



令和7年度 クラブ一覽表



岡山市立上道公民館
〒709-0631
岡山市東区東平島191
電話297-2377

※申込みは、公民館へ直接またはお電話でどうぞ。見学もできます。
※受付時間 9:30～21:00 (日曜日は17:00まで)

2025.1.24現在

定員の空き状況は、
×→定員いっぱいです △→あと数人で定員です

クラブ名	講師名	曜日	時間	受講料(月額)	定員	空き状況	備考
~~~~~ 書 道 ~~~~~							
1	書 道 小野 玲華	2・4月	10:30~12:00	1,000円	15	△	かな、漢字、 実用書道、硬筆 要材料代
~~~~~ 美術・手芸・手工芸 ~~~~~							
2	日 本 画 出射 満津子	1・3月	13:00~15:00	1,000円	20		要材料代
3	キルト手芸 金光 叔子	2・4月	13:00~15:00	1,000円	15		要材料代
4	はじめての水彩画 有馬 東次	4月	13:00~17:00	1,000円	15		要モチーフ代
5	絵 手 紙 中谷 典子	1・3金	13:00~15:00	1,000円	20		要材料代
6	草 木 染	3金	10:00~12:00 13:00~15:00	無 料	10	×	材料代3000円/年
7	表 装 石原 稔	2・4土	9:30~11:30	無 料	10	×	要材料代
8	備 前 焼 妹尾 義隆	1・3日	9:30~11:30	1,000円	15		要粘土代・焼代
9	洋 裁 上西 喜美子	1・3日	10:00~12:00	1,000円	10	×	要雑費100円/年
~~~~~ 着 付 ~~~~~							
10	き も の 着 付 宇垣 睦淑	2・4火	10:00~12:00	1,000円	20		初歩から実技指導
~~~~~ 華 道 ・ 茶 道 ~~~~~							
11	華 道 (専 敬 流) 小坂 薫風	2・4火	13:30~14:30	1,000円	10		花代1100円/回
12	華 道 (池 坊) 岸田 洋枝	2・4金	10:00~11:00	1回500円	10		花代800円/回
13	茶 道 (裏 千 家) 昼 片平 宗津	1・3火	13:00~15:00	1,000円	10		お水屋料 月500円
14	茶 道 (裏 千 家) 夜 藤原 宗生	1・3火	18:30~20:30	1,000円	10		お水屋料 月500円
~~~~~ 舞 踊 ~~~~~							
15	ス マ イ ル フ ラ 坂本 陽名子	2火(講師) 4火(自主練習)	10:00~12:00	500円	20		教材費500円/月
16	モ ア ニ フ ラ 高 淵 洋子	1・3金	13:00~15:00	1,000円	20		フラ 要テキスト代 500円/月
17	ウ エ リ ナ ・ ロ ケ ラ ニ 坂本 陽名子	2・4金	19:00~21:00	1,000円	20		フラ 子どもから大人 まで対象 要曲代・レシビ代 500円/回
18	ホ イ ホ イ フ ラ 房安 弘子	1土	15:30~17:30	500円	20	△	フラ 女性のみ対象 (子どもも可) 要CD代500円/随 時
19	ア ロ ア ロ フ ラ 高 淵 洋子	1・3土	18:00~20:00	1,000円	25		フラ 親子、子ど も、大人対象 要テキスト代500円 /月
20	新 舞 踊 藤間 富珠	3土	15:30~17:30	500円	10		
~~~~~ 料 理 ~~~~~							
21	手 ご ね パ ン A 松井 真由美	1木	9:30~12:00	500円	16	×	材料代500円程度
22	ケ ー キ と パ ン 松井 真由美	1木	13:00~15:00	500円	16	×	材料代500円程度
23	手 ご ね パ ン B 松井 真由美	3木	9:30~12:00	500円	16	×	材料代500円程度
24	季 節 の 和 菓 子 藤原 益子	偶数月 1金	9:30~12:00	500円	20	×	材料代500円
~~~~~ 健 康 ・ ス ポ ー ツ ~~~~~							
25	上道ノルディック・ ウォーク	1月	10:00~12:00	無 料	23	△	館外 要雑費500円/年
26	太 極 剣 多田 玉恵	1・3月	13:00~15:00	1,000円	10	△	太極拳の基礎ができ ている人

クラブ名	講師名	曜日	時間	受講料(月額)	定員	空き状況	備考	
~~~~~健康・スポーツ~~~~~								
27	さわやか卓球		1・3月	15:30~17:30	無料	22	×	要雑費200円/月
28	太極拳	多田 玉恵	2・4月	10:00~12:00	1,000円	25		
29	上道ソシアルダンス	矢部 桂	2・4月	19:00~21:00	1,000円	25		要雑費400円/月
30	ストレッチ体操	山本 枝美子	1・3火	10:00~12:00	1,000円	25		
31	いきいき小鳥の森		1・3火	10:00~12:00	無料	25		「あっ晴れ!もも太郎体操」やゲーム等要雑費500円/年
32	3B体操	渋谷 伸子	1・3木	10:00~12:00	1回500円	20	△	用具代(希望者)
33	ヨガ	大上 美佐子	1・3木	10:00~12:00	1,000円	12	×	要雑費100円/年
34	太極扇	村卸 富沙子	1・3木	13:00~15:00	1,000円	20		
35	中高年の体幹ストレッチ	西崎 裕美	1・3木	15:30~16:30	1,000円	10	×	
36	リラックスヨガ	野村 友香	1・3木	19:00~20:30	1,000円	20		女性のみ対象(子どもも可)
37	SKB健康体操	千田 節子	2・4木	10:00~11:30	1回500円	30		
38	中高年の体幹トレーニング	長船 順子	2・4木	13:30~14:30	1,000円	10	×	
39	レインボー卓球		1・3金	10:00~12:00	無料	23	×	要雑費200円/月
40	わいわい卓球		1・3金	18:30~20:30	無料	15		
41	ゆる体操	小野 勝之	4金	13:00~15:00	500円	13	△	体幹をゆるめる体操
~~~~~音楽・邦楽~~~~~								
42	大正琴(欽正会)	大岩 欽正	1・3月	13:00~15:00	1,000円	10		要教本代3000円
43	詩吟(関心流)	有森 芳由	2・4火	10:00~12:00	1,000円	12		要教範代
44	アコーディオンと共にうたごえ上道	桧山 武雄	2火	13:00~15:00	500円	50	△	要雑費500円/年 要歌集代(初回のみ)1530円
45	岡山合唱団		1・3土	10:00~12:00	無料	30		要雑費500円/回
46	オカリナ		1・3土	10:00~12:00	無料	12		
47	いきいきピアノ	榎尾 裕子	1・3土	13:00~15:00	1,000円	12	△	要雑費200円/月 グループレッスンと個人レッスン
48	お琴を楽しむ会	西方 博子	1・3土	13:00~15:00	1,000円	12		幼児から高齢者まで対象 個人レッスンと合奏 要雑費500円/月
~~~~~語学~~~~~								
49	韓国語	尾崎 才林	1・3木	10:30~12:00	1,000円	25		要テキスト代
50	中国語	梶田 雪娟	1・3金	10:00~12:00	1,000円	20		要本代
~~~~~趣味~~~~~								
51	カラオケ		1・3火	13:00~15:00	無料	15		要雑費1000円/年
52	囲碁同好会		1・3木	10:00~12:00	無料	30		月例会は要実費
53	乗りものを楽しむ会		3木	13:00~15:00	無料	30		各種交通機関の歴史を調べたり、訪ねたりする
54	上道山野草	金高 正典	偶数月 1金	13:00~16:00	500円	20		要材料代1,000~1,500円
~~~~~文芸~~~~~								
55	短歌	村上 章子	1金	13:00~15:00	500円	15		要雑費100円/月
~~~~~子ども~~~~~								
56	ジュニア3B体操	渋谷 伸子	1・3金	17:00~18:00	1回500円	20		用具代(希望者)
57	上道子ども将棋	日本将棋連盟 公認将棋普及指導員	2・4日	10:00~12:00	無料	39		要雑費500円/半年 4~12歳及び保護者対象