

令和7年度 津高公民館

# クラブ講座体験会 のご案内

津高公民館では皆様にクラブ活動の様子を知っていただくため、下記の日程でクラブ体験会を行います。この機会にぜひお越しください。

【お願い】

- ・人数把握のため、事前に申し込みをしてください。
- ・受付締め切りが早いクラブがあります。内容をよくご確認ください。
- ・持ち物をよく読んでご準備ください。
- ・参加費は当日クラブへ直接お渡ししてください。

※クラブ講座はここに挙げているほか、全部で58クラブあります。詳しくは「クラブ講座のご案内」をご覧ください。見学したい場合は津高公民館（TEL086-294-4222）までご連絡ください。

	クラブ名	日時	学習内容	持ち物	材料費
語学	中国語Ⅰ	5月12日(月) 13:30~15:30	中国語の発音や会話の練習をします。	筆記用具	なし
文芸・文学	津高文芸クラブ	4月15日(火) 5月20日(火) 6月17日(火) 13:30~15:30	31文字に思いを込めて、短歌の世界へ一歩、踏み出してみませんか。	筆記用具	なし
	春燈岡山句会	4月24日(木) 13:30~15:30	俳句で思いを伝えてみませんか。	筆記用具	なし
絵手紙	楽しい絵手紙入門	4月3日(木) 11:00~12:00	野菜を見ながらハガキに絵を書いて言葉を添えましょう。	ポケットティッシュ 雑布、野菜	200円
	初めての絵手紙	4月17日(木) 10:00~12:00	画仙紙はがきに絵手紙を書いてみましょう。	なし	30円
陶芸・工芸	陶芸クラブ	6月3日(火) 10:00~11:20	手ひねりの作陶です。好きなものを作ってみましょう	手拭きタオル エプロン	500円
	表装	4月25日(金) 5月23日(金) 6月27日(金) 9:30~15:00	表装の手順を見ていただきます	—	なし
ピアノ	中高年から始める らくらくピアノ	4月1日(火) 4月15日(火) 13:00~14:30	キーボードを触ってみましょう。指をほぐした後、テキストの曲を弾きます。	卓上キーボード (お持ちの方)	なし

	クラブ名	日時	学習内容	持ち物	材料費
楽器	フレッシュマスカット オカリナ	4月21日(月) 10:00~12:00	簡単な曲を吹いてみましょう	オカリナの 貸し出し可 (要予約)	なし
	お箏クラブ	4月11日(金) 13:00~15:00	先生が丁寧に教えて くださいます。 お箏にふれてみませんか。	—	
詩吟・ 民謡等	津高マスカット コーラス	4月5日(土) 5月10日(土) 6月7日(土) 10:00~12:00	二部または三部合唱を 一緒に歌ってみよう。	—	なし
	みんなで歌おう会	4月1日(火) 13:30~15:30	なつかしい歌を 大きな声で歌いましょう。	お茶	なし
	津高吟詩会	4月7日(月) 5月12日(月) 6月2日(月) 10:00~12:00	腹式呼吸で心と身体を 健康にしましょう。	—	なし
フラ	ハワイアンフラ	4月7日(月) 13:00~15:00	基本ステップの練習。 フラのリズムにのって楽しく 体を動かしましょう。	運動できる服装	なし
体操・ ヨガ・ 太極拳等 運動	3B 体操親子	4月21日(月) 10:00~11:00	用具を使って、音楽に合わせて 行う体操です。 <b>2歳から就園前の親子対象</b>	タオル 動きやすい服装	なし
	ストレッチ健康体操 ウェーブ	4月11日(金) 10:00~12:00	ストレッチを中心に 有酸素運動や筋力アップの 体操をします。	バスタオル 動きやすい服装	なし
	心身健康ヨガ	4月11日(金) 10:30~12:00	インドの伝統的ヨーガを みなさんで楽しみましょう。	バスタオル ヨガマット (あれば)	なし
	初心者ヨガ	4月3日(木) 10:00~11:00	「呼吸をする」ことに意識し て自分のカラダを整えます。	フェイスタオル ヨガマット (あれば)	なし
	合気道 I	5月11日(日) 10:00~12:00	合気道の基礎体験。初心者にも 丁寧に指導します。一緒に 稽古しましょう。	金具の付いてい ない、運動ので きる服装	なし
	気 功	4月3日(木) 5月1日(木) 6月5日(木) 13:30~15:00	呼吸とともにゆったりと体を 動かして、一緒に体・呼吸・ 心を整えましょう。	マット又は バスタオル 楽な服装	なし
料理	ハッピークッキング ※講座の1週間前まで受付 (各回先着2名)	4月26日(土) 5月24日(土) 6月28日(土) 10:00~13:00	お菓子や料理を作ります。 詳しい内容はお尋ねくださ い。	エプロン、 三角巾、マスク、 ふきん2枚	材料代 実費
将棋	津高将棋クラブA 津高将棋クラブB	4月5日(土) 4月19日(土) 5月17日(土) ①10:00~10:30 ②13:00~15:00	将棋を覚えたい方、強くなり たい方、お越しく下さい。	—	なし