

令和8年度 岡山市立京山公民館 クラブ講座 (No.1)

| No. | クラブ名 | 講師名 | 定員 | 週数 | 実施時間 | 受講料/月 | 実費/月 | 内容紹介など |
|-----|-------------------|----------------|----|--------------|----------------------------|-----------------|---------------------------|------------------------------------|
| 日曜日 | | | | | | | | |
| 1 | 京山真向法体操クラブ | 難波 欽子 榎本 聖子 | 15 | 2(日) 3(火) | 10:00~12:00 13:00~15:00 | ¥500 | ¥0 | 毎日続ければ 健康寿命が延びる股関節を ゆっくり動かすだけです。 |
| 2 | バレトン・ソールシンセシス | 阿部 絵理子 | 30 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥500 (1回毎) | ¥0 | フィットネス・バレエ・ヨガの融合プログラムで体幹を鍛えます。 |
| 3 | 混声合唱コール・スマイル | 榎本 泰雄 | 35 | 2・4 | 15:00~17:00 | ¥1,000 | ¥50 楽譜コピー代 | 歌の好きな方、日曜日の午後のひと時を共に歌って楽しみましょう。 |
| 月曜日 | | | | | | | | |
| 4 | 親子おんがくリトミック | 荻野 真由美 | 20 | 1・3 | 10:30~11:15 | ¥1,000 (親子で) | ¥500 (初回のみ) | わくわく音楽リトミック♪親子でなかよく季節や行事を楽しもう! |
| 5 | 英会話中級 | Alex Trout | 15 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 英会話を通じ外国の人と交流し、英語圏の文化に触れましょう。 |
| 6 | 京山カラオケクラブ | 参鍋 玉恵 | 15 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 発声練習からやりましょう |
| 7 | 京山民踊クラブ | 光岡 安子 | 15 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 踊りの輪は人の和! 伝統の民謡を楽しく踊ってみませんか!! |
| 8 | 京山ハーモニカクラブ | — | 12 | 1・3 | 15:15~17:15 | ¥0 | ¥100 | 自分のレベルとペースで楽しく吹いています。合奏も楽しいですよ。 |
| 9 | リレーションシップ講座 | 木庭 昌吾 | 8 | 1・3 | 17:30~19:00 | ¥0 | ¥0 | コミュニケーションスキルを身につけて良い人間関係を築こう。 |
| 10 | MaMa Dance | Tami | 20 | 2・4 | 9:30~11:30 | ¥1,000 | イベント衣装など その都度集金 | 踊ってみたい♪そこから、なりたい自分へ♪楽しく美しく健康に♪ |
| 11 | やさしいヨガ | 軸原 末子 | 15 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥0 | ゆったりとした時を、自分自身のリフレッシュの為に使いましょう。 |
| 12 | 韓国文学の時間 | 金 ヤンヒ | 25 | 2 4 | 16:00~17:30 19:00~21:00 | ¥1,000 | ¥200 | 韓国のノーベル賞受賞の韓江作家の作品と一緒に読む活動。 |
| 13 | T-Dance Kid's 入門 | Tami | 20 | 2・4 | 17:00~19:00 | ¥1,000 | イベント衣装など その都度集金 | 踊ることが好き! 舞台上で輝いてみたい!! チャレンジの1歩から♪♪ |
| 14 | 源氏物語を学ぶ会 | 平井 啓子 | 20 | 3 | 10:00~12:00 | ¥500 | 年¥1,000 | 古典を楽しく学びましょう。 |
| 15 | ハーブを楽しむ | 西村 盛子 | 20 | 3 | 10:00~12:00 | ¥500 | ¥1000前後 (ハーブ材料費) | ハーブを暮らしの中に活かし、季節に合わせて、楽しむ方法を学ぶ。 |
| 16 | 運動公園吟行句会 | 藤井 正彦 | 12 | 3 | 13:00~15:00 | ¥0 | ¥0 | 身近な場所を散策し、新たな発見や感動を十七音に凝縮してみよう。 |
| 17 | アトリエ9 (キュウ) | 河野 あき | 20 | 4 | 10:00~15:00 | ¥1,000 | 月約¥200 (モチーフ代他) | 自由に楽しく、自分の好きな画材と一緒に絵を描きませんか。 |
| 18 | 歌って♪若返り教室 (ハーモニカ) | 垂水 恵子 | 30 | 4 | 13:00~15:00 | ¥500 | ¥0 | 音楽の力を使って記憶脳をよみがえらせましょう。 |
| 火曜日 | | | | | | | | |
| 19 | 専敬華道クラブ | 小坂 薫風 | 10 | 1 | 10:00~12:00 | ¥500 | ¥1100 (花代) | 花のある生活、季節に咲く花に興味あり、花を身近に楽しんでみる。 |
| 20 | 楽しいフラワーアレンジメント | 寺島 直美 | 15 | 1 | 10:00~12:00 | ¥500 | ¥2,000前後 (花代・器) | 玄関・リビング・いろいろなアイデアをお伝えします! |
| 21 | 絵本の部屋 | — | 30 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥0 | ¥50 (一家族の参加費) | 絵本の読み聞かせやわらべうたで、楽しい時間を過ごしましょう! |
| 22 | フレッシュ3B体操 | 浮田 好美 | 15 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥5,000(初回のみ) (ボール・ベル等) | ボール・ベルターを使って音楽に合わせて、楽しく体操しましょう。 |
| 23 | 手話サークルあゆみ | — | 30 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥0 | ¥100 | あなたも、手話の魅力にはまってみませんか? |
| 24 | ゆうゆうパソコンクラブ | 小山 雄大 | 20 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥600 (教材費) | パソコンの操作を学んで、楽しく活用していきましょう。 |
| 25 | 四季を歌う会 | 生田 智子 | 30 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥100 (楽譜コピー代他) | 楽しく歌いましょう。皆、知っている歌です。 |
| 26 | フラ・アイラナ京山 | 渡辺 さえ子 | 14 | 1・3 | 19:00~21:00 | ¥1,000 | ¥1500 教材費 (CD代) | 初心者からベテランまで一緒に踊ってます。フラの曲に合わせて♡ |
| 27 | ジャズ&ポップス ボーカル | 矢野 啓三郎 | 30 | 2 | 13:00~15:00 | ¥500 | 年¥500 (楽譜コピー代等) | ジャズ・洋楽を歌いたい人、楽譜や英語が苦手でも楽しく歌えます。 |
| 28 | パンフラワー | 友貴 智美 | 10 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | 年¥1000 (材料費) | 樹脂粘土で作るお花です。美しい作品ができることを楽しめます。 |
| 29 | 京山フォークダンス | 羽様 啓子 | 20 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥0 | 心と身体の健康の為に、世界各国の曲に合わせて楽しく踊りましょう。 |
| 30 | コール・ココ | 松下 智子 | 50 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥200 (コピー代・楽譜代) | 歌うことが好きな女性の皆さん、いっしょに合唱しましょう。 |
| 31 | 3Bおやこ体操 | 岩津 久美子 | 25 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1500 (親子で) | ¥0 | 親子で楽しく体操をしましょう!! お友だちもできますよ😊 |
| 32 | ヨーロッパ宮廷舞踏入門 | 湯浅 宣子 | 20 | 2・4 | 18:45~20:45 | ¥500 (1回毎) | ¥0 | 雅な音楽に乗って色々なステップを楽しみ健康増進に励みましょう。 |
| 1 | 京山真向法体操クラブ | 難波 欽子 榎本 聖子 | 15 | 2(日) 3(火) | 10:00~12:00 13:00~15:00 | ¥500 | ¥0 | 毎日続ければ 健康寿命が延びる股関節を ゆっくり動かす体操です。 |
| 木曜日 | | | | | | | | |
| 33 | 手作りパン教室 | 大道 和子 | 11 | 1 | 10:00~13:00 | ¥500 | ¥2,500 (3か月分の材料費等) | 無添加の手作りパンと家庭料理が学べる楽しいクラブです。 |
| 34 | 京山箏曲クラブ | 木村 倫子 | 15 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥200 (琴修理・貸琴代) | 童謡から古典まで合奏します。初心者の人は個別練習あります。 |
| 35 | 楽しい絵手紙 | 広瀬 かおり | 24 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥500 (材料費) | 「絵」「字」「言葉」を楽しめる絵手紙をさあ、一緒に! |
| 36 | セルフコンディショニング | 佐々木 貴子 | 17 | 1・3 | 10:30~12:30 | ¥1,000 | ¥0 | 自分の骨格に基づいて体に必要な運動を行い筋肉の動きを整えましょう。 |
| 37 | レクリエーションダンス京山 | 瀬良 邦子 | 20 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 身体と心の健康の為に、一緒に踊って楽しみましょう。待ってます。 |
| 38 | T-Dance crew 中級 | Tami | 20 | 1・3 | 18:00~20:00 | ¥1,000 | イベント衣装など その都度集金 | 楽しく本格的なダンスレッスン♪ダンスで自己表現力をUP!! |
| 39 | 日本画 “遊” | 西崎 節子 | 19 | 2 | 13:00~17:00 | ¥1,000 | 100 事務費・お茶代 | 日本画の表現の多様さ、絵具の美しさを、実感してみてください。 |

クラブ講座とは受講生の皆さんが自主的・主体的・民主的に運営する活動です。集いの場・学びの場・仲間づくりの場である公民館で、楽しい時間を過ごしてみませんか。

まずは、お気軽に見学におこしください。(予約の必要はありませんが、実施日を変更している場合もあります。公民館へご確認ください。)

※クラブによっては記載日以外にも活動することがあり、別途受講料が発生する場合があります。見学の際に各クラブに確認してください。

岡山市立京山公民館 TEL & FAX (086) 253-8302

令和8年度 岡山市立京山公民館 クラブ講座 (No.2)

| No. | クラブ名 | 講師名 | 定員 | 週数 | 実施時間 | 受講料/月 | 実費/月 | 内容紹介など |
|------------|--------------------|----------|----|-----|-------------|--------|----------------------|---|
| 木曜日 | | | | | | | | |
| 40 | 裏千家茶道クラブ1 | 堀 宗祥 | 11 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥1,000 (抹茶とお菓子等) | 茶道の基礎を学びながら、ゆったりとしたひとときを過ごしましょう。 |
| 41 | 裏千家茶道クラブ2 | 堀 宗祥 | 10 | 2・4 | 15:30~17:30 | ¥1,000 | ¥1,000 (抹茶とお菓子等) | 茶道の基礎を学びながら、ゆったりとしたひとときを過ごしましょう。 |
| 42 | 体調改善エクササイズ | 佐々木 貴子 | 17 | 2・4 | 10:30~12:30 | ¥1,000 | ¥0 | 超低強度の有酸素運動で調子の良い体を目指すクラスです。 |
| 43 | 着装とマナー | 岩井 寿子 | 20 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥300程度(年間) | 一人で簡単に、着くずれなく、苦しくなく、装うことができます。 |
| 44 | ハワイアン フラ | 三上 智子 | 20 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 初めての方も大歓迎！みんなで楽しく踊りましょう。 |
| 45 | 洋裁クラブ(A) | 内田 良子 | 8 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥500程度 (年間) | 完成した作品を身につける日を楽しみに 一緒にがんばりませんか。 |
| 46 | 洋裁クラブ(B) | 内田 良子 | 7 | 2・4 | 15:00~17:00 | ¥1,000 | ¥500程度 (年間) | 型紙のつくり方、仮縫い部分縫い等、個々が知りたいことを教わる。 |
| 47 | T-Dance Kid's 初級 | Tami | 20 | 2・4 | 18:00~20:00 | ¥1,000 | イベント衣装など その都度集金 | 楽しく踊るために基礎から練習します。ダンスで輝く自分になろう！ |
| 48 | ラ・パレット | 河野 あき | 10 | 3 | 13:00~17:00 | ¥1,000 | ¥0 | 世界に一つだけの 自分流の絵を いっしょに描いてみませんか！ |
| 49 | ゼロからの俳句教室 | 藤井 正彦 | 11 | 4 | 13:00~16:00 | ¥0 | ¥0 | 五感を磨いて さあ句会へ！ |
| 金曜日 | | | | | | | | |
| 50 | 練功十八法・太極拳講座 | 南波 奈美枝 | 15 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | 年¥1,000 | 一緒に楽しく身体を動かしましょう。体験してみてください。 |
| 51 | 腹式呼吸セラピー | 平 真理子 | 15 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 腹式呼吸を身につけて、心も身体も元気に健康になりましょう！ |
| 52 | 中国道家医学気功B | 竹内 康栄 | 15 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | 年¥600 (活動費他) | 医学気功で免疫力を高めて病気を未然に防ぎ心と体を癒しましょう。 |
| 53 | 実用書道A | 小林 純風 | 13 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥800 (テキスト代) | 漢字・かなの基本から、実用書や作品作りまで、楽しく学びます。 |
| 54 | 実用書道B | 小林 純風 | 13 | 1・3 | 15:00~17:00 | ¥1,000 | ¥800 (テキスト代) | 気軽に見学してください。とても雰囲気の良いクラブですよ。 |
| 55 | 関西吟詩 | 大取 鷺照 | 15 | 1・3 | 19:00~21:00 | ¥1,000 | ¥0 | 大きな声をお腹から出すので ストレスの発散になり 健康にいいです。 |
| 56 | 楽しい料理クラブ | — | 15 | 2 | 10:00~14:00 | ¥0 | ¥600 (材料費) | 楽しく料理をしながら レパートリーを増やしませんか？ |
| 57 | デンマーク手芸 ダネラクラブ | 平井 寿栄 | 12 | 2・4 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | 材料費(糸・布・ コーティング剤) | 手芸の好きな方、世界に一つの作品を共に楽しみながら作りましょう。 |
| 58 | 太極拳 | 山中 孝子 | 20 | 2・4 | 10:00~11:30 | ¥1,000 | ¥0 | 毎日楽しく健康に過ごす事が最大の目標です。 |
| 59 | かんたん詩吟健康クラブ | 大取 鷺照 | 10 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 老若男女問わずにお待ちしています。楽しく仲間になりましょう!! |
| 60 | 中国道家医学気功A | 竹内 康栄 | 15 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | 年¥600 (活動費他) | 医学気功で免疫力を高めて病気を未然に防ぎ心と体を癒しましょう。 |
| 61 | 秋桜民謡会 | 長谷井 敏子 | 10 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 故郷の民謡を楽しく踊り心と体をリフレッシュしましょう。 |
| 62 | 京山将棋道場 | 河田 誠治 | 40 | 2・4 | 18:45~20:45 | ¥0 | ¥100 (参加毎) | 将棋が強い方、強くなりた方、ご参加ください。 |
| 63 | 京山俳句会 | 藤井 正彦 | 15 | 4 | 13:00~16:00 | ¥0 | ¥0 | 移りゆく季節を身近に感じ、楽しみましょう。 |
| 土曜日 | | | | | | | | |
| 64 | 将来起業できるプログラミングスクール | 中本 啓生 | 30 | 1・3 | 9:30~11:30 | ¥0 | ¥1,000 (教材費他) | https://x.gd/kyouyama をご確認ください。 |
| 65 | 京山オカリナクラブ | 大田原 徹 | 15 | 1・3 | 10:00~12:00 | ¥1,000 | ¥100 (コピー代) | 同好会の形態を経て、新生京山オカリナクラブとしてスタートです。 |
| 66 | 剣詩舞てまり | 高見 さゆり | 15 | 1・3 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | 詩吟にあわせて舞扇や刀を持って舞う日本の伝統文化です。 |
| 67 | 子ども書道・暮らしの書A | 越智 多圭子 | 30 | 1・3 | 13:00~14:30 | ¥1,000 | ¥100 (お手本・北代) | 鉛筆や筆の持ち方に気をつけて、文字を正しく書いてみませんか!! |
| 68 | 子ども書道・暮らしの書B | 越智 多圭子 | 30 | 1・3 | 14:30~16:00 | ¥1,000 | ¥100 (お手本・北代) | 鉛筆や筆の持ち方に気をつけて、文字を正しく書いてみませんか!! |
| 69 | ジュニアキッズイングリッシュ | 浅野パトリツィア | 26 | 1~4 | 9:30~10:30 | 1回¥500 | プリント資料等必要に応じて集金 | 小学生のお友達。英語で歌やゲーム、読み書きを楽しもう♪ (小学生対象) |
| 70 | 幼児英会話A | 浅野パトリツィア | 25 | 1~4 | 10:30~11:30 | 1回¥500 | ¥500 (入会時運営費) | 歌やゲームを通じて楽しく英語に触れましょう!! (4歳~6歳対象) |
| 71 | 幼児英会話B | 浅野パトリツィア | 10 | 1~4 | 11:30~12:30 | ¥2,000 | ¥1,000 (教材費・北代) | 歌やダンスをしながら、みんな笑顔で楽しく英語で遊んでいるよ☆ (2~4歳で保護者が一緒に参加) |
| 72 | Enjoy English | 西澤 千優 | 20 | 1~4 | 14:00~15:00 | 1回¥500 | ¥0 | 英語で身近な事を話合います。気軽に参加ください！ |
| 73 | 子ども絵画教室 | 上林 尚美 | 20 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥0 | いろんなコンクールに応募してます。自由にのびのび絵を楽しもう。 |
| 74 | 中国語講座 | 楊 文華 | 15 | 2・4 | 13:00~15:00 | ¥1,000 | ¥100前後 (コピー代) | 中国人留学生の講師を迎え、日常会話レベルの中国語を学びます。 |

クラブ講座とは受講生の皆さんが自主的・主体的・民主的に運営する活動です。集いの場・学びの場・仲間づくりの場である公民館で、楽しい時間を過ごしてみませんか。

まずは、お気軽に見学におこしください。(予約の必要はありませんが、実施日を変更している場合もあります。公民館へご確認ください。)

※クラブによっては記載日以外にも活動することがあり、別途受講料が発生する場合があります。見学の際に各クラブに確認してください。

岡山市立京山公民館 TEL & FAX (086) 253-8302