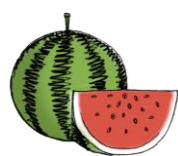


# 夏休みだ！公民館クラブ講座にチャレンジしよう！



公民館のクラブ講座に参加してみませんか。クラブ講座の先生や講座生のみなさんが、ていねいに教えてください。対象は小学生です。  
締切日のある回はその日までに、それ以外は必ず**3日前まで**にお申し込みください。**申込みなしの参加はできません。**

## ① 正道会館西崎道場 B(空手道)

〈日時〉 7月18日(土)・8月1日(土)※どちらか  
9:30~10:45 1回だけでも可  
〈定員〉 各日3人(1~6年生)  
〈持ち物〉 運動しやすい服装、タオル、飲み物  
〈内容〉 空手の的な動き、ミット(パンチ・キック)を使っての体力運動。心・身体の強さと礼儀も身に付けます。

## ② トーンチャイム

〈日時〉 7月18日(土) 11:00~11:30  
〈定員〉 10人(1~6年生)  
〈内容〉 トーンチャイムという楽器を知ってもらい、音を出してみよう。音の出し方を体験して、簡単な曲と一緒に演奏しましょう。  
〈締切〉 7月16日(木)

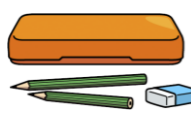
## ③ 岡山空手サークル

〈日時〉 7月19日(日)・8月2日(日)※どちらか  
10:00~12:00 1回だけでも可  
〈定員〉 各日10人(1~6年生)  
〈持ち物〉 動きやすい服装、タオル、飲み物  
〈内容〉 準備体操・空手の基本・ミット打ちを中心に体験します。板割りも希望者には行いますので、お気軽にお越しください。  
〈締切〉 7月17日(金)

## ④ 正道会館西崎道場 A(空手道)

〈日時〉 7月21日(火)・8月4日(火)※どちらか  
18:15~19:30 1回だけでも可  
〈定員〉 5人(1~6年生)  
〈持ち物〉 動きやすい服装、タオル、飲み物  
〈内容〉 基本・型・ミット(パンチ・キック)・体力運動。心・身体の強さと礼儀も身に付けます。

## ⑤ 実用ペン習字

〈日時〉 7月23日(木) 13:00~13:40  
〈定員〉 5人(4年生以上)  
〈持ち物〉 筆記用具   
〈内容〉 字がきれいに書けるように練習します

## ⑥ 妹尾たか子着物学園

〈日時〉 7月23日(木) 18:30~20:00  
〈定員〉 なし(1~6年生)  
〈持ち物〉 浴衣または着たい物  
〈内容〉 お母さんか大人の方と一緒に浴衣か帯の結び方を楽しんでください。  
〈締切〉 7月18日(土)

## ⑦ ジャズボーカル入門

〈日時〉 7月26日(日) 10:00~12:00  
〈定員〉 なし(1~6年生)  
〈内容〉 ジャズの曲をカタカナの歌詞を見て、一緒に歌ってみましょう。

## ⑧ ピンポンクラブ

〈日時〉 7月27日(月) 14:00~15:00  
(5分前集合)  
〈定員〉 10人(3年生以上)  
〈持ち物〉 体育館シューズ、タオル、ラケット(あれば)飲み物(水、お茶)  
〈内容〉 ラケットを握って実際に球を打ってみる卓球のルールを教えます


## ⑨ 手づくりミュージカル「ドラネコ座」

〈日時〉 7月28日(火) 10:00~12:00  
〈定員〉 なし(1~6年生)  
〈内容〉 自分たちで考えたミュージカルの歌やダンス、お芝居の練習を見学できます。  
〈持ち物〉 上ぐつ、飲み物

## ⑩ 正道会館西崎道場 C

〈日時〉 7月28日(火) 18:15~19:30  
〈定員〉 5人(1~6年生)  
〈持ち物〉 運動しやすい服装、タオル、飲み物  
〈内容〉 空手の基本的な動き、ミット(パンチ・キック)を使っての体力運動。心・身体の強さと礼儀も身に付けます。

## ⑪ 折り紙クラブ

〈日時〉 8月1日(土) 10:00~15:00   
〈定員〉 なし(1~6年生)  
〈内容〉 簡単なおれる色々な折り紙を体験しましょう。


## ⑫ 絵手紙クラブ

〈日時〉 8月4日(火) 13:00~14:00  
〈定員〉 6人(1~6年生)  
〈持ち物〉 夏野菜、水彩絵の具セット  
〈材料代〉 200円 **※当日集金**  
〈内容〉 夏のお野菜を書いて大切な人に届けましょう。

## ⑬ からだコンディショニング

〈日時〉 8月6日(木) 10:15~12:00  
〈定員〉 2人(1~6年生)  
〈持ち物〉 動きやすい服装、バスタオル・フェイスタオル各2枚  
〈内容〉 筋肉を正しく使えるように整える運動です。姿勢が良くなったり、スポーツが好きな人にはケガの予防にもなります。  
〈締切〉 8月4日(火)

## ⑭ いきいき卓球

〈日時〉 8月7日(金) 10:00~11:00   
〈定員〉 6人(1~6年生)  
〈持ち物〉 体育館シューズ、タオル、ラケット(あれば)飲み物(水、お茶)  
〈内容〉 初めての人でも、卓球の基本的な打ち方、ルールを教えます。  
〈締切〉 7月31日(金)

## ⑮ 箏・三弦を楽しむ会

〈日時〉 8月8日(土) 14:00~15:00  
〈定員〉 5人~6人(1~6年生)  
〈持ち物〉 なし  
〈内容〉 みんなと一緒に箏を弾いてみましょう  
〈締切〉 7月27日(月)

### 【申込み・問い合わせ】

### 岡山市立東山公民館

【開館時間】 9:30~21:00 ※日曜は17時閉館

【休館日】 水曜日、祝日

岡山市中区平井四丁目 13-33

TEL (086) 276-6202



### 【申込み方法】

- ・ **7月4日(土) 9:30**から公民館窓口のみ(先着順)で受け付けます。定員に達した時点で締切ります。  
\*お友達の代わりに申込むことはできません。
- ・ 下の申込書に必要事項を記入して、ご持参ください。

### 【講座当日は…】

- ・ 開始10分前には公民館に来てください。
- ・ 欠席される場合は、必ず公民館へ連絡してください。
- ・ 公民館への行き来は保護者の責任でお願いします。
- ・ 傷害保険には加入していません。
- ・ 各回、**上履き・飲み物**をご持参ください。
- ・ 暴風警報、特別警報発令時には、公民館の講座は中止となります。

### 令和8年度「夏休みだ！公民館クラブ講座にチャレンジしよう」申込書

ふりがな		学校名	( )小学校
お名前		学年	( )年生
住所		参加を希望するクラブ講座の番号	
電話番号 (日中つながる)			
ふりがな 保護者名			
講座中に記録写真を撮ります。公民館だより・Facebookなどに利用する場合があります。写真撮影不可の場合は右枠内に×を記入してください。			☆写真撮影☆

ご記入いただいた個人情報は、本講座のみで使用し他の目的には利用しません。

確認職員( )