い教え合う。材料費別	無料
グラウンドゴルフ	岡弘	水	9:00~11:00	30	初歩から	年額2000円
	滝原洋志	木・日	8:30~12:00	25	初歩から	年額3000円
	難波孝	金	8:30~12:00	20	健康増進	年額1000円
総社ゲートボール	宮永智美	土 第4	8:00~14:00		初歩から	年額1000円

⑨東公民館 三須分館

上林 303-1

問い合わせ：分館長 中川 誠一 (☎0866-92-1569)

※不在の場合は、東公民館へお問い合わせください



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
エコクラフト	竹原未幸	月 第3	10:00~15:00	20	クラフトテープでかごやバッグを制作。教材費別	月額1000円
親子3B体操	藤井朋子	水 第1・第3	17:30~18:30	10	用具費別	月額1500円
ゲートボール	宮永智美	雨天以外毎日	8:00~12:00			年額1000円
大正琴	大森茂子	木・土第2・第4・第5	13:30~16:00	13	琴伝流。琴を奏で仲間づくり	月額1800円
3B体操	柴倉孝子	火 第1~第4	19:00~21:00	13	ウオーキング中心のプログラム。用具費別	月額3500円
パソコン	岡治之	水	13:30~16:00	15	互いに教え合う。パソコン持参	年額1000円

⑩東公民館 服部分館

南溝手 265-13

問い合わせ：分館長 前田 操 (☎0866-92-2093)

※不在の場合は、東公民館へお問い合わせください



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
絵手紙	松尾成子	日 第3	13:30~15:30	15		月額1000円
ナチュラルアート	林幸恵	火 第3	13:30~16:00			
		土 第3	19:00~21:00	15	手作りの鉢に花を植える。教材費別	月額1200円
		日 第1・第4	13:30~16:00			
服部四つ拍子保存会	小川庸光	土 第2	20:00~21:00	20	四つ拍子の太鼓音頭、踊りを練習	年額1000円
ホームヨガ	伊丹敏子	水	13:30~15:00	10	体ほぐし	月額2000円
薬膳料理	田中まり	火 第1	10:30~13:30	10	健康になるためのご飯づくり	月額3000円
いきいき健康	大塚和実	金 (月3回)	19:45~21:00	10	筋トレ・ストレッチ、用具費別	月額3000円
若返りクラス						



⑪東公民館 阿曾分館

西阿曾 188-1

問い合わせ：分館長 高原 康則 (☎0866-99-9831)

※不在の場合は、東公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
編み物	近藤康子	金 第2・第4	13:30~15:30	10	みんなで教え合う	月額1000円
囲碁	的場榮治	水	13:00~17:00	10		月額500円
将棋	江本克三	火	14:30~17:00	6		無料
切り絵	栢野日出子	水 第1・第3	10:00~12:00	10	初歩から。教材費別	無料
銭太鼓	杭田美幸	金 第1・第3	19:30~21:00	8	藤美流	月額1500円
大正琴	中田美津恵	月 第2	13:30~15:30	20	童謡、懐メロ、演歌などの演奏	月額1800円
		木 第2	9:00~12:00			
	吉富恵子	土 第1・第3	12:30~15:30	10	童謡、演歌、ポップスなどの演奏	月額3300円
詩吟	野瀬貴洲(富貴男)	木 第2~第4	19:00~21:00	7	関心流。初歩から	月額2000円
	栗原灯世(トヨ子)	水 第1~第4	13:00~15:00	10	吟道光世流。初歩から	月額1000円
民舞	林邦子	水 第1~第4	13:30~15:30	10	若柳流。初歩から	1回1000円
手作りグループ	日本加代子	火 第1・第3	13:00~16:00	13	いろいろな作品づくり	1回300円
ゆるりヨガ	林安子	月 第1・第3	10:00~11:15	10	中高年向き	1回300円
フラワーアレンジ	長谷川尚美	木 第1・第3	10:00~11:30	10	初歩から。材料費1回約2000円	1回700円
フラワーアレンジメント	服部あけみ	水 (最終週)	10:00~11:30	9	生花アレンジメント。材料費1回約1500円~2000円	月額1000円
パソコン	大森木一	土 第2・第4	13:30~15:30	10	中級程度。ノートパソコン持参	月額2000円
わくわくいきいき体操	三宅真美	火 第1~第4	10:00~11:30	20	ストレッチ、脳トレ、筋トレ	月額2000円
にこにこ体操	守安和子	月	10:00~11:40	10	転倒予防ストレッチ、筋トレ、脳トレ。用具費1700円	月額2000円
にこにこキッズ体操	守安和子	土	10:00~11:30	15	希望者は、うらじゃ参加あり	月額1500円
ハリバリ英会話	武田里美	月	14:00~17:00	30	遊びを通して英語に親しむ。教材費300円~	月額2700円~
空手	阿部修士	水	17:30~20:00	12	沖繩小林流。形と基本。高校生以下	月額2500円
		金 第1	17:30~20:00	12	は月額2000円	



⑫西公民館

秦 350

休館日：月曜日、年末年始(12月29日~1月3日)

問い合わせ：西公民館 (☎・Fax 0866-92-0446)

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
華道	角田浄子	金	9:00~13:00	10	未生流。初歩から	月額3000円
書道	富岡閑香	土 (月3回)	9:00~11:00	20	実用書道・ペン字・かな・漢字の初歩から	月額3000円
詩吟	渡邊陽洲(陽俊)	火 (月3回)	14:00~16:00	10	関心流。初歩から	月額1500円
大正琴	永田正子	水 第1・第3	9:30~11:30	10	琴伝流	月額1800円
面彫り	中原道之	木 第1・第3	13:00~16:00	10	初心者向き。材料費実費	月額500円
表装	河原信之	火	9:00~16:30	15	初心者向き。裏打ちから。材料費実費	無料
グラウンドゴルフ	若松正雄	日	9:00~12:00	60	初心者向き	月額500円
太極拳	西原紀子	土 第2・第4	10:00~11:30	25	初心者向き	月額1500円
洋裁	杉本洋子	土 第1・第3	9:00~12:00	15	文化式。製図作成から作品完成まで	月額1500円
ストレッチ体操と気功	池田まり子	水 第1~第4	10:00~11:30	20	中国健康体操	月額2000円
フラワーアレンジ(フリ)	長谷川尚美	金 第1・第3	14:30~16:00	10	生花で季節・行事のアレンジ	1回700円
サーブドフラワーなど			19:00~20:30	10		
木工	渡辺吉之	土 第2・第4	9:00~16:00	15	木工全般。道具代や材料費は別	無料
楽楽元気体操	伊藤陽子	火 第1~第4	13:00~14:30	20	脳トレ・筋トレ・ストレッチで体快調	月額2000円
銭太鼓	高崎美代子	火 第2・第4	9:30~11:30	15	初歩から	月額2000円
歌声サロン	星島伸江	木 第1~第4	10:00~11:30	30	いろいろなジャンルの歌を歌いストレス解消	1回500円
傘踊り	高崎美代子	火 第1・第3	9:30~11:30	15	初歩から	月額2000円

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
パソコン	大谷忠敬	水	13:00~15:00	10	基本操作。Windows10持参。教材費別途	月額3000円
			15:00~17:00	10	活用。Windows10持参。教材費別途	
		土	13:00~15:00	10	ホームページ作成。Windows10持参。教材費別途	月額2000円
15:00~17:00	10	基本講座。Windows10持参。教材費別途				
民舞	高崎美代子	火 第3・第4	12:30~14:30	15	初歩から	月額2000円
卓球	荒木佐登生	金	13:00~16:00	12	レベルアップを目指す	月額300円
着付け	萬代早苗	水 第1・第3	10:00~12:00	10		1回1000円
		木 第2・第4	10:00~12:00	10		1回1000円
陶芸同好会		水 第2・第3	9:00~16:00	10	自由制作。材料費別途。8月・1月は休み	月額500円
水彩画	青木由	水 第2	13:30~16:00	15		月額1000円

⑬西公民館 秦分館

秦 3465-1

問い合わせ：分館長 板野 敬二 (☎0866-95-8646)

※不在の場合は、西公民館へお問い合わせください



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
剣詩舞	田中恵珠(佳子)	木	20:00~21:30	10		月額3500円
ストレッチ体操	天峰和子	金 第2・第4	19:30~20:30	15		1回500円
さわやか会	小原春子	火	13:30~16:30	25	カラオケ	月額500円
グラウンドゴルフ	小原庄次	水	9:00~12:00	40		月額500円
剣舞	藤島幸恵(永治)	水	19:00~21:00	5		月額2500円
囲碁	川西功躬	金	9:00~12:00	5		無料

⑭西公民館 神在分館

富原 903-1

問い合わせ：分館主事 難波 陽子 (☎0866-93-3541)

※不在の場合は、西公民館へお問い合わせください



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
箏・三絃	田中絹子(絹江)	月	13:00~19:00	15		月額4000円
		土	13:00~19:00	15	生田流。初歩から	
グラウンドゴルフ	高本尚吉	火	9:00~12:00	30	初歩から	月額500円
ダンス(リズム体操)	高本幸子	金	19:00~21:00	15	初歩から	月額1000円
手芸	工藤嘉寿代	木 第2・第4	13:00~16:00	15	身の回りにあるものを活用して制作	月額1000円
パソコン	岩本悟	金	9:00~11:00	15	中級。ワード、エクセルなど	月額4000円
			13:00~15:00	15	初級。ワード、エクセルなど	
		土	9:00~11:00	15	一般活用。ワード、エクセルなど	
			13:00~15:00	15	初級。ワード、エクセルなど	



⑮西公民館 久代分館

久代 4482-1

問い合わせ：分館長 中山 睦雄 (☎080-6313-3637)

※不在の場合は、西公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
華道	角田浄子	火 (月4回)	13:30~15:30	10	未生流。8月・1月は休み	月額3000円
大正琴	永田正子	水 第1・第3 木 第2・第4	19:00~21:00 13:30~15:30	10	琴伝流。初歩から	月額1800円
刺し子	坂本奈奈	水 第2・第4	9:30~11:30	10	刺し子、パッチワーク、布を使った手芸など	1回1000円
パソコン	大府美智子	金 (月4回)	13:30~15:30	15	初心者から	月額4000円
にこにこ健康体操	山本祥子	火	10:00~11:30	15	音楽に合わせて体を動かす	1回 300円
絵画	樋口皓迪	火	13:00~16:00	10	水彩画。初心者から	月額2000円
ヨガ	河田有美	月 (月3回)	10:00~11:00	15	初心者から。自分の体と向き合うヨガ	月額2000円
軽音楽	赤木幹男	木	9:00~11:00		初心者から。音楽好きなら誰でも	無料



⑯西公民館 山田分館

山田 203-2

問い合わせ：分館長 金澤 隆 (☎090-4146-8103)

※不在の場合は、西公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
詩吟	赤木椋洲 (敏志)	木	19:30~21:00	10	関心流	月額1500円
大正琴	津島美津子	月 第2・第4 水 第2・第4	9:00~11:00 9:00~11:00	10	琴伝流	月額1800円
硬筆・毛筆	赤澤東洞 (泰二)	金	15:00~16:30	10	大人	
		土	16:30~18:30	15	幼稚園児から中学生まで	月額2500円
		土	8:00~10:00	15	幼稚園児から大人まで	
太極拳	西原紀子	金 第1・第3・第4	10:00~12:00	20		月額2000円



⑰西公民館 新本分館

新本 7743

問い合わせ：分館長 神崎 敏光 (☎0866-96-1352)

※不在の場合は、西公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
詩吟	柴倉勇洲	木 (月3回)	19:30~21:30	10	関心流	月額1500円
書道	赤木玉苑 (敦子)	土 第1・第3	10:00~11:30	20	小中学生、一般。特に初心者から。毛筆ほか	月額2000円
ボーセラーツ	高橋直美	水 第3	10:00~12:00	10	白磁器にシールを貼って作る	月額 300円
健康ストレッチ	守安和子	木 (月3回)	10:00~11:30	10	寝たきり・転倒予防にストレッチ、筋トレ・脳トレ	月額2000円



⑱昭和公民館

美袋 1915-1

休館日：月曜日、年末年始 (12月29日~1月3日)

問い合わせ：昭和公民館 (☎・Fax 0866-99-1103)

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
空手	中島太	土	19:00~20:30 19:00~21:00	30	小学生以上 一般	月額2000円
水墨画	片山邦彦	土 第1・第3	13:00~16:00	若干名	初心者から中級者まで	月額1500円
パッチワーク	大月二三子	水 第2・第4	9:00~15:00	15	手持ちの布を活用	月額2000円
なかよし絵画教室	永田正子	金 第2・第4	13:30~17:00	5	水彩、油絵など	月額1000円
図工クラブ		日 第3	13:00~16:30	若干名	幼児から小学生までの親子と一緒に	月額 100円
銭太鼓	間野真貴子	金 第1・第3	13:00~15:30	20	初心者、年齢を問わず。基礎から	無料
囲碁	能勢勝人	木	9:00~15:00	12	初心者から	年額1000円
華道	藤井道甫 (道枝)	土 第2・第4	13:30~15:30	10	嵯峨御流。自然の景色に見立てて生ける	月額1500円
リフォーム洋裁	野口芳江	水 第1・第3	9:30~12:00 12:30~15:00	若干名	和服、洋服などのリフォーム	月額2000円
こけ玉作りと玉手箱	川端光子	金 第1・第3	13:00~16:00	10	アイデアをもち寄り、手作り	1回 100円
扇舞	太田杏華 (敬子)	土	13:30~15:30	5	初心者から	月額2500円
大正琴	若原美津子	木 第2・第4	13:00~16:00	10	琴伝流。初心者から	月額1000円
俳句	奥山登志行	火 第3	13:00~16:00	10	初歩から	月額1000円
華道	永下容子	金 第1・第3	10:00~12:00	10	池坊。初心者から。材料費1回約1000円	月額1500円
詩吟	本行駿世	火 第1・第3	10:00~12:00	6	光世流の漢詩を吟ずる	月額2000円
ヨガ	柳生真佐美	日 第2・第4	9:30~11:00	15	初心者から。基本のヨガ	月額2000円
硬筆・毛筆	赤澤東洞 (泰二)	土	10:30~12:00	20	幼稚園以上。基本・学校の宿題など	月額2500円
オカリーナ	河原裕美	水 第1・第3	15:00~16:30	15	小学生から高齢者まで。初歩から	月額1000円
アカペラコーラス	河原裕美	木 第1・第3	19:00~21:00		アカペラコーラス	月額 100円
短歌	岡田紀子	水 第3	12:30~15:30	10	初歩から	月額1000円
習字	井上司猷 (憲司)	日 第3	10:00~11:30	10	小学生以上。初歩から	月額1000円
新舞踊	小見山通子	火 第1~第3	13:30~15:30	10	施設慰問など	1回1000円

⑲昭和公民館 日美分館

美袋 1915-1 (昭和公民館内) 分館長 樋口 長郎

問い合わせ：昭和公民館 日美分館 (☎0866-99-1104)

※不在の場合は、昭和公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
グラウンドゴルフ	高杉弘子	水・日	8:30~11:50	50	初心者から	年額4000円

⑳昭和公民館 下倉分館

下倉 1338-3

問い合わせ：分館長 浅田 憲一 (☎0866-99-2558)

※不在の場合は、昭和公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
グラウンドゴルフ	浅沼浩志	火・金	9:00~11:00	若干名	一般対象	年額4000円



⑳昭和公民館 水内分館

原 2167-1

問い合わせ：分館長 難波 哲夫 (☎0866-99-2530)

※不在の場合は、昭和公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
編み物	大椿貞子	木 第1・第3	9:00~12:00	10	手編み	月額1500円
コーラス	中島加恵	金 第2・第4	19:30~21:00	20	叙情歌を中心に歌う	1回 600円
民謡	若柳美翠	水 第1~第4	14:30~16:00	10	初歩から	月額1500円
子ども民謡	横山三恵子	水 第1~第4	15:30~17:00	10	初歩から。5歳から中学生まで	月額1000円
カラオケ	山本憲一	土 第2・第4	19:00~21:00	14	歌専門。演歌、ポピュラー	年額4000円
箏	橋本石基	木 第2・第4	19:00~21:00	10	初歩から	月額1000円
傘踊り	阿部愛子	月 第2・第4	13:30~15:00	10	ひばり会。初歩から	月額2000円
グラウンドゴルフ	川口喜久恵	火・木	9:00~10:30			年額1000円
ペン習字	渡辺和枝	火 第1・第3	19:30~21:00	10	初心者から。日常の文字を練習	月額2300円



㉒昭和公民館 富山分館

種井 1856-1

問い合わせ：分館長 西森 頼夫 (☎0866-99-2560)

※不在の場合は、昭和公民館へお問い合わせください

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
グラウンドゴルフ	上野杉夫	月	8:30~10:00	20	初心者から	無料



㉓山手公民館

岡谷 151-1

休館日：月曜日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：山手公民館 (☎・Fax 0866-93-1241)

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
オカリナ	河井由美子	金 第1・第3	13:00~15:00	20	いろいろな曲を演奏。オカリナ代7000円	月額1100円
歌声サロン	星島伸江	木 第1~第4	14:30~16:20	16	いろいろなジャンルの歌を歌ってストレス解消	1回 500円
コーラス	大森友美子・小野典子	水 (月3回)	19:30~21:00	20	発表会に向けてコーラスの練習	月額3000円
3B体操	中島恵美子	木	10:00~11:30	5	ストレッチ・ダンスなど	月額2500円
3B体操ジュニア	中島恵美子	水 (月4回)	17:30~18:30	10	リズムにのってダンス、ストレッチ、体づくり	月額2000円
趣味の写真		金 第1	19:00~21:00	15	撮影要領講習・撮影計画や作品展示など	年額3000円
書道	翠鳳 (高谷貢)	火	14:30~15:30	14	漢字・かなの添削指導	月額3000円
太極拳	辰田真理子	水 第1~第4	14:00~15:30	15	初心者歓迎。第1・3は自主練習	月額2000円
大正琴	琴詠正 (神崎正子)	金 第1・第3・第4	9:30~12:00	10	童謡、民謡などを奏でる	月額2000円
山手短歌会	能見謙太郎	土 第2	13:00~15:00	5	日々の生活や体験を歌にする	月額1000円
パッチワーク	武内久枝	水 第1・第3	9:30~12:00	12	布を使ってバッグやタペストリー、小物作り	月額1500円
うぐいす会	若柳美翠・守安睦夫	水 第1・第3	10:00~12:00	8	踊り、民謡など	月額2000円
なかよし太鼓	塩尻司	木 第1・第3	16:30~17:30	25	豊かなリズム感を幼児期から育む	月額2000円
山手福山合衆太鼓 楽鼓	友野義和	金	19:00~21:00	17	練習や地域の活動に参加	月額1500円
〃 鼓楽	友野義和	土	19:30~21:00	10	太鼓に触れ合い練習に励む	月額1500円
ヨガ (昼の部)	石井恵子	木 第1~第4	14:00~15:30	10	体のほぐしを中心に簡単なポーズを実践	月額2500円
〃 (夜の部)	石井恵子	木 第1~第4	19:30~21:00	10	基礎代謝を上げ健康な体づくり	月額2500円
初歩から始めるパソコン	所司敏恵	火 第1・第3	9:30~11:30	5	文字入力・データ入力・画像の挿入と編集	月額2000円
高齢者のためのらくらくピアノ	佐藤綾子	火 第1・第3	13:00~15:00	18	ピアノを弾くことで楽しむ	月額1000円
健康笑いヨガ & 認知症予防	万代京央子	金 第1	10:00~11:30	20	みんなで一緒に笑って心身ともにリフレッシュ	月額 500円
健康体操 (心と身体の健康)	根馬和子	火 第1・第3	10:00~11:30	25	足・腰が強くなる創作体操	月額1000円

㉔清音公民館

清音軽部 1135

休館日：月曜日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：清音公民館 (☎0866-94-0131・Fax 0866-94-1002)



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
生け花	小野京苑	木 第2・第4	15:00~19:00	20	桑原豊慶流。基本花型からアレンジ。材料費別	1回1000円
	高田豊苑	木 第3	13:30~15:30	10	小原流。受講生に合った指導	月額1500円
囲碁	佐野孔一	日 第1 日 第3	9:00~17:00 13:00~17:00	20	囲碁対局。初心者指導	月額 500円
うたの会	折元純子	金 第4	10:00~12:00	30	いろいろな歌をみんなで歌う	月額 500円
日常英会話	カエル・ライト	土 第2・第4	18:00~20:00	15	日常の出来事を英語で話す	月額2000円
絵手紙	江口房二	水 第1	13:30~16:30	20	人とのつながりを絵手紙でつくる	月額 500円
		木 第2	10:00~12:00	10	初心者から	月額 500円
歌謡クラブ	村上常生	木 第2・第4	13:30~16:00	10	年3回の発表に向けて練習	月額1500円
韓国料理	徐在蘭	日 第4	10:00~12:30	10	本場韓国の家庭料理を学ぶ	1回1500円
韓国語	徐在蘭	土 第1・第3	18:00~21:00	10	初級から中級レベル	月額2000円
清音焼陶芸	山下綉雄	土 第2・第3	13:00~15:00	30	粘土、釉薬作りから。焼成費実費	年額10000円
3B体操	中島恵美子	火	13:30~15:00	15	道具を使いリズムに乗って体操	月額2000円
社交ダンス		水	13:00~15:00	20	社交ダンスレッスン	年額2000円
写真	橋高繁福	木 第1	19:00~21:00	20	写真撮影や作品の指導。初心者から	年額3000円
三味線	今川満恵	木 第2・第4 土 第2・第4	13:00~15:00 9:30~10:30	5 5	藤本流。民謡、三味線、端唄	月額4500円
手芸	小原久美子	金 第2	13:00~17:00	10	小物作品から布を使った作品まで	月額 500円
書道	赤木玉苑	火 第1 水 第4	13:00~15:00 13:00~15:00	10 10	かな、漢字、ペン字、実用書の添削指導	月額2000円
大正琴	赤木絢子	水 第2・第4	9:30~11:30	10	初級からの教本を復習しながら演奏	年額 500円
短歌	三鼓奈津子	金 第1	13:00~15:00	10	龍短歌会。初歩から	月額1500円
ダンスサークル	長谷川節子	金	13:30~15:30	20	社交ダンス。初級から中級	1回 500円
ちぎり絵	野口明子	火 第2	9:30~11:30	10	ちぎり絵を制作	1回 500円
パソコン	渡辺真由美	火 第1・第3 金 第1・第3	9:00~12:00 9:30~12:00	10 9	決めたテーマに沿って主体的に学ぶ	月額1000円
パッチワーク	赤阪雅子	土 第2・第4	14:00~16:00	25	バッグや小物、タペストリーなどの制作	月額2500円
漢字書道	鎌野紅村	土	19:00~21:00	10	実用書道、漢字書道	月額2000円
民謡	今川満恵	火 第2・第4 土 第2・第4	9:30~11:30 10:30~11:30	10 10	日本の民謡	月額2500円 月額3000円
民謡	二階堂千代	金 第2・第4	9:30~12:00	10	全国各地の民謡に合わせて踊る	月額1000円
ヨガ	中島裕子	水	10:00~12:00	15	いつまでも若々しい体づくりと心のほぐし方	月額2000円
らくらくピアノ	佐藤綾子	火 第1・第3	9:30~12:30	20	中高年を対象に、キーボード・ピアノレッスン	月額1000円
チャンゴ	曹永姫	木 第2・第4	18:00~20:00	15	韓国の伝統的な打楽器チャンゴで演奏	1回1000円
太極拳	上田聡子	金 第2・第4	13:30~15:00	15	生涯スポーツに最適	月額1500円
やさしいエアロ	伊代葉子	水	10:00~11:00	15	初心者でも安心なエアロビクス	月額2800円



⑳サンワーク総社 (総社市勤労者総合福祉センター)

駅南一丁目5-7
休館日:月曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)
問い合わせ:サンワーク総社 ☎0866-93-8807

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
バドミントン(初級A)	森山伸一	火 第1・第3	19:00~21:00	20	基礎練習やゲーム	月額100円
卓球(中級)	大森正志	火 第2・第4	13:00~16:00	23	経験者。試合可能レベルの人	半年2000円
3B体操	小野峯子	火 第1・第3	10:00~11:30	15	若さを保つ健康体操。自主練習あり	月額1000円
大正琴	中川晴子	火 第1・第3	9:30~12:00	20	琴伝流。初心者から。随時募集。教材費実費	月額1800円
茶道	塩津宗春	火 第1・第3	9:30~12:00 18:00~20:30	10	裏千家。男女を問わず初心者から経 験者まで。材料費実費	月額2000円
漆芸・金継ぎ	井上みゆき	火 第2・第4	10:00~12:00	10	初歩から。材料費実費	月額3000円
バドミントン(初級B)	秋山忠明	水 第1・第3	9:00~12:00	20	初心者から。基本からゲームまで	年額1000円
バドミントン(中級)	秋山夏男	水 第2・第4	19:00~21:00	15	3年以上の経験者。ゲーム	年額1200円
詩吟	本行駿世	水 第2・第4	13:30~15:30	10	発声練習と健康維持	月額2000円
着物着付け	黒田澄恵	水 第2・第4	19:30~21:00	20	初心者から。日本の伝統美、和の心を習得	月額2000円
ソフトバレーボール	川西岸夫	木 第1・第3	19:00~21:00	20	初心者から。ゲーム	月額200円
レクダンス	土井脇典子	木 第1・第3	9:30~12:00	40	簡単な説明で大人は誰でもすぐに踊れる	月額300円
太極拳	徳永幸枝	木 第2・第4	13:30~15:30	30	初心者から。健康維持。見学可	月額1000円
オカリナ・フレンズ	河井由美子	木 第2・第4	19:00~20:30	20	オカリナでいろいろな曲を演奏	月額1200円
卓球(初級)	原瀬孝博	金 第1・第3	19:00~21:00	20	初心者から。球代半年200円	月額300円
書道	浅沼旭峰	金 第1・第4	18:00~19:30	20	初歩から作品制作まで。漢字・かな・細字・硬筆	月額2000円
新技法色えんぴつ画	岩田哲也	金 第2・第4	13:00~16:00	15	日本の色鉛筆画をリードする教室。材料費実費	月額3000円
絵画	高木洋子	土 第1・第3	14:00~17:00	15	初心者から。水彩、油彩、アクリル で制作。材料費年額3000円	月額1000円
囲碁	栢野正弘	土 第1・第3	13:00~17:00	20	5級~四段位レベルの人に手筋と布 石を紹介。材料費年額1500円	年額4000円
スポーツ吹矢	原田令子	日 第2・第4	13:30~16:00	20	初心者から。腹式呼吸で心と体をリフレッシュ	1回500円



㉑働く婦人の家

総社三丁目15-1
休館日:月曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)
問い合わせ:働く婦人の家 ☎・Fax 0866-93-1180

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
生け花	太田文江 赤澤香慶	火 第2・第4 木 第2・第4	13:00~17:30 10:00~12:00 17:00~20:00	20	小原流 草月流	月額1500円 月額2000円
ボトルフラワー	高杉郁子	火 第2	9:30~12:00	15	ドライフラワーをガラス容器にアレンジ	月額1000円
茶道	岩佐宗愛	火 月4回	13:00~15:30	10	裏千家	1回1000円
フラダンス	南部美香	火 第1・第3	13:30~15:00	20	ハワイの音楽で簡単な動作で踊る	月額3630円
ズンパキッズ	島内章子	火 第1・第3・第5	18:20~19:20	25	世界中の音楽でダンスやゲーム	1回500円
ヨーロッパフラワー アレンジメント	深見真由美	水 第3	9:30~11:30	10	基礎から。花を暮らしの中に取り入れる	月額1500円
楽しくクッキング	人見典恵	水 第2 水 第3	10:00~13:00 10:00~13:00	16	管理栄養士と作る健康のための毎日の食事	月額1000円
パッチワーク	岩崎和美	水 第1・第3 水 第2・第4	13:00~16:00 13:00~16:00	12	暮らしを彩る作品を作る	月額2000円
書道	浅沼旭峰	水 第1・第2・第4	17:30~19:00	15	初歩から作品作りまで。漢字・かな・ 細字ペン(10~3月は16:30~)	月額3000円
楽しいキーボード	村山育子	木 第2・第4	9:30~11:00	10	音楽の好きな人、演奏したい人	1回1000円
大正琴	村山育子	木 第2・第4	13:30~15:30	10	音楽の好きな人、演奏したい人	月額3500円
リズム&ストレッチ	日高早苗	木 月4回	13:00~14:30	25	音楽に合わせて体幹を鍛える	月額2500円
フィットネス3B	柴倉孝子	木 月4回	19:00~20:50	15	音楽に合わせて体を動かす	月額3500円
手編み	浅野間静代	金 月4回	10:00~12:00	15	基礎から学ぶ	月額2000円
日本舞踊	藤間勘嗣康	金 第2・第3	13:30~17:00	5	藤間流。初歩から	月額2000円

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
ヨガ	石井恵子	金 月4回	19:00~20:30	15	深い呼吸で体と心をリフレッシュ	月額2500円
クラシックバレエ	高本玲子	水 月4回 金 月4回	15:00~20:45 16:00~18:45	50	強い心と美しい体づくり(4歳~)	月額5000円
Kid's English	瀧川マリナ	金 第1~第3	18:00~19:00	10	ゲームを通して英語を学ぶ(小学生)	月額2000円
箏曲	狩野章定	土 月4回	9:00~19:00	12	生田流。レベルに合わせて初歩から個人指導	月額4000円
絵手紙	谷藤正美	土 第3	9:30~11:30	24	絵のついた手紙を描き贈る	月額1100円
季節の料理	治部祐里	土 第4	10:00~13:00	16	季節の家庭料理や外国の料理、お菓子づくり	月額1000円
らくらく3B	柴倉孝子	土 月4回	10:00~12:00	15	音楽に合わせて無理なく体を動かす	月額3500円
あみもの	水野美智子	土 月3回	13:30~16:00	10	初心者から。手持ちの糸で編む	月額2000円
チャイルドモダンダンス	日高早苗	土 月4回	15:00~20:50	50	続ける大切さと柔軟性をつける	月額2500円
そば打ち	松森徹	土 第1・第3	13:30~16:00	6	手打ち8回コース	1回1500円
トールペイント	永田重子	土 第2 日 第4	9:30~12:00 9:30~12:00	10	木・布・ブリキなどにペイントして 作品づくり	1回1000円
水彩画	大平和朗	日 第2・第4	9:30~12:30	15	静物画や風景画を描く	1回1000円

㉒勤労青少年ホーム

中央三丁目1-102
休館日:月曜日、年末年始(12月29日~1月3日)
問い合わせ:勤労青少年ホーム ☎・Fax 0866-92-8371



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
ちびっこ吹奏楽 (SKYM)	熊澤利紀・板谷信昭・ 小原敏彦	日	9:00~12:00 11:00~12:00	20 5	小学3年生から6年生までの吹奏楽 ちびっこフルート(幼~小2)	月額3000円
子ども生け花	皆木豊椒	土 第2	13:30~15:00	5	小学生から高校生まで。花代約800円	実費
吹奏楽	熊澤利紀	水・土	18:00~21:00	若干名	各パートに分かれて練習	月額1500円
陶芸	風早昇源	土 第1・第3	13:30~15:30	5	備前焼・信楽焼の作品作り。基礎から	年額2000円
サクソフォーン	金平晴代	火 第2・第4	18:00~21:00	若干名	基礎から。中学生から。高校生以下半額	1回2000円
写真	風早昇源	日 第4	13:00~15:00	若干名	基礎から	年額3000円
社交ダンス	森谷恵子	木	19:00~21:00	10	初歩から	1回1000円
合唱	大山敬子	土	17:00~21:00	50	中学生以上	月額1000円
こども神楽	備中神楽総社社中	木	18:00~21:00	20	備中神楽の稽古	月額1000円
ズンバ	島内章子	水	19:30~21:00	20	ラテンのリズムでダンスフィットネ ス。中学生以上(ストレッチ15分)	1回600円

㉓上林会館

上林303-1
休館日:土・日曜日、祝日、年末年始(12月29日~1月3日)
問い合わせ:上林会館 ☎・Fax 0866-93-0812



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
3B体操	守安美鈴	月 第1~第4	13:30~15:00	20	初歩から	月額2500円
卓球		月・火・木	9:00~11:30			
卓球(なかよし卓球II)		火	13:00~16:00			
卓球(雪舟卓球)		水・金	9:00~11:00		初歩から	無料
卓球(水曜卓球)		水 第2・第4	13:00~16:00			
卓球(フレンド卓球)		木	13:00~16:00			
卓球(金曜午後卓球)		金	13:00~16:00			



㊹常盤集会所

三輪 1256-1

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：常盤集会所 ☎・Fax 0866-93-5810

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
美文字レッスン	岩尾涼花	水 第1・第3 木 第1・第3	10:00～11:30	10	暮らしに役立つ実用ボールペン・筆 ペン・毛筆・小筆。初心者から	月額1000円
編み物	佐藤由利子	水 第2～第4	13:00～16:00	10	初歩から。自分が編みたい物を編む	月額2500円
わくわく いきいき体操	伊藤陽子	水（月4回）	13:00～14:30 14:30～16:00	20 20	脳・筋トレで体力づくり	月額2000円
歌声サロン	星島伸江	火 第1～第4	10:00～12:00	10	歌を歌ってストレス解消	1回 500円
着物着付け ラジオ体操&ストレッチ	林真佐子	木 第2・第4 月～金	10:00～12:00 9:30～10:00	10	鏡を見ず一人で着れるように 自由参加	1回1000円 無料

㊺ふれあい工房山手

地頭片山 148

問い合わせ：総社市社会福祉協議会 山手事務所

☎ 0866-93-5518 ・ Fax 0866-93-9252



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
陶芸	川田良子	水 第2・第3	13:00～16:30	15	陶芸教室	月額1000円
木工	北村友昭	月 第2・第4 火 第2・第4	13:00～15:00 13:00～15:00	8 8	木工教室。入会金2000円。保険料 年額800円	月額 500円



㊻中原会館

中原 1005-6

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：中原会館 ☎・Fax 0866-93-5190

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
硬筆・習字	佐野憲風（恵子）	水・金	15:30～19:00		基礎練習から	月額3500円
フラワーアレンジメント	岩佐扶美	火 第3	10:00～12:00	10		月額2000円
そろばん	道廣正恵	火・水	15:30～18:30	20	年中から。そろばんの基礎	月額5000円
民謡	高井時善	木 第2	15:00～16:30	15	日本民謡	月額1500円
パソコン	大府美智子	水 第2	13:30～15:30	10	基礎から	月額1000円



㊼長良文化センター

長良 336

休館日：土・日曜日、祝日、年末年始（12月29日～1月3日）

問い合わせ：長良文化センター ☎・Fax 0866-93-5653

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
囲碁		月（月4回）	13:00～16:30	10		無料
歌声サロン	星島伸江	金 第1・第3	10:00～11:30	10	いろいろなジャンルの歌を歌いストレス解消	1回 500円
そば打ち同好会		木 第2	9:00～13:00	若干名	そばを打ち味わう。材料持参（共同購入可）	無料
はじめての パン作り	岩佐彌生	水 第1 水 第3 水 第4	9:30～14:30 9:30～14:30 9:30～14:30	若干名 若干名 若干名	教材費込み	月額2000円
健康マージャン教室		月 第1・第3	13:00～16:30	若干名	認知症予防・脳の活性化	無料
昭和歌謡同好会		火 第2・第4	14:00～16:00	10	昭和歌謡を楽しみ、ストレス解消・健康維持	無料
昭和歌謡を楽しむ会		火 第1・第3・第5	13:30～16:00	10	昭和歌謡を歌い語り、健康維持とストレス解消	無料
色々な楽器を楽しむ会	棚屋雅典	金 第1	14:00～16:00	10	平易なジャズやポップス曲を中心に（楽器各自持参）	無料
元気にラジオ体操		月～金	9:30～10:00		ラジオ体操で生涯現役・生涯健康生活を	無料
らく楽ヨガ	尾上君子	月 第1～第4	10:00～11:30	10	深い呼吸で体をほぐして健康に	1回 700円
華道	永下容子	水 第2・第4	10:00～12:00	10	池坊。材料費1回1000円	月額1500円
絵手紙	谷藤正美	水 第2・第4	13:00～15:00	15	心を込めて描く	月額2200円
詩吟	渡辺岳泉（良二）	水 第1・第3	15:00～17:00	10	漢詩・短歌・俳句・歌謡吟	月額1500円
美文字レッスン	岩尾涼花	金 第2・第4	15:00～16:30	10	暮らしに役立つペン習字・毛筆	月額1000円