

まちづくり出前講座メニュー（趣味・教養編）

テーマ	1 手工芸／2 ダンス・体操／3 芸術／4 歴史・文化 ／5 音楽／6 料理・生活
-----	--

1 手工芸

	講座名	講座内容	担当
1	編物	バックや小物、初心者でもできるものを作ります。	片岡 真砂子
2	押し花	自然の色そのままの押し花ができ、長期保存ができます。	菅野 淑子
3	日光彫教室	趣味として日光彫を楽しんでみませんか。	小松 恵美子
4	和紙押し絵	和紙を使って押し絵を作ります。	荒井 マサミ
5	プリザーブド&アートフラワー	プリザーブドフラワーを使ってアレンジしてみませんか。	飯塚 茂子
6	ソーイング	ソーイングの基本からお教えします。	野澤 洋子
7	絵手紙	一緒に楽しく絵手紙を書きましょう。	赤澤 洋子
8	陶芸	手びねりで作品を作ります。初心者でも楽しめます。	大嶋 芳子

2 ダンス・体操

	講座名	講座内容	担当
1	フラダンス	体を使ってハワイアンと一緒に踊ってみませんか。	東 恵子
2	健康体操ヘルス&トライ	体を伸ばすストレッチ、筋力をつけるダンベル、有酸素運動を音楽に合わせて楽しく行います。	神山 裕子
3	3B体操（成人）	ベルやベルダー（補助具）を使い、音楽に合わせて体を動かします。	渡辺 広子
4	3B体操（親子）		菊田 槇佐子
5	四つ竹健康おどり（雅流）	四つ竹を使って楽しく体を動かします。	広田 マリ子
6	太極拳	ゆっくりした動作で、年配の方も無理なく楽しめます。健康づくりに最適	小林 隆正

3 芸術

	講座名	講座内容	担当
1	芳光絵画	みんなで楽しく描きます。油絵にチャレンジしてみたい人にお勧めです。	沼能 宏之
2	映画鑑賞	昔懐かしの16ミリ映写機で、涙あり、笑いありの名画を上映	生涯学習係

4 歴史・文化

	講座名	講座内容	担当
1	日舞すみれ会	日本舞踊を楽しく学びます	野崎 美枝子
2	大正琴	初歩から合奏まで、親切に指導いたします。	岡野 道子
3	民謡、邦楽教室	日本の伝統音楽「民謡」や三味線、尺八を初歩から楽しく習います。	仲島 敏彦
4	お楽しみ川柳	仲間と一緒に楽しく川柳を詠んでみませんか。	七井 章治
5	民話語り	郷土が育んだ民話を方言を交えながら語り、民話の楽しさ、不思議さ、おもしろさを感じてもらう。	はが民話の会

5 音楽

	講座名	講座内容	担当
1	オカリナ	オカリナの演奏会	関本 賀代子
2	ウクレレ	ウクレレの演奏会または弾き方講座	中鉢 満

6 料理・生活

	講座名	講座内容	担当
1	男の料理教室入門	料理の基本から学びます。	小松崎 信治
2	着付け入門	着付けを学びます。着物がなくても参加できます。	野林 トシ
3	パソコン入門	Word、Excelの基礎を学びます。	野林 未勝
4	人生を楽しむ方法	人生を楽しく過ごすためのお話し	駿河 富夫