

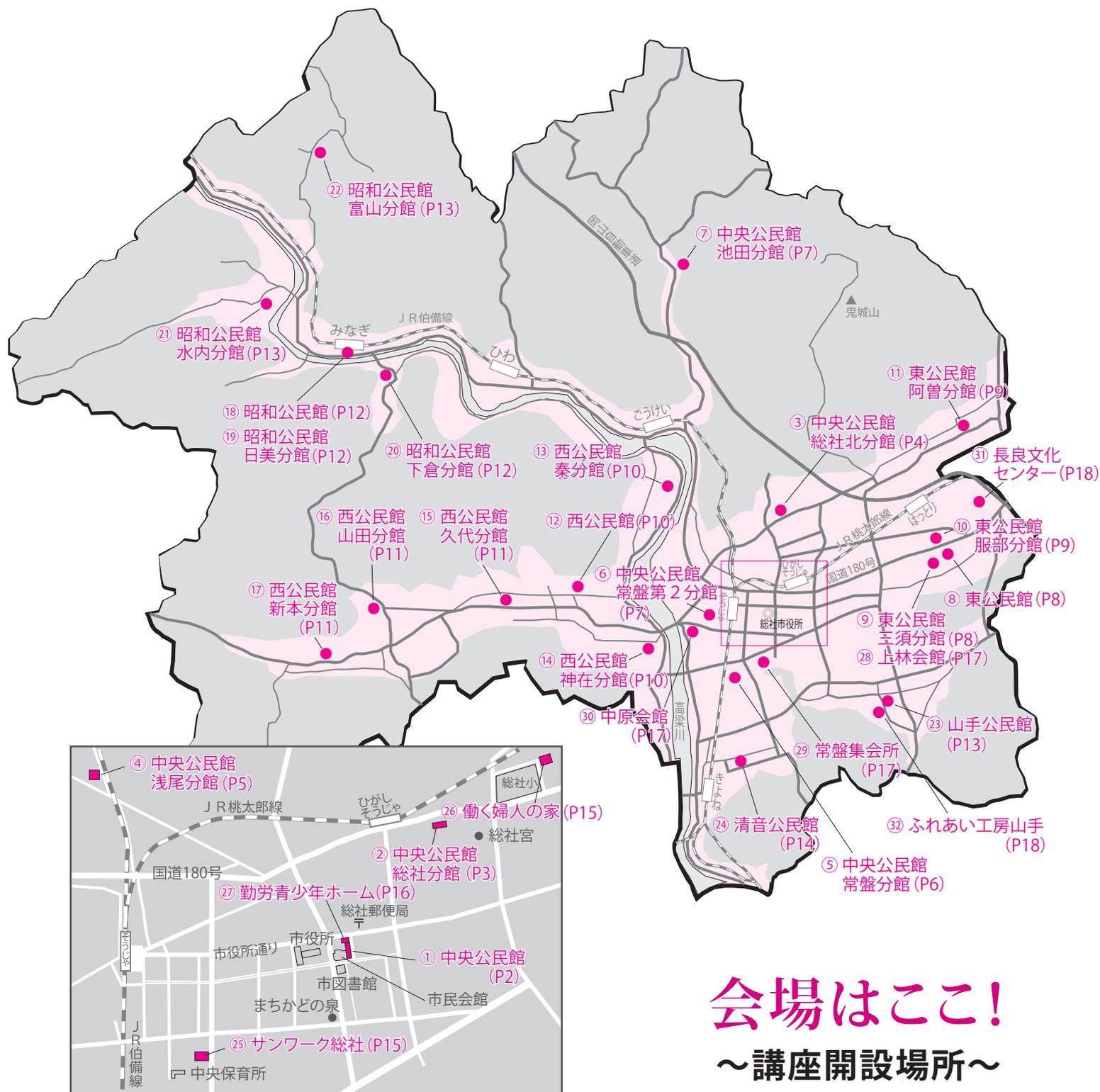
お気に入りの講座に申し込みを！

講座特集



令和5年度
広報そうじゃ
別冊
保存版

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~

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在勤の人
申込期間 3月1日(水)から21日(祝)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

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）



講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費	
書道	浅沼旭峰（君生）	火	第1・第4	10:00～14:00	30	漢字とかなの初歩から	月額 2000円
ペン習字	佐々木一壽（新）	木	第2・第4	18:30～20:30	15	脳活しながら美文字を目指す	月額 3010円
子ども硬筆・筆ペン習字	山崎春香（良枝）	火	第1・第3	16:15～19:45	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
編み物	野上シゲ子	水	第1～第3	10:00～12:00	20	古いセーターなどの編み直し	月額 2500円
囲碁	栢野正弘	土	第2・第4	13:00～17:00	20	3段以下の置碁や互戦の布石と死活・手筋解説	年額 4000円
水墨画	船倉誠月（誠）	火	第2・第4	9:00～16:00	12	初心者から。墨の濃淡で表現し楽しく学ぶ	月額 2000円
華道	佐藤春湖（泰子）	水	第2・第4	13:30～15:00	20	草月流。花と向き合い新しい表現を見つけ笑顔になる	月額 2000円
	皆木豊俣（俣子）	金	第2・第4	17:00～20:00	12	小原流。伝統文化を大切に基本から上級まで	月額 2000円
	行藤晶月（晶子）	金	第2・第4	17:30～20:00	10	歴史ある池坊いけばなを学ぶ	月額 2000円
市民コーラス	谷口美佐子	土	第1～第3	13:30～15:00	20	懐かしく優しい曲を歌う	月額 3000円
コーラス宙（そら）	多田敏恵	金	第2・第4	13:30～15:30	53	童謡、叙情歌、クラシックなどを歌う	月額 1000円
俳句	浮田雁人（岩夫）	土	第2	12:30～16:00	15	吉備路句会。句を持ち寄り研さん	月額 1000円
	奥山登志行	日	第2	13:30～16:00	25	総社俳句会。初心者から経験者まで	月額 1000円
英会話	山田昌宏	火		10:00～11:30	15	外国の人と簡単な会話ができるよう学ぶ	月額 2000円
	ラファエル・ホーキンス	火		19:30～21:00	18	オーストラリア人の先生と英会話	1回 510円
中国語	田明霞	土		13:00～15:00	15	中国語会話、検定問題集、中国の話	1回 750円
ヨガ	清田玲子	火	第1～第4	9:15～11:00	16	体のほぐしと簡単なヨガのポーズ。体験参加可	月額 2500円
将棋	西洋一	日		9:30～16:30	32	実戦形式やリーグ戦	年額 7000円
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	1回 500円
詩吟	渡辺岳泉（良二）	水	第3	16:30～18:30	10	山陽岳風会。自作の短歌・俳句、歌詠吟などの練習	月額 500円
	田辺通照（博通）	木	第1～第4	19:00～21:00	20	鷺照吟詠会。声を出して健康づくり	月額 1500円
大正琴	大森琴奏（茂子）	水	第1・第3	9:30～12:00	11	琴奏会	月額 1800円
箏でポップスを	橋本石基	水	第1・第3	10:00～14:30	10	初心者から	月額 2000円
カラオケ		火	第1～第4	19:00～21:00	20	演歌、歌謡曲などの練習	月額 2000円
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
前結び着付け	野崎泉・濱原涼子	金	第2・第4	10:00～12:30	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
日本画	小引博子	金	第2・第4	13:00～16:00	20	基礎知識を得て技術向上に努める	月額 3000円
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
				18:30～20:30			
デンマーク手工芸タネ	岩谷登美子	水	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
切り絵	河原恵子	水	第2・第4	10:00～12:00	13	基礎から	年額 2000円
暮らしのマナー	吉井睦美	木	第4	9:30～12:30	15	日常生活に役立つマナー	月額 1000円
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
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	月額 300円
吉備路伝説を語る会	うぐいすの会	火	第3	12:00～16:00	25	伝説や昔話を語る	年額 3000円
らくらくピアノ	小池満里子	水	第2・第4	9:30～12:30	15	中高年を対象にキーボード・ピアノレッスン	月額 1500円
きもの着付け	黒川睦永（恵子）・ 細川睦初（初恵）	火	第2・第4	13:30～15:30	10	着付けを通じて着物文化に触れる	月額 2000円



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、電話番号を記入の上、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	金	19:00~21:00	4	初心者から。フォークダンス	月額 300円
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
主婦のための健康 ジャズダンス	大藪嶺子	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 水 第 4	19:00~21:00	20	簡単な説明で誰でもすぐに踊れる	月額 300円
華道	小野稔子 石井清月	月 水 第 2・第 4 木 第 2・第 4	17:30~21:00 13:00~14:00 19:30~20:30	10 若干名	池坊。初心者から上級者。遊び心からレリーフまで 桑原専慶流。初心者から基本花型、小品花まで。花代別	月額 4000円 月額 1000円
花育子どもフラワー アレンジメント	迫田めぐみ	月 第 4 水 第 2	17:00~18:00 17:00~18:00	5	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	18:00~21:00	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	年額 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 3000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
白鳳流金烏吟詠会	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	2	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	16:00~17:45	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
コーラス総社	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) 木 (月 3 回)	15:00~17:00 17:00~19:00	3 3	初歩から	月額 2000円
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
れんげザロン	赤木智子	金 第 3	8:30~12:00	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 4	18:30~20:00	10	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 水	9:00~12:00 14:00~17:00	10	即興表現をするための練習	月額 500円
ビデオクラブ	片山喜久恵	木 第 1(偶数月のみ)	13:00~17:00	5	初心者から。年齢男女不問。必要経費別	無料
滴水會館空手道 総社東道場	白神由美	土	17:00~21:00	5	空手道を通じて強い体と心を育てる	月額 3000円
パインキッズ	木村まどか	水	9:00~12:00	若干名	親子クラブの活動	年額 1200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		年額 2000円
民舞	林邦子	水 第2・第4	13:30～15:30	15	若柳流わかば会	1回 1000円
いずみ吟詩会	岡本みよし	月 第1・第3	13:00～15:00	5	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 (良二)	水 第1	16:00～19:00	15	岳風流。和歌・俳句・漢詩・歌謡吟詠の吟詠	月額 500円
お菓子教室	上田照美	月 第2 水 第4	10:00～14:00	8	家庭で作れるお菓子から伝統のお菓子まで	月額 2100円
ふれあいサロン「いずみ」	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
大正琴教室	横田通恵	木 第2・第4	13:30～15:00	10		1回 500円
アーティフィシャル フラワー教室	川崎好子	火 第3 金 第4	13:00～15:00 18:30～21:00	10		月額 3800円
パソコン教室	大府美智子	火 第1～第4	13:30～15:30	10	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 火 第2・第4	10:00～11:00	30	気軽にできる体操	無料
気功健康法	目黒やすし・宮崎裕子	水 第1・第3	13:00～15:00	10	気血の流れを良くして健康長寿。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	手元にあるだけの材料で作成	月額 500円
3B 体操	中島恵美子	水 第1～第4	19:30～21:00	10	初心者から	月額 2500円
歌声サロン	星島伸江	月 第1・第3 水 第2・第4	9:30～11:30	30	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
茶道	中田晶子	土 第1・第3	14:00～17:00	10	表千家流。茶道お稽古既習者	月額 3000円
	片山陽子・中田英徳	土 第2・第4	14:00～17:00	10	表千家流。小中高生や初心者	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	塗り絵感覚で作成。無料体験可	1回 1000円
太極拳	前田佳代	木 第1～第4	13:00～15:00	15	体のバランスを鍛える	月額 2000円
生け花	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。花代は別	月額 1500円
銭太鼓	東森素子	金 第1～第3 金 第4	9:30～11:30 13:30～15:30	15	つくし会	月額 1500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	19:00～20:00	15	初心者大歓迎	1回 500円
土ひねり	森萬太郎	日 第4	9:00～15:30	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
	川山孝治	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	9:30～13:30	14	減塩で野菜たっぷり使用。入会金 1000円	月額 500円



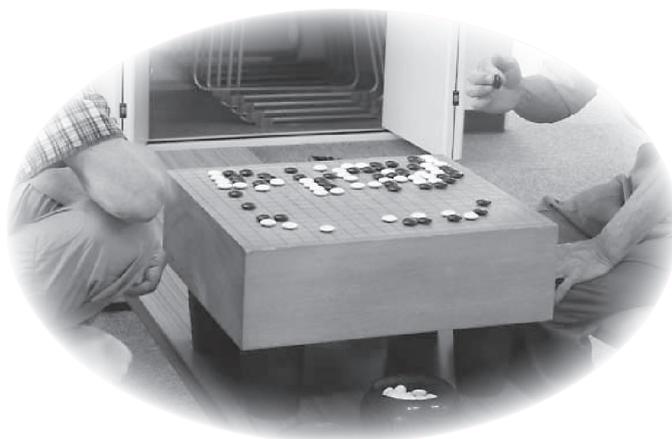


④中央公民館 浅尾分館

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
琴伝流大正琴	中川靖子	木 (月 2 回)	9:30~12:00	20	初心者随時募集	月額 1800 円
傘踊りと健康体操	平田恵美子	火 第 1 ~ 第 4	13:30~15:30	20	つゆ草の会	月額 1000 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		
		土 第 2・第 4・第 5	13:30~17:00	10		1 回 1000 円
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 4	13:00~17:00	10		年額 1000 円
パソコン	吉田護	日 第 1・第 3	13:00~15:30	10	Word、Excel、インターネットなど	1 回 1000 円
親子クラブ		火 第 3	9:00~12:00	40		年額 1200 円
コーラス	河本明子	月 第 1	9:30~12:00	35	他会場と合わせて 5 回	月額 2500 円
いきいき百歳体操	小川恵子・小倉栄子	水 第 1 ~ 第 4	10:00~11:30	25		無料
いきいき体操	大月昌子	土 第 2・第 4	10:00~11:30	20		無料
写真	森政也	水 第 3	19:00~21:00			月額 1000 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
ら〜くらくヨガ	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	
うたの会	折元純子	金 第2	10:00~12:00	20	いろいろな歌をみんなで歌う	月額 500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	
			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	
			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
		鶴藺久士	木	13:00~16:00	21		年額 1200円
		小野秀孝	金	13:00~16:00	20		年額 1200円
グラウンドゴルフ	山本英雄	金	9:00~11:00	50		年額 2400円	
ベタンク	松本稔	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	
日本習字・硬筆	西村禎水 (孝子)	土 第1~第3	15:30~17:00	15	幼児からシニアまで。教本代別	月額 2700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。パソコンに慣れることを目標	1回 1000円
フラダンス	中村ゆたか	水 第2・第4	14:00～15:30	20	のんびり楽しく踊る	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
Hip Hop 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	20	幼児期に運動する土台をつくる	10回 6000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する	半期 7500円
楽しい英会話	松野亜希子	木 第1～第4	9:00～10:00	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。紋付・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分の基礎クラスと30分の応用クラス	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	9:30～11:00	10	ボール・ベル・ベルダーを使って誰でもできる体操	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 1000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
歌声サロン	星島伸江	月 第2・第4・第5	10:00～11:30	15	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
		金 第2・第4	10:00～11:30			
キッズえいご	大島幸	木 第2・第4	15:00～15:30	8	英語で遊ぶ。幼稚園年中・年長児対象。保護者同伴可	月額 2000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・4月以降は、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
		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	6	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 1500円程度	月額 1500円
囲碁	岡周治	火	13:00～17:00	18		年額 1000円
沖縄三線	禰屋雅典	金 第2	10:00～11:30	10	沖縄の名曲を弾く	年額 3000円
男の楽しい料理	松成進一	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
華道	永下容子	金 第2・第4	14:00～16:00	8	暮らしに彩を（池坊）。材料費1回 1000円	月額 1500円
カラオケ	湯浅美佐子	土 第2・第4	15:00～17:00	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	堀公典	日 第2	10:00～11:00	10	撮影と鑑賞	年額 2000円
将棋	能勢尚夫	水 第1・第3	13:00～16:30	14		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
楽しいディスコン	平野義明	火 第3	10:00～11:00	10	室内でニュースポーツ	無料
楽しいニテレボール	大月隆昌	火 第4	10:30～12:00	20	室内版ペタンク	無料
チュッピーレクダンス	下山咲知子	金	9:30～11:30	25	楽しく踊って免疫カアップ	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	30	入会費 700円	月額 300円
パソコン	能勢尚夫	土 第2・第4	10:00～12:00	9	初歩からの Word、Excel。パソコン持参	月額 1000円
東公吟詩会	野瀬富貴男	火 第1～第3	19:00～21:00	10	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	25	音楽にのって心も体も楽しくリフレッシュ	月額 300円
ペン画	難波聖爾	水 第2	9:00～11:00	8	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	12:30～16:30	7	手芸。作品は全員で相談。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
	川上章	木・日	9:00～11:00	18	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	8:00～12:00		初歩から（三須グラウンドで）	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・4月以降は、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	10:00～14:30	15	クラフトテーブル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	遊びを取り入れ全身運動。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	13:00～15:00	12	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	音楽に合わせて体を動かす。用具費別	月額 3500円
パソコン		水	13:30～15:30	20	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・4月以降は、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 第1~第4	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	15	健康になるためのご飯づくり	月額3000円
いきいき健康 若返りクラス	大塚和実	金 (月3回)	20:00~21:00	10	筋トレ・ストレッチ、用具費別	月額3000円



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・4月以降は、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	手編み。指先を動かしながら会話も楽しむ	年額1000円
囲碁	的場榮治	水	13:00~17:00	11		月額500円
将棋	江本克三	火	14:30~17:00	8		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			
		木 第2	9:30~11:30	16	琴伝流。童謡、懐メロ、演歌など	月額1800円
	吉富憲子	土 第1・第3	12:30~16:30	10	琴修会。童謡、演歌、ポップスなど	月額3850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
	栗原玳世(トヨ子)	木 第2・第4	13:00~15:00	10	吟道光世流。初歩から	月額2000円
民舞	林邦子	水 第1~第3	13:30~15:30	20	若柳流。初歩から	1回1000円
手作りグループ	江本加代子	月 第1・第3	14:00~15:00	10	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	10	生花アレンジメント。材料費月額2000円以内	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
わくわくいいき体操	三宅貞美	火 第1~第4	10:00~11:30	20	ストレッチ、脳トレ、筋トレ。用具費初回2000円	月額2000円
にこにこ体操	守安和子	月	10:00~11:45	10	フレイル予防ストレッチ、筋トレ、脳トレ。用具費2000円	月額2000円
にこにこキッズ体操	守安和子	土	10:00~11:15	15	希望者は、うらじゃ参加あり	月額1500円
ハリペリ英会話	武田里美	月	14:00~17:00	30	遊びを通じた英語。教材費年額300円~2000円	月額2700円~
スクールキッズ英会話	武田里美	火	15:30~18:00	12	6年生対象。教材費年額3000円	月額4000円~
おきなわ空手	阿部修士	水	17:30~20:00			
		金 第1	17:30~20:00	12	沖縄小林流。形と基本	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2回）	9:00～11:00	20	初級。実用書道・ペン字・かな	月額 2000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	金池 修	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	長谷川尚美	金 第1・第3	14:30～16:00 19:00～20:30	10 10	生花で季節・行事のアレンジ。プリザーブドフラワーも	1回 700円
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	加藤千枝	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
傘踊り	阿部愛子	火 第1・第3	9:30～11:30	15	初歩から	月額 2000円
民舞	阿部愛子	火 第2・第4	9:30～11:30	15	初歩から	月額 2000円
着付け	萬代早苗	水 第1・第3 木 第2・第4	10:00～12:00 10:00～12:00	10 10		1回 1000円
陶芸同好会		水 第2・第3	10:00～16:00	10	自由制作。8月・1月は休み。材料費別	月額 500円
水彩画	青木由	水 第2	13:30～16:00	15		月額 1000円
ミュージカル 舞踊ゆめ	亀谷晃子	木 第1・第3	10:00～12:00	10	流行歌をミュージカル風に振り付けて踊る	月額 1600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	詩吟に合わせて、刀や扇子を持って踊る舞	月額 4000円
ストレッチ体操	天峰和子	金 第2・第4	19:30～20:30	15	老人向けの足腰を丈夫にし、脳トレになる体操	1回 500円
さわやか会	小原春子	火	13:30～16:30	25	カラオケ。演歌や歌謡曲を主に新曲や人気歌手の曲を歌う	月額 500円
グラウンドゴルフ	小原庄次	水	9:00～12:00	40	初心者歓迎。ゲームの基本練習から各種大会参加	月額 500円
剣舞	藤島恵集（永治）	月	19:00～21:00	5	詩吟に合わせて、刀を持って踊る舞	月額 3000円

⑭西公民館 神在分館

富原 903-1

問い合わせ：分館長 長谷川 邦生（☎ 0866-93-4841）

※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 土	13:00～19:00 13:00～19:00	15 15	個人レッスン。音色を楽しむ	月額 4000円
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 土	9:00～11:30 13:00～15:30 9:00～11:30 13:00～15:30	15 15 15 15	パソコン活用。Word、Excel、インターネットなど	月額 4500円



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	19:00~21:00	10	琴伝流。初歩から	月額 1800円
		木 第2・第4	13:30~15:30	10		
刺し子	坂本な奈	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
歌声サロン	星島伸江	土 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



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	赤木憬洲 (敏志)	木	19:30~20:30	10	関心流	月額 1500円
大正琴	津島美津子	月 第2・第4	9:30~11:30	10	琴伝流	月額 1800円
		水 第2・第4	9:30~11:30	10	琴伝流。初心者	
硬筆・毛筆	赤澤東洞 (泰二)	金	15:00~16:30	10	大人	月額 2500円
			16:30~18:30	15	幼稚園児から中学生まで	
		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
ポーセラーツ	高橋直美	火 第3	13:30~15:30	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
絵画教室	鈴木幹雄	金	第2・第4 13:30～16:30	5	水彩、油絵など。教材費 500円	月額 1000円
親子図工クラブ		日	第3 13:00～16:30	若干名	幼児から小学生まで。材料費実費	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 12:30～15:30	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	アイデアを持ち寄り、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
七草句会	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	若干名	アカペラコーラス	月額 100円
令和皐月短歌会	岡田紀子	水	第3 13:30～16:00	10	短歌	月額 1000円
習字	井上司献（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）

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
大正琴	若原美津子	水	第2 13:00～16:00	10	初心者から。アンサンブルの練習	月額 1000円



⑳昭和公民館 水内分館

原 2167-1

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
編物教室	大椿貞子	木 第1・第3	9:00~12:00	10	手編み	月額 1500円
コール維新	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
民踊	若柳美翠	水 第1~第4	14:00~15:30	10	初歩から	月額 1500円
子ども民踊	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	14:00~17:00	13	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 2400円



㉑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



㉒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	16	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	9:30~11:30	30	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・大森美幸	水 第1~第3	19:00~21:00	20	曲を決め発表会に向けて練習	月額 3000円
3B 体操	中島恵美子	木	10:00~11:30	7	ストレッチ・ダンスなど	月額 1500円
3B 体操ジュニア	中島恵美子	水 第2・第4	16:30~17:30	10	ダンス、ストレッチ、体力づくり	月額 1500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	12	漢字・かなの添削指導	月額 3000円
太極拳	信定洋子	水 第1~第4	14:00~15:30	20	初心者歓迎。楽しく健康づくり。第1・3は自主練習	月額 1500円
山手短歌会	能見謙太郎	土 第2	13:00~14:30	10	日々の生活や体験を歌にしてみよう	月額 1300円
パッチワーク	武内久枝	水 第1・第3	9:30~12:00	11	バッグやタペストリーを制作。材料代は各自負担	月額 1500円
うぐいす会	若柳恵翠・守安睦夫	水 第1~第4	10:00~12:00	8	踊り・民謡など楽しく練習	月額 2000円
なかよし太鼓	塩尻司	木 第1・第3	16:30~17:30	20	豊かなリズム感は幼児期から	月額 2000円
山手福山合戦太鼓 楽鼓	友野義和	金	19:00~20:50	20	練習や地域の活動に参加	月額 1500円
〃 鼓衆焔	友野義和	土	19:30~20:50	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实践	月額 2500円
〃（夜の部）	石井恵子	木 第1~第4	19:30~21:00	10	ヨガの呼吸法と体ほぐしで若々しい体づくり	月額 2500円
やさしいパソコン	所司敏恵	火 第1・第3	9:30~11:30	8	Word、Excelの初歩から楽しく学ぶ	月額 2000円
中高年から始める らくらくピアノ	佐藤綾子	火 第1・第3	13:00~15:00	20	初心者でもゆつくり楽しい講座	月額 1500円
健康笑いヨガ &認知症予防	万代京央子	金 第1	10:00~11:30	25	みんなと一緒に笑って、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	10:00~11:20	22	創作体操で足・腰を強くする	月額 1000円
着付け	宮本史子・剣持江利奈	土 第1・第3	10:00~12:00	20	浴衣から留袖までの着付けと着せつけを学ぶ	月額 2000円
チャンゴ	曹永姫	木 第2・第4	15:00~17:00	10	韓国の伝統的な打楽器チャンゴを演奏	月額 2000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	桑原専慶流。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	9:00～17:00	20	囲碁対局。初心者の指導	月額 500円
		日 第3	13:00～17:00			
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楽しんで歌う	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	日頃の体験などを英語で話す	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	20	初心者から。親切に指導	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	12	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	18:00～20:40	10	中級レベル。韓国語の会話・文法を学ぶ	1回 1000円
清音焼陶芸	山下綉雄	土 第2・第3	13:00～15:00	30	粘土、釉薬作りから焼成まで	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	橘高繁福	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	13:00～15:00	5	藤本流。民謡、三味線	月額 4500円
		土 第2・第4	9:30～10:30	10	藤本流。三味線	
手芸	小原久美子	金 第2	13:00～17:00	10	小物作品や布を使った作品など	月額 500円
書道	赤木玉苑	火 第1・第4	13:00～15:00	15	仮名、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	初級からの教本を中心に練習	年額 500円
短歌	三鼓奈津子	金 第1	13:00～15:00	10	初歩からの短歌講座	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	9:30～12:00	10	決めたテーマに沿って主体的に学ぶ	月額 1000円
		金 第1・第3	9:30～12:00	10		
パッチワーク	赤阪雅子	土 第2・第4	14:00～16:00	25	基礎を学びながら、自分の好きな物を作る	月額 2500円
漢字書道	鎌野紅村	土	19:00～21:00	10	漢字書道、実用書道	月額 2000円
民謡	今川満恵	火 第2・第4	9:30～10:30	10	日本の民謡	月額 2500円
		土 第2・第4	10:30～11:30	10		月額 3000円
ヨガ	中島裕子	水	10:00～11:30	15	ヨガで楽しく美しく体を使う	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 1500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
シニアの男磨き教室	Gacchi(小林綾)					
	若林真由美	水	10:45～11:45	10	週替わりの講師でダンスやストレッチなど	月額 2000円
	MSK(田中誠己)					





㊤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	20	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	中川靖子	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 10	裏千家。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	9:30～11:30	40	簡単な説明で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	初心者歓迎。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。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



㊤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	火 第2・第4	13:00～17:30	20	小原流	月額 1500円
	赤澤香慶	木 第2・第4	10:00～12:00 17:00～20:00	20	草月流	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 第1～第3	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	13:15～14:45	20	ハワイの音楽で簡単な動作で踊る	月額 3630円
ズンバキッズ	島内章子	火 第1・第3	18:30～19:30	20	世界中の音楽でダンスやゲーム	月額 1200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	花のある暮らしのアイデア	月額 1500円
楽しくクッキング	人見典恵	水 第2	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
		水 第3	10:00～13:00	16		月額 1000円
パッチワーク	岩崎和美	水 第1・第3	13:00～16:00	12	暮らしを彩る作品を作る	月額 2000円
		水 第2・第4	13:00～16:00	12		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 (学生可)	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	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
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	15:00～20:45	50	強い心と美しい体づくり (4歳～)	月額 5000円
		金 月4回	16:00～18:45			

講座	講師	曜日	時間	定員	内容	会費
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	自分の手で打つ 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

②7 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	皆木豊俣	土 第 2	13:30~15:00	5	小学生から高校生まで。花代約 800 円	無料
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	風早豆源	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
サクソフォン	金平晴代	火	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	風早豆源	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 2000 円
こども神楽	備中神楽総社社中	木	19:00~21:00	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。未経験者も可	1 回 700 円





⑳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(フレンド卓球)		木	13:00～16:00			
卓球(金曜午後卓球)		金	13:00～16:00			



㉑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	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	加藤千枝	水(月4回)	13:00～14:30 14:30～16:00	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3 火 第2・第4	10:00～11:30	10	歌を歌ってストレス解消	1回 500円
着物着付け	林真佐子	木 第2・第4	10:00～12:00	10	鏡を見ず一人で着れるように	1回 1000円
ヨガ	尾上君子	火 第2・第4	14:00～15:00	10	深い呼吸で体と心をリフレッシュ	1回 700円
ラジオ体操&ストレッチ		月～金	9:30～ 9:50		自由参加	無料



㉒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	13:30～15:00	10	基礎から。簡単なスマホ操作も	月額1000円
英検・漢検・数検	秋山洋子	木	16:00～19:00	10	検定合格を目指す。一人1時間	月額3000円

③1 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
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
ニューススポーツを楽しむ会		月 第1・第3	10:00～11:30	10	ディスコン・ニチレクボールなどで健康維持	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
囲碁同好会		月（月4回）	13:00～16:30	10		無料
健康マージャン教室		月	13:00～16:30	若干名	認知症予防・脳の活性化	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
昭和歌謡同好会		火 第2・第4	14:00～16:00	10	昭和歌謡を歌い、ストレス解消・健康維持	無料
はじめてのパン作り	岩佐彌生	水 第1	9:30～14:30	若干名		
		水 第3	9:30～14:30	若干名	材料費込み。ふっくらとしたパン作りを楽しむ	月額 2000円
		水 第4	9:30～14:30	若干名		
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
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
カラオケを楽しむ会		木 第1・第3	13:30～16:00	10	カラオケを楽しみ、ストレス解消	無料
そば打ち同好会		木 第2	9:00～12:00	10	そばを打ち味わう。材料持参（共同購入可）	無料
新古美術研究同好会		木 第3	10:00～12:00	10	美術品を持ち寄り、鑑賞・研究する	無料
カラオケ同好会		木 第2・第4	14:00～16:00	10	カラオケを楽しんで、健康保持	無料
健康トランペットを吹き隊	禰屋雅典	金 第1	10:30～12:00	若干名	肺活量・腹筋力の強化と脳の活性化。楽器各自持参	1回 500円
色んな楽器を楽しむ会	禰屋雅典	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
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
美文字レッスン	岩尾涼子	金 第2・第4	15:00～16:30	10	暮らしに役立つペン習字・毛筆・子ども硬筆	月額 1000円

③2 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	13:00～15:00	8		
		火 第2・第4	13:00～15:00	8	木工教室。入会金2000円。保険料年額800円	月額 500円



