

令和8年度 生涯学習自主講座一覽



講座・教室についてのお問い合わせ、申し込みは各コミュニティセンターまで



【コミュニティセンター】

| | | | |
|-----|---------|-----|---------|
| 佐 伯 | 23-6499 | 佐伯東 | 23-6601 |
| 渡町台 | 23-7445 | 大入島 | 24-8343 |
| 鶴 岡 | 23-0601 | 八 幡 | 27-8001 |
| 西上浦 | 27-7001 | 上堅田 | 24-1670 |
| 下堅田 | 23-1531 | 木 立 | 29-2221 |
| 青 山 | 26-1300 | 上 浦 | 32-2511 |
| 弥 生 | 46-2731 | 本 匠 | 56-5115 |
| 宇 目 | 52-1770 | 直 川 | 58-3393 |
| 鶴 見 | 33-1000 | 米水津 | 35-6124 |
| 蒲 江 | 42-1113 | | |

令和8年度 生涯学習講座 一覧

| No. | 公民館名 | 講座名 | 講師名 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 備考 |
|-----|-----------------|--------|------------|------|------|--------|-----|
| 1 | 渡町台地域コミュニティセンター | 自炊・食育 | 田中 伸歩 | 週1回 | 4時間 | 調理室 | 2年目 |
| 2 | 渡町台地域コミュニティセンター | 金融講座 | 吉良 新市 | 月1回 | 2時間 | 集会室 | 2年目 |
| 3 | 鶴岡地域コミュニティセンター | 切り絵 | 疋田 充 | 月1回 | 2時間 | 会議室 | 3年目 |
| 4 | 弥生地域コミュニティセンター | 脳トレピアノ | 尾崎紀美子・西村裕子 | 月2回 | 2時間 | 研修室 | 4年目 |

※ リカレント講座は、コミュニティセンターが企画運営

令和8年度 佐伯地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|-------------------|--------|-------------------|--------|---|------|--------|--------|---------|
| 1 | 生命の貯蓄体操 | 池本 洋子 | 生命の貯蓄体操 野岡教室 | 五島 イセ子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 和室 | 月1,600円 |
| 2 | 生命の貯蓄体操中の島教室 | 安藤 正幸 | 生命の貯蓄体操 中の島教室 | 五島 イセ子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 和室 | 月1,600円 |
| 3 | 佐公ソフトエアロ | 中條 碩子 | ソフトエアロ | 住江 早苗 | 楽しく体を動かし元気な体作り | 週1回 | 1時間15分 | ホール | 1回500円 |
| 4 | 民好会 | 肥川 梅子 | 民好会 | 花柳 松舞 | 民謡の練習 | 月3回 | 2時間 | 多目的室 | 無料 |
| 5 | 民好会(民謡)1組 | 神野 敦子 | 民謡(民好会)1組 | 渡辺 喜代香 | 民謡の練習 | 月2回 | 2時間 | 実習室 | 無料 |
| 6 | 民好会(民謡)2組 | 大谷 あつ子 | 民謡(民好会)2組 | 渡辺 喜代香 | 民謡の練習 | 月2回 | 2時間 | 実習室 | 無料 |
| 7 | 日本棋院佐伯支部 | 宮脇 公郎 | 中級囲碁講座 | 村上 園巳 | 対局、解説・指導 | 月2回 | 3時間 | 実習室 | 無料 |
| 8 | 人生楽しく踊る会 | 大石 吉子 | 人生楽しく踊る会 | 戸坂 妙子 | 盆踊り・健康体操等 | 月2回 | 2時間 | 多目的室 | 月200円 |
| 9 | 観世同好会 | 内田 和代 | 観世同好会 | 宮脇 誠一 | 謡稽古 | 週1回 | 2時間30分 | 実習室 | 無料 |
| 10 | シルクロードの響き | 久保田 成太 | シルクロードの響き | 久保田 成太 | シルクロードの響きの楽器を使って練習、発表会 | 週1回 | 2時間 | 多目的室 | 無料 |
| 11 | うたごえ『もみの木の会』 | 村上 和子 | うたごえ『もみの木の会』 | 今山 潮路 | 色々なジャンルの歌や音楽を楽しむ | 月1回 | 2時間 | 多目的室 | 月500円 |
| 12 | かじまやー | 久留米 和子 | 三線サークルかじまやー | なし | 三線の基本的な演奏方法 | 月2回 | 2時間 | 特別会議室 | 無料 |
| 13 | 佐伯市武術太極拳連盟 | 吉田 隆司 | 武術太極拳教室(夜) | 芦刈 みちよ | 準備体操・八段錦(気功)・初心者中級者上級者に分かれ練習 | 月4回 | 1時間30分 | ホール | 月1,000円 |
| 14 | 佐伯市武術太極拳連盟 | 原 絹代 | 武術太極拳教室(昼) | 芦刈 みちよ | 準備体操・八段錦(気功)・初心者中級者上級者に分かれ練習 | 月4回 | 1時間30分 | ホール | 月1,000円 |
| 15 | 退職校長会太極拳サークル | 合沢 久吉 | 退職校長会太極拳 | 佐藤 丞 | 太極拳を通して会員の健康の保持と増進を図る | 月2回 | 2時間 | 多目的室 | 月50円 |
| 16 | 佐伯市太極拳連盟 | 佐藤 丞 | 太極拳(昼の部) | 有川 和男 | 健康長寿のための太極拳の練習24式簡化太極拳 東岳太極拳節氣太極拳 五行太極拳 | 月3回 | 2時間 | ホール | 月3,000円 |
| 17 | 佐伯市太極拳連盟 | 佐藤 丞 | 太極拳(夜の部) | 有川 和男 | 健康長寿のための太極拳の練習24式簡化太極拳 東岳太極拳節氣太極拳 五行太極拳 | 月3回 | 2時間 | 多目的室 | 月3,000円 |
| 18 | 花柳流笹広波の会 | 中村 美紀 | 花柳流笹広波の会 日本舞踊教室 | 花柳 笹広波 | 日本舞踊の稽古 | 週1回 | 3時間 | 多目的室 | 月4,000円 |
| 19 | WAY WAY OB会 佐伯同好会 | 上杉 八重子 | WAY WAY OB会 佐伯同好会 | 岩崎由紀子 | 健康体操・リズム体操・ストレッチ体操 | 月3回 | 1時間30分 | ホール | 月600円 |
| 20 | 佐伯健康音楽サークル | 大岩 長子 | 健康音楽教室 | 木村 八重子 | 健康音楽の歌唱指導 | 月2回 | 2時間 | 特別会議室 | 1回700円 |

令和8年度 佐伯地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|---------|--------|--------------|--------|-----------------|------|-----------|--------|---------|
| 21 | みんなでダンス | 鷹野 江利子 | みんなでダンス | 岩崎 由紀子 | みんなで楽しくダンス | 週1回 | 1時間 | 多目的室 | 月2000円 |
| 22 | 虹の翼 | 田中 努 | 虹の翼 パラスポーツ教室 | 鷹尾 史紀 | ポッチャ・フライングディスク等 | 月1回 | 2時間 | ホール | 無料 |
| 23 | 陽だまりの会 | 森永 伸子 | 要約筆記研修 | なし | 要約筆記 | 月1回 | 明治33年1月2日 | 実習室 | 年2,000円 |

令和8年度 佐伯東地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|---------------|--------|----------------|-------------|--------------------|------|--------|-----------|----------|
| 1 | 絵の会 | 浅井 邦夫 | 絵の会 | 大島 勝也 | 絵画制作を通して自己啓発・会員の親睦 | 月2回 | 3時間 | 交流室1 | 年17,000円 |
| 2 | 健康太極拳友好会 | 藤川 佳子 | 楊名時八段錦太極拳 | 古賀 恵理子 | 氣功太極拳・呼吸法 | 月2回 | 1時間 | 集会室 | 月2,200円 |
| 3 | 健康ネットさいき | 野口 絹代 | 健康ネットさいき | 大崎 栄治 | 軽体操とレクリエーション | 月8回 | 1時間30分 | 集会室 | 1回100円 |
| 4 | 佐伯市民合唱団 | 梶原 幸枝 | 佐伯市民合唱団 | 高橋 哲子、渡邊美志 | 合唱練習・演奏会開催 | 週1回 | 3時間 | 集会室 | 月1,000円 |
| 5 | 三曲の会 | 川井 一男 | 三曲の会 | 香川 喜美子 | 琴、尺八の練習 | 月2回 | 3時間 | 交流室1 | 年1,000円 |
| 6 | さいき三線倶楽部 | 大石 優子 | さいき三線倶楽部 | 金田 富夫 | 三線の練習 | 週1回 | 1時間30分 | 交流室1 | 月2,000円 |
| 7 | 城東分会「詩吟教室」 | 山城 紀久夫 | 城東分会「詩吟教室」 | 市原 賀津子・坂本憲一 | 発声・発音・節回し等の練習・発表会 | 月4回 | 2時間 | 交流室1 | 月3,300円 |
| 8 | ズンバ・ズンバゴールド | 淡居 優佳 | ズンバ・ズンバゴールド | 金丸 美保代 | ダンスフィットネス | 月4回 | 2時間 | 集会室 | 1回500円 |
| 9 | 創作ダンス | 大谷 あつ子 | 創作ダンス | なし | 体全体で踊り健康増進 | 週1回 | 2時間 | 集会室 | 無料 |
| 10 | 卓球同好会 | 神野 福江 | 卓球同好会 | なし | 卓球を通して親睦と健康を図る | 週1回 | 2時間 | 集会室 | 無料 |
| 11 | 羽仁もと子著作集愛読書の会 | 竹下 篤子 | 羽仁もと子著作集愛読書の会 | 大分友の会 | 羽仁もと子著作集読書、感想意見交換 | 月2回 | 4時間 | 多目的室・調理室等 | 無料 |
| 12 | フラワーアレンジメント教室 | 佐藤 文子 | フラワーアレンジメント教室 | 浅田 久美子 | 生花・造花のアレンジメント | 月3回 | 1時間30分 | 交流室 | 月2,200円 |
| 13 | いずみ会(邦楽研究会) | 庭瀬 智美 | いずみ会(邦楽研究会) | 菊奏峰 真美 | 三曲の練習(箏・三弦・尺八等) | 週1回 | 4時間 | 多目的室ほか | 月2,500円 |
| 14 | 絵手紙 やまびこ塾 | 汐月 文子 | 絵手紙 やまびこ塾 | 川本 豊子 | 絵手紙を書く | 月1回 | 2時間 | 多目的室 | 年1,000円 |
| 15 | ヨーガクラス | 卜部 万里子 | ヨーガクラス | 大西 京子 | 基本的なヨガポーズ・呼吸法・瞑想 | 月4回 | 2時間 | 多目的室 | 月2,000円 |
| 16 | ヨガ(ロハス) | 浜田 武代 | ヨガ(ロハス) | 岡田 圭子 | ヨガを中心とした健康体操 | 月3回 | 1時間30分 | 集会室 | 1回500円 |
| 17 | 楽らくヨガ | 河内 あけ美 | 楽らくヨガ | 大西 京子 | 基本的なアーサナ・呼吸法・瞑想 | 月4回 | 2時間 | 多目的室 | 月2,000円 |
| 18 | レクリエーションダンス | 堀江 和子 | レクリエーションダンス | 岩崎 由紀子 | 健康体操・レクダンス・ラジオ体操 | 週1回 | 2時間 | 集会室 | 1回500円 |
| 19 | 和の会 | 高野 真美 | 和の会 | 大浜 春代 | 三曲の練習(箏・三弦等) | 週1回 | 4時間 | 研修室等 | 月1,500円 |
| 20 | 草の縁 | 白川 亮一 | 佐伯大人の朗読教室「草の縁」 | 幸 美佐子 | 絵本等の朗読・発表会 | 月2回 | 2時間 | 交流室1 | 月2,000円 |

令和8年度 佐伯東地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|-------------|-------|-------------|-------|---------------------|------|------|--------|---------|
| 21 | 朗読表現教室「言の葉」 | 中條 碩子 | 朗読表現教室「言の葉」 | 幸 美佐子 | 文学作品等の朗読・朗読ボランティア活動 | 月4回 | 2時間 | 交流室1 | 月2,000円 |
| 22 | 大正琴教室 | 片野由美子 | 大正琴教室 | 野中 一茂 | 大正琴の練習 | 月2回 | 2時間 | 多目的室 | 月3,700円 |
| 23 | 健康卓球教室 | 風戸加代子 | 健康卓球教室 | なし | 卓球 | 月4回 | 3時間 | 集会室 | 無料 |

令和8年度 渡町台地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|--|--------|-------------|-------------|---------------------------|-------|--------|--------|------------|
| 1 | 七宝焼クラブ | 川野 志麻恵 | 七宝焼クラブ | 柴富 洋一郎 | 七宝焼の作成 | 週1回 | 3時間 | 軽作業室 | 無料 |
| 2 | 佐伯吹矢の会 | 西川 ツタエ | ウェルネス吹矢 | 岡田 加代子 | 「スポーツ吹矢式呼吸法」により健康増進 | 週1回 | 2時間 | 軽運動室 | 月500円 |
| 3 | シニアダンス教室 | 後藤 洋子 | シニアダンス教室 | なし | ダンスレッスン | 週1回 | 2時間 | 多目的室 | 月500円 |
| 4 | 健康ネットさいき | 増野 順子 | 健康ネットさいき | 大崎 栄治 | 健康体操 | 週1回 | 1時間30分 | 集会室 | 月100円 |
| 5 | 楓クラブ | 曾根 美代子 | 健康体操 太極拳 | 佐藤 丞 | 太極拳・ストレッチ・柔軟体操 | 月2回 | 1時間30分 | 軽運動室 | 月1,000円 |
| 6 | わくわく料理講座 | 河野 洋子 | わくわく料理講座 | 内藤 啓子 | 季節の材料を使った家庭料理 | 月1回 | 3時間 | 調理室 | 材料費 |
| 7 | ズンバ | 清水 真澄 | ズンバ | 清水 小百合 | 健康と体力維持の為のフィットネス | 週1回 | 1時間 | 軽運動室 | 月800円 |
| 8 | <small>いけばな小原流伝統文化こども教室佐伯地区実行委員会</small> | 廣瀬 多賀子 | いけばなこども教室 | 寺嶋 清枝・片山 靖子 | 生け花を通じて、日本の歴史や伝統文化を学んでもらう | 月1回 | 1時間30分 | 大集会室 | 材料費 |
| 9 | ごきげんセルフケア講座 | 石井 敦子 | ごきげんセルフケア講座 | 適宜依頼する | アロマトリートメントトレーニング・子育て講座等 | 月1回 | 4時間 | 講座室等 | 無料 |
| 10 | 渡町台おやじキッチン | 歳納 良晴 | 渡町台おやじキッチン | 濱崎 義日出 | 男性を中心とした料理教室 | 2月に1回 | 3時間 | 調理室 | 材料費月500円以下 |

令和8年度 大入島地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|--------|-------|--------|--------|--------|------|------|--------|-----|
| 1 | 七宝焼クラブ | 山本 孝子 | 七宝焼クラブ | 柴富 洋一郎 | 七宝焼の作製 | 月2回 | 2時間 | 大集会室 | 無料 |
| 2 | 書道クラブ | 山下イワ子 | 書道クラブ | 山口 勝久 | 書道の練習 | 月1回 | 2時間 | 大集会室 | 無料 |

令和8年度 鶴岡地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|-----------------|--------|---------------|-------------------|----------------------|-------|--------|---------|------------|
| 1 | 絵手紙 | 野々下 佳子 | 絵手紙教室 | 三重野 靖子 | 絵手紙を楽しむ | 月1回 | 2時間 | 会議室 | 月500円 |
| 2 | 子供書道教室 | 岩本 涼子 | 子供書道教室 | 菅 和久 | 幼年・小学生の硬筆・毛筆 | 月4回 | 1時間30分 | 和室 | 月4,000円 |
| 3 | コール・カナリア | 後藤 紀美子 | コーラス | 児玉 晴子 | コーラスの練習 | 月2回 | 2時間 | 大集会室 | 月1,000円 |
| 4 | しきなみ短歌会 | 岡川 美千子 | しきなみ短歌会 | 坪根 幸子 | 短歌会、作品展参加 | 月1回 | 2時間 | 会議室 | 月1,000円 |
| 5 | 淡窓伝光霊流佐伯詩道会鶴岡分会 | 松田 恵治 | 吟詠 | 河野 直道 | 呼吸法、発声法、内臓の強化と健康維持 | 月4回 | 2時間 | 会議室 | 月3,200円 |
| 6 | 生命の貯蓄体操 鶴岡A教室 | 高原 孝子 | 生命の貯蓄体操 鶴岡A教室 | 久保田 美子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 大集会室 | 月1,600円 |
| 7 | 生命の貯蓄体操 鶴岡B教室 | 足立 美子 | 生命の貯蓄体操 鶴岡B教室 | 久保田 美子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 大集会室 | 月1,600円 |
| 8 | 生命の貯蓄体操 鶴岡C教室 | 幸 直美 | 生命の貯蓄体操 鶴岡C教室 | 松原 悦子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 大集会室 | 月1,600円 |
| 9 | 鶴岡神子太鼓 | 江藤 好美 | 鶴岡神子太鼓 | 橋井 克彦 | 太鼓練習、舞台演奏 | 週1回 | 3時間 | 大集会室 | 月1,000円 |
| 10 | 鶴岡八幡太鼓 | 柴田 武育 | 鶴岡八幡太鼓 | 山田 竜大 | 太鼓練習、舞台演奏 | 週1回 | 3時間 | 大集会室 | 月1,000円 |
| 11 | 鶴岡ソフトエアロ | 橋本 ちず子 | 鶴岡ソフトエアロ | 住江 早苗 | 楽しく体を動かし元気な体作り | 週1回 | 1時間15分 | 大集会室 | 1回500円 |
| 12 | 健康ネットさいき | 上杉八重子 | 健康ネットさいき | 大崎 栄治 | 軽体操とレクリエーション | 週1回 | 1時間30分 | 大集会室 | 1回100円 |
| 13 | 鶴岡書道・ペン習字講座 | 上杉 由紀子 | 鶴岡書道・ペン習字講座 | 高山 千恵 | 毛筆・ペン習字 | 月3回 | 2時間 | 会議室 | 月2,200円 |
| 14 | 親子リトミック教室 | 佐藤 美沙緒 | 親子リトミック教室 | 穴見 淑美 | リトミック活動 | 月2回 | 1時間 | 大集会室 | 月1家族1,000円 |
| 15 | 写真講座 | 飯田 峯生 | 写真講座 | 作品講評者(藤脇 正真) | 講評、撮影技術・情報の共有等 | 月1回 | 2時間 | 和室 | 月1,200円 |
| 16 | 佐伯市将棋同好会 | 上野 寿人 | 将棋講座 | なし | 将棋大会 | 年4回 | 4時間 | 大集会室・和室 | 年1,500円 |
| 17 | リズム、エコーズ | 児玉 勇 | リズム、エコーズ | 河野 健一 | 演奏会の練習 | 年4回 | 4時間 | 大集会室 | 無料 |
| 18 | 鶴岡地区郷土伝統芸能保存会 | 森 栄治 | 伝統芸能保存会 | 増村 徳男・三浦 ひろし・阿部優紀 | 笛・太鼓・獅子舞の練習 | 月1～2回 | 1時間 | 大集会室 | 無料 |
| 19 | ストレッチ体操 | 木許 菊子 | ストレッチ体操 | 猪野又 順子 | ストレッチ体操 | 週1回 | 2時間 | 和室 | 無料 |

令和8年度 八幡地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|---------------|--------|---------------|---------|----------------------|-------|--------|---------|---------|
| 1 | 囲碁講座 | 吉田 敏博 | 囲碁講座 | 山田 信茂 | 楽しく親睦を深める囲碁講座 | 週1回 | 3時間 | 研修室 | 無料 |
| 2 | 生け花講座 | 菅 伊都子 | 生け花講座 | 簀河原 美保子 | 池坊生け花の勉強 | 月2回 | 2時間 | 研修室 | 月4,500円 |
| 3 | 生命の貯蓄体操 八幡A教室 | 保田 洋 | 生命の貯蓄体操 八幡A教室 | 高原 孝子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間30分 | 研修室 | 月1,600円 |
| 4 | 生命の貯蓄体操 八幡B教室 | 平塚 敏枝 | 生命の貯蓄体操 八幡B教室 | 高原 孝子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間30分 | 大集会室 | 月1,600円 |
| 5 | 民謡 | 岩田 サヨコ | 民謡 | 村上 恵美子 | 民謡の好きな人の集まり | 月2～3回 | 2時間 | 研修室 | 月3,000円 |
| 6 | ソフエアロ | 羽木 寿世 | ソフエアロ | 住江 早苗 | 楽しく体を動かし元気な体作り | 週1回 | 1時間15分 | 大集会室 | 1回500円 |
| 7 | 八幡第一母親クラブ | 宮崎 和恵 | 八幡第一母親クラブ | なし | 地域の子ども達への文化活動、料理教室など | 月1回 | 2時間30分 | 調理室・研修室 | 1回100円 |
| 8 | 体を整える太極拳 | 田原 久八郎 | 体を整える太極拳 | 岩佐 礼子 | 太極拳の初心者向けの講座 | 週1回 | 1時間30分 | 研修室 | 1回500円 |
| 9 | フラダンス | 大鶴 明子 | フラダンス | 西村 充江 | フラダンス | 月1回 | 1時間30分 | 大集会室 | 月500円 |
| 10 | 八幡音楽教室講座 | 東 好道 | 八幡音楽教室講座 | 大鶴直己 | 音楽を通して健康増進 | 週1回 | 2時間 | 大集会室 | 無料 |
| 11 | みんなでダンス | 吉松 香純 | みんなでダンス | 岩崎由紀子 | みんなで楽しくダンス | 週1回 | 1時間 | 大集会室 | 月2000円 |

令和8年度 西上浦地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|------------|--------|-----------|------------|-------------------|------|--------|----------|--------|
| 1 | やさしい写経 | 鍵谷 チヅ子 | やさしい写経 | なし | 般若心経の読経、写経、寺院への納経 | 月1回 | 2時間 | 大集会室 | 無料 |
| 2 | ボンジュール彦岳 | 田原 月美 | ボンジュール彦岳 | 市内、市外のシェフ等 | 地域に根付いた料理等 | 月1回 | 3時間 | 調理室・大集会室 | 月500円 |
| 3 | 西上浦ストレッチ教室 | 戸高 千鶴子 | ストレッチ教室 | 住江 早苗 | 楽しく体を動かし元気な体作り | 週1回 | 1時間15分 | 大集会室 | 1回500円 |
| 4 | 彦の里健康料理教室 | 日高 糸代 | 彦の里健康料理教室 | なし | 作りやすい料理・おやつ作り | 月1回 | 4時間 | 調理室 | 月300円 |
| 5 | 体を整える太極拳 | 局 喜代満 | 体を整える太極拳 | 岩佐 礼子 | 太極拳の基本の型 | 週1回 | 1時間30分 | 大集会室 | 1回500円 |

令和8年度 上堅田地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|----------------|--------|----------------|----------------|-----------------------|------|------|---------|-----------------------|
| 1 | 堅田踊り教室 | 岩田 アヤコ | 堅田踊り教室 | 井澤 梅代 安藤 節子 | 堅田踊りの継承・普及 | 月2回 | 2時間 | 大集会室 | 月500円 |
| 2 | 男の料理教室 | 増野 荘平 | 男の料理教室 | ムッシュ・カワノ 河野 辰也 | 男性を対象にした料理教室 | 月1回 | 3時間 | 調理室・研修室 | 月1,000円 |
| 3 | すみれの会 生け花教室 | 吉良 佳子 | すみれの会 生け花教室 | 黒木 和宝 | 池坊流生花での自由花創作 | 月2回 | 2時間 | 研修室 | 月1,500円 花代1回1,200円 |
| 4 | 上堅田囲碁クラブ | 吉田 節治 | 上堅田囲碁クラブ | 松崎 雄三郎 | 初心者指導・対局指導・親睦囲碁大会 | 週1回 | 3時間 | 大集会室 | 大会時1,000円 |
| 5 | 生命の貯蓄体操 上堅田A教室 | 久保田 美子 | 生命の貯蓄体操 上堅田A教室 | 平塚 敏枝 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 大集会室 | 月1,600円 |
| 6 | 生命の貯蓄体操 上堅田B教室 | 大司 聖子 | 生命の貯蓄体操 上堅田B教室 | 平塚 敏枝 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 大集会室 | 月1,600円 |
| 7 | 上堅田パッチワーク教室 | 今泉 真理子 | 上堅田パッチワーク教室 | 竹永 后江 | パッチワークの作品作成 | 月2回 | 2時間 | 研修室 | 無料 |
| 8 | 上堅田俳画教室 | 吉田 節治 | 上堅田俳画教室 | 竹永 后江 | 作品発表・鑑賞・冊子作製・地域行事への出品 | 月2回 | 2時間 | 研修室 | 月200円 |
| 9 | ストレッチ同好会 | 本久 恵子 | ストレッチ同好会 | 末法 志津子 | ヨガストレッチなど | 週1回 | 2時間 | 研修室 | 無料 |

令和8年度 下堅田地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|--------------------|--------|-----------------|--------|-----------------------|------|--------|--------|-------------------|
| 1 | 高齢女性体操教室 | 大友 あや子 | 高齢女性体操教室 | 住江 早苗 | 家庭でできる軽い体操 | 週1回 | 1時間 | 大広間 | 1回500円 |
| 2 | 囲碁教室 | 河野俊一郎 | 囲碁教室 | なし | 初心者への指導・対局・囲碁大会 | 週2回 | 3時間 | 多目的室 | 月800円 |
| 3 | 生命の貯蓄体操 下堅田教室A | 臼井 美智代 | 生命の貯蓄体操 下堅田教室A | 平塚 敏枝 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 2時間 | 大広間 | 月1,600円 |
| 4 | 生命の貯蓄体操 下堅田教室B | 深田 美也子 | 健康体操同好会 | 臼井 美智代 | 血流を良くするためと体を柔らかくする体操 | 週1回 | 2時間 | 大広間 | 月1,600円 |
| 5 | 堅田うたごえ教室 | 石谷 しのぶ | 堅田うたごえ教室 | 岩崎 洋子 | 発声の基本を学び心を楽しく合唱する | 月2回 | 2時間 | 大広間 | 月1,500円 |
| 6 | 絵画教室 | 内田 敦子 | 絵画教室 | 大島 勝也 | 水彩画を中心に表現手法と技術を基礎から学ぶ | 月2回 | 2時間 | 会議室 | 月1000円 年1回500円 |
| 7 | 生花教室 | 井上 順子 | 生花教室 | 染矢 光子 | 身近にある里山の花材を活用して活ける | 月1回 | 2時間 | 会議室 | 月500円 |
| 8 | 下堅田民踊教室 | 戸開 礼子 | 下堅田民踊教室 | 河野 節子 | 堅田踊りの保存、継承、発表 | 月3回 | 1時間 | 大広間 | 月1,500円 |
| 9 | ヨガ教室 | 清松 加代 | ヨガ教室 | 清松 恵美 | 基本的なヨガポーズの練習 | 月4回 | 1時間 | 大広間 | 月3,600円 |
| 10 | さいき音楽アコースティック音楽ライブ | 内田 満 | アコースティック音楽ライブ教室 | なし | アコースティック楽器による演奏、弾き語り | 月1回 | 3時間 | 大広間 | 月100円 |
| 11 | 卓球楽しみ会 | 戸開 勇 | 卓球楽しみ会 | なし | みんなで楽しく卓球をする | 週1回 | 2時間30分 | 大広間 | 1回100円 |
| 12 | 下堅田カラオケ同好会 | 御手洗 慎吾 | 下堅田カラオケ同好会 | なし | カラオケの練習 | 月2回 | 2時間 | 大広間 | 無料 |

令和8年度 木立地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|------------------|-------|---------------|--------|----------------------|------|------|--------|---------|
| 1 | 生命の貯蓄体操 木立A教室 | 福泉 静子 | 生命の貯蓄体操 木立A教室 | 高原 孝子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 研修室 | 月1,600円 |
| 2 | 生命の貯蓄体操 木立B教室 | 山田 典子 | 生命の貯蓄体操 木立B教室 | 高原 孝子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 研修室 | 月1,600円 |
| 3 | しきなみ短歌会 | 安藤 時代 | しきなみ短歌会 | 南 陽子 | 会員の短歌の合評、講評 | 月1回 | 2時間 | 研修室 | 月1,000円 |
| 4 | 木立扇踊り保存会 | 山内 義信 | 音頭教室 | 浜野 学 | 音頭練習 | 週1回 | 2時間 | 研修室 | 無料 |
| 5 | 木立扇踊り保存会 | 竹下 徳重 | 太鼓教室 | 山内 義信 | 太鼓練習 | 週1回 | 2時間 | 研修室 | 無料 |
| 6 | アロハ・プメハナ・フラ・サークル | 小川 千秋 | フラダンス | 曾宮 百合子 | フラダンスのレッスン | 月3回 | 2時間 | 研修室 | 月3,000円 |

令和8年度 青山地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|---------|--------|--------------|-------|----------------------|------|--------|--------|----------|
| 1 | 生命の貯蓄体操 | 五島 イセ子 | 生命の貯蓄体操 青山教室 | 福泉 静子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間 | 集会室 | 月1,600円 |
| 2 | 健康麻雀教室 | 甲斐 真恵 | 健康麻雀教室 | 渡邊美代子 | 健康講話・麻雀 | 週1回 | 2時間 | 集会室 | 1回1,200円 |
| 3 | ストレッチ教室 | 高畠 恵子 | ストレッチ教室 | 住江 早苗 | 楽しく体を動かし体づくり | 週1回 | 1時間15分 | 集会室 | 月500円 |

令和8年度 上浦地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|---------|--------|---------|-------|---------|------|------|----------|---------|
| 1 | 上浦吹奏楽団 | 藤田 豊治 | 上浦吹奏楽団 | 池田 善彦 | 吹奏楽合奏指導 | 週1回 | 3時間 | 会議室・視聴覚室 | 月500円 |
| 2 | 綾沢の会 | 吉岡 三枝子 | 綾沢の会 | 花柳 綾沢 | 日舞 | 月3回 | 1時間 | 和室 | 月2,000円 |
| 3 | マリノコーラス | 白田 智裕 | マリノコーラス | 森崎 晃代 | コーラスの練習 | 月2回 | 2時間 | 視聴覚室 | 月1,000円 |
| 4 | ウクレレクラブ | 森崎 芳樹 | ウクレレクラブ | なし | ウクレレの演奏 | 月2回 | 2時間 | 団体連絡室 | 月500円 |

令和8年度 弥生地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|---------------------|--------|---------------------|--------|------------------------|------|--------|-------------|----------|
| 1 | 弥生囲碁愛好会 | 小野 喜吉 | 弥生囲碁愛好会 | 御手洗 正明 | 初級者の指導、対局、リーグ戦、交流試合 | 週1回 | 4時間 | 和室 | 年2,000円 |
| 2 | 弥生竹細工教室 | 大下 弘 | 弥生竹細工教室 | 高野 清男 | 竹細工作品作り | 月2回 | 4時間 | BGミーティングルーム | 無料 |
| 3 | 陶芸教室 | 高司 加代子 | 陶芸教室 | 稲好 美喜子 | 作品作り・体験制作の指導 | 週1回 | 2時間30分 | 高齢者能力活用センター | 月500円 |
| 4 | 弥生さつき会 | 矢野 儀信 | 弥生さつき会 | 石田 道文 | さつき盆栽講習・園芸講習 | 月1回 | 2時間 | 小会議室 | 年3,000円 |
| 5 | 茶道教室 | 山口 美恵子 | 茶道教室 | 和田 ツヤ子 | 裏千家流の茶道の基本を学ぶ | 月2回 | 4時間 | 和室 | 月2,000円 |
| 6 | 弥生短歌教室 | 米澤 菊恵 | 短歌教室 | 山口 勝久 | 短歌作品吟味・古典の学習 | 月1回 | 1時間30分 | 小会議室 | 月200円 |
| 7 | 佐伯市弥生将棋同好会 | 西本 山海 | 将棋講座 | 仲谷 和男 | 将棋の講座・対局 | 週1回 | 3時間 | 和室 | 年2,000円 |
| 8 | 生命の貯蓄体操 弥生A教室 | 久野 かづ子 | 生命の貯蓄体操 弥生A教室 | 高野 孝子 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間30分 | 視聴覚室 | 月1,600円 |
| 9 | 生命の貯蓄体操 弥生B教室 | 安達 泰恵 | 生命の貯蓄体操 弥生B教室 | 平塚 敏枝 | 体操を実施し、健康づくりに励んでいます。 | 週1回 | 1時間30分 | 視聴覚室 | 月1,600円 |
| 10 | カラオケあおい教室 | 河野 智恵美 | カラオケ あおい教室 | なし | 楽しく声を出して歌う | 月2回 | 2時間30分 | 和室 | 月1,000円 |
| 11 | カラオケすみれ教室 | 岩崎 百合子 | カラオケすみれ教室 | 田原賢二 | 歌の練習 | 月2回 | 2時間 | 和室 | 月1,000円 |
| 12 | カラオケ ひまわり | 河野 美智子 | カラオケ ひまわり | なし | 歌の練習 | 月2回 | 2時間30分 | 和室 | 月1,000円 |
| 13 | くらりんどう | 仲野 垂裕未 | 文化箏・大正琴教室 くらりんどう | 三浦 秀子 | アンサンブル演奏 | 月2回 | 3時間 | 視聴覚室 | 月1,500円 |
| 14 | 女声コーラス教室 | 大間 裕子 | 女声コーラス教室 コールやよい | 木村 富美 | ♪ハーモニーを楽しもう | 週1回 | 3時間 | 多目的室 | 月1,000円 |
| 15 | スコップ三味線 | 渡辺 カツヨ | スコップ三味線 | 梶原 君江 | 演奏、健康維持と仲間作り | 月2回 | 3時間 | 和室 | 無料 |
| 16 | ブルースターズ | 伊賀 哲雄 | ブルースターズ(バンド演奏) | 三浦 秀子 | アンサンブル演奏でいろんなジャンルの曲を演奏 | 月3回 | 3時間 | 視聴覚室 | 必要に応じて集金 |
| 17 | ハーラウ フラ ホケ オラ オカアイナ | 安藤 祥代 | ハーラウ フラ ホケ オラ オカアイナ | 松井 恵美 | フラダンス教室 | 週1回 | 2時間 | 多目的室 | 月1,000円 |
| 18 | やよい 梶牟礼陣太鼓保存会 | 三浦 正美 | やよい 梶牟礼陣太鼓保存会 | なし | 基礎打法・各曲演奏・篠笛演奏ほか | 週1回 | 3時間 | 大ホール | 月1,000円 |
| 19 | 弥生吹奏楽団 | 市原 美香 | 弥生吹奏楽団 | なし | 吹奏楽の練習、アンサンブルの練習 | 週1回 | 4時間 | 視聴覚室又は大ホール | 月700円 |
| 20 | ヨガ教室 | 橋本 江里子 | ヨガ教室 | 岩崎 由紀子 | ヨガポーズによる体作り | 月4回 | 1時間 | 多目的室 | 月2,000円 |

令和8年度 弥生地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|----------|--------|----------|------------------|--------------------|------|--------|--------|---------|
| 21 | 健康ネット ネオ | 二田 恵子 | 健康ネット ネオ | 大崎 栄治 | 軽体操とレクリエーション | 週1回 | 1時間30分 | 多目的室 | 1回100円 |
| 22 | Y体操教室 | 清家 フミヨ | Y体操教室 | 大崎 栄治岩崎 由紀子住江 早苗 | 健康体操(ストレッチ、ダンス、ヨガ) | 月4回 | 1時間30分 | 視聴覚室 | 月1,500円 |
| 23 | 中国語講座 | 牧 正裕 | 中国語講座 | 清水 一文 | 初～中級の中国語講座 | 週1回 | 3時間 | 研修室2 | なし |

令和8年度 本匠地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|--------------|--------|-------------|--------|---------------------|------|--------|--------------|---------|
| 1 | 本匠短歌会 | 高野 隆子 | 本匠短歌教室 | なし | 短歌会・歌集刊行 | 月1回 | 3時間 | 視聴覚室 | 年4,000円 |
| 2 | 本匠石匠会 | 中山 文哲 | 囲碁教室 | なし | 自由対局、指導、大会 | 月1回 | 4時間 | 和室 | 年3,000円 |
| 3 | 本匠俳画教室 | 柳井トク子 | 俳画教室 | 足立 玉彩 | 時季にあった画題を稽古 | 月2回 | 2時間 | 研修室 | 月2,200円 |
| 4 | 本匠絵手紙教室 | 柴田 君代 | 本匠絵手紙教室 | 原野 彰子 | 葉書に絵を書き、一言を添える | 月1回 | 2時間30分 | 研修室 | 月500円 |
| 5 | 吾亦紅クラブ | 河原 修仁 | 生け花 | 黒木 和宝 | 生け花に関する様々な知識を学ぶ | 月2回 | 3時間 | 研修室 | 月4,000円 |
| 6 | 小半団七、扇子踊り保存会 | 柴田 君代 | 小半団七、扇子踊り | 小半地区の方 | 小半団七、扇子踊りの練習、祭典等の参加 | 月2回 | 1時間 | 研修室・大集会室 | 年1,000円 |
| 7 | 本匠龍知会 | 品矢 義邦 | 本匠龍知会(舞踊) | 花柳龍知郎 | 舞踊 | 月4回 | 3時間 | 和室 | 年300円 |
| 8 | ひまわりの会 | 吉良 和子 | ひまわりの会(生け花) | 高野 隆子 | 生け花を通して地域の輪を広げる | 月1回 | 3時間 | 本匠西地区公民館 図書室 | 月2,200円 |
| 9 | シニアピンポン | 品矢 扶美代 | シニアピンポン | なし | 卓球の練習 | 週1回 | 2時間 | 大集会室 | なし |

令和8年度 宇目地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|-----------|-------|------------|--------------|-----------------------|-------|--------|--------|-------------------------|
| 1 | 里若会 | 矢野 良子 | 里若会 | 花柳綾和歌(小野 和代) | 宇目地域の古き良き芸能を保存・継承していく | 月1～4回 | 3時間 | 第3会議室 | 年大人2,000円 年子ども1,000円 |
| 2 | すみれ会 | 濱中 寛子 | 健康体操教室 | 住江 早苗 | 心も体も健康であり続けたいための学習会 | 月4回 | 2時間 | 第3会議室 | 月2,800円 |
| 3 | 重岡岩戸神楽 | 吉良 和起 | 重岡岩戸神楽伝承講座 | 山岡 康夫 | 保存継承するための後継者育成講座 | 週1回 | 3時間 | 第3会議室 | 無料 |
| 4 | さいきんし運動教室 | 林 敏夫 | さいきんし運動教室 | 大崎 栄治 | 高齢者向け体操 | 週1回 | 1時間30分 | 第3会議室 | 無料 |
| 5 | 宇目ヨガ健康教室 | 田北 文恵 | 宇目ヨガ健康教室 | 武田 貴子 | ヨガを通して健康保持、健全な笑いを提供 | 週1回 | 2時間 | 第3会議室 | 月3,500円 |

令和8年度 直川地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|------------|--------|------------|--------|-----------------|-------|--------|--------|---------|
| 1 | 直川短歌教室 | 山内 京子 | 短歌教室 | 山口 勝久 | 短歌の知識と感性を高めあう | 月1回 | 3時間 | 青年婦人室 | 月300円 |
| 2 | 瀬粋会 | 橋本 幸子 | 舞踊「瀬粋会」 | 高治 富美 | 新舞踊の練習、習得 | 週1回 | 2時間 | 和室 | 月4,000円 |
| 3 | 大正琴直川クラブ | 簀戸 直子 | 大正琴 直川クラブ | 野中 一茂 | 大正琴練習、発表、慰問活動 | 月2回 | 2時間 | 青年婦人室 | 月3,500円 |
| 4 | ソフトエアロ | 柳井 幾子 | ソフトエアロ | 住江 早苗 | 楽しく体を動かし元気な体作り | 週1回 | 1時間15分 | ホール | 月2,000円 |
| 5 | 大正琴直川琴遊会 | 阿部 智恵子 | 大正琴 直川 琴遊会 | 野中 一茂 | 大正琴の練習 | 月2回 | 2時間 | 青年婦人室 | 月3,500円 |
| 6 | 直川ふれあいコーラス | 泥谷 純子 | 直川ふれあいコーラス | 岩崎 洋子 | 歌唱練習、施設訪問等 | 月2回 | 1時間30分 | ホール | 月1,000円 |
| 7 | 直川タイチクラブ | 廣田 静代 | 太極拳教室 | 芦刈 みちよ | 太極拳教室 | 週1回 | 1時間 | ホール | 月1,000円 |
| 8 | 同期の桜会 | 水久保 雄二 | 同期の桜会 | 星野 喜三男 | ギター・カラオケ、演劇 | 月1～2回 | 2時間 | ホール等 | 月500円 |
| 9 | 直川ヨガ教室 | 武田 淳子 | 直川ヨガ教室 | 山口 和代 | ヨガの修練で心と体の健康づくり | 週1回 | 2時間 | 和室 | 無料 |

令和8年度 鶴見地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|---|------------|--------|------------|----------------|--------------------|------|--------|--------|----------|
| 1 | 書道教室 | 鳩石 由香里 | 書道教室 | 樋口紫水・樋口将一・樋口紫芳 | 書道 | 月3回 | 2時間 | 研修室 | 月4,000円 |
| 2 | イリマフラダンス教室 | 成松 恵美子 | イリマフラダンス教室 | なし | フラダンスの基礎、ダンスの練習 | 月2回 | 2時間30分 | 大広間 | 無料 |
| 3 | 鶴見日舞愛好会 | 木野 幸子 | 鶴見日舞愛好会 | 花柳 綾知恵 | 日本舞踊お稽古、イベント参加、発表会 | 月4回 | 4時間 | 大広間 | 月8,000円 |
| 4 | ヨガ教室 | 安倍 絹代 | ヨガ教室 | 濱島 まみ | ヨガ教室 | 週1回 | 1時間 | 大広間 | 1回700円 |
| 5 | 笑みパン | 阿部 浩美 | 笑みパン | 野々下加代 | パン教室 | 月1回 | 3時間 | 調理室 | 1回1,500円 |
| 6 | パン教室 | 大西 三恵子 | パン教室 | 野々下加代 | パン教室 | 月1回 | 3時間 | 調理室 | 1回1,500円 |

令和8年度 米水津地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|------------------|--------|------------------|--------|-----------------|------|------|---------|---------------------------|
| 1 | 米水津絵画クラブ | 井上 節子 | 絵画教室 | 谷 正也 | 絵画作成・絵画鑑賞 | 月1回 | 2時間 | 第1会議室 | 大人 月1,000円 高校生以下 月500円 |
| 2 | 米水津の歴史を知る会 | 三股 廣喜 | 米水津の歴史を知る会 | なし | 「民族探訪」の輪読・文化祭発表 | 月1回 | 3時間 | 第1会議室 | 年1,500円 |
| 3 | 米水津女性合唱団 潮騒のコーラス | 杉谷 ヨシ子 | 米水津女性合唱団 潮騒のコーラス | 岩崎 洋子 | 合唱 | 月2回 | 2時間 | ふれあいホール | 月1,000円 |
| 4 | ひまわりの会 | 高宮 美和子 | ひまわりの会(心思踊西華流) | 渡辺 輝代 | 日本舞踊 | 月2回 | 3時間 | 和室 | 無料 |
| 5 | 陶芸クラブ | 富松 万平 | 陶芸クラブ | なし | 陶芸作品製作 | 月2回 | 2時間 | 陶芸作業所 | 月1,000円 |
| 6 | ヨガ教室(火曜日) | 金田 吉代 | ヨガ教室(火曜日) | 濱島 まみ | ヨガ教室 | 週1回 | 1時間 | 和室 | 1回700円 |
| 7 | ヨガ教室(水曜日) | 富尾 恵 | ヨガ教室(水曜日) | 濱島 まみ | ヨガ教室 | 週1回 | 1時間 | 和室 | 1回700円 |
| 8 | 男のヨガ教室 | 山崎 芳生 | 男のヨガ教室(水曜日夕) | 濱島 まみ | ヨガ教室 | 週1回 | 1時間 | 和室 | 1回700円 |
| 9 | たまたて箱 | 三原 ひとみ | たまたて箱 | 清水 マキエ | 手芸教室 | 月1回 | 2時間 | 第1会議室 | 月1,000円 |
| 10 | エコクラフト教室 | 中村 なつみ | エコクラフト教室 | 早瀬 正代 | エコクラフト教室 | 月2回 | 2時間 | 第1会議室 | 1回800円 |

令和8年度 蒲江地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|-----------------|--------|-------------|-------------|--------------------|-------|--------|---------|----------------------|
| 1 | 蒲江高齢者民踊クラブ | 児玉 章代 | 蒲江民踊クラブ | 花柳 由知乃 | 楽しく笑いある練習 | 月2回 | 1時間30分 | 講座室 | 月1,000円 |
| 2 | WAY WAY OB会 | 大石 幸代 | WAY WAY OB会 | 住江 早苗 | ストレッチ・健康体操等 | 週1回 | 1時間15分 | 中ホール | 年8,000円 |
| 3 | けんぼっぼん | 岡部 和子 | オカリナ | なし | オカリナ練習 | 週1回 | 2時間 | 会議室 | 無料 |
| 4 | アロハ・ブメハナ・フラサークル | 後藤 八代美 | フラダンス | 曾宮 百合子 | フラダンス | 月3回 | 3時間 | 講座室 | 年3,500円 |
| 5 | 蒲江陶芸クラブ | 清家 隆仁 | 蒲江陶芸教室 | なし | 陶芸技術の習得と作品製作 | 週1回 | 3時間 | 西野浦工房ほか | 無料 |
| 6 | 琴音会 | 中塚 文子 | 琴音会 | 野中 一茂 | 大正琴の受講 | 月2回 | 2時間 | 視聴覚室 | 月3,800円 |
| 7 | 絵手紙クラブ | 塩月 美由紀 | 絵手紙講座 | 鳥生 實 | 絵手紙に親しむ | 月2回 | 2時間 | 会議室 | 月500円 |
| 8 | 太極拳蒲江教室 | 宮脇 八重子 | 太極拳蒲江教室 | 佐藤 丞・佐藤 由美子 | 太極拳を通じて健康維持と仲間づくり | 月2回 | 1時間30分 | 中ホール | 月1,000円別途年1,000円 |
| 9 | 蒲江書道講座 | 橋本 次子 | 書道講座 | 山野 泰斗(英明) | 毛筆・硬筆、作品展の制作 | 月4回 | 2時間 | 視聴覚室 | 一般 月4,000円学生 月3,000円 |
| 10 | かまえばんぽん | 清家 隆仁 | 健康かまえばんぽん | 中島 直人 | 卓球競技の技術修得 | 週1回 | 3時間 | 講座室 | 無料 |
| 11 | リバイバルダンスBBA | 大石 幸代 | リバイバルダンスBBA | 秦野 千夏 | ダンス教室 | 週1回 | 1時間 | 中ホール | 1回500円 |
| 12 | ルーツキッズダンス | 増尾 菜月 | ルーツキッズダンス | 秦野 千夏 | ダンス教室 | 週1回 | 1時間 | 中ホール | 1回500円 |
| 13 | マーじゃん友の会 | 岡田志津代 | マーじゃん友の会 | なし | レクリエーションマーじゃん | 週1回 | 4時間 | 児童室 | なし |
| 14 | いっばいやろう会 | 塩月 将登 | いっばいやろう会 | なし | 寺子屋・カラオケ | 月1～2回 | 3時間 | 視聴覚室 | なし |
| 15 | なごや陶芸クラブ | 高橋 佐一郎 | なごや陶芸クラブ | 高橋 徳馬 | 陶芸作品作り | 月2回 | 2時間 | 陶芸工房 | 無料 |
| 16 | ソフトエアロ | 法輪 文 | ソフトエアロ | 住江 早苗 | 楽しく体を動かして元気な体作り | 週1回 | 1時間15分 | ホール | 1回500円 |
| 17 | なごやピンポンサークル | 中島 直人 | なごやピンポンサークル | なし | 健康卓球 | 週1回 | 4時間 | ホール | 無料 |
| 18 | 東老人友の会 | 磯貝 弘 | カラオケ | なし | カラオケによる会員の交流と健康づくり | 週1回 | 2時間 | 和室 | 無料 |
| 19 | 卓新 | 倉橋 和秀 | 卓球 | なし | 会員の交流と健康づくり | 週1回 | 2時間30分 | ホール | 無料 |
| 20 | KEIダンス同好会 | 山本 明香 | KEIダンス同好会 | 岩本 恵子 | 社交ダンス、スタンダード、ラテン | 週1回 | 1時間30分 | ホール | 月1,000円 |

令和8年度 蒲江地域コミュニティセンター 自主講座一覧

| | 団体名 | 代表者名 | 講座名 | 講師名 | 内容 | 開催回数 | 開催時間 | 使用する部屋 | 受講料 |
|----|-----------|--------|-----------|-----------|-----------------|-------|--------|--------|---------|
| 21 | マリーゴールド | 橋本 美代子 | 体操・カラオケ | なし | 体操・カラオケ | 月1回 | 3時間 | 和室 | 無料 |
| 22 | 西卓クラブ | 倉橋 久美 | 西卓クラブ | なし | 卓球 | 週1回 | 4時間 | ホール | 無料 |
| 23 | 憩いの間事業の会 | 渡辺 善和 | 健康体操 | 大崎・鶴野 | 健康体操 | 週1回 | 1時間 | 視聴覚室 | 無料 |
| 24 | 自力整体 | 瀬口 恭子 | 自力整体 | 武中 栄子 | 自分で行うマッサージ整体 | 週1回 | 1時間30分 | ホール | 月2,000円 |
| 25 | 書道講座 | 富高 みよ | 書道講座 | 山野 泰斗(英明) | ペン習字・毛筆・作品展の制作 | 月4回 | 2時間 | 視聴覚室 | 月4,000円 |
| 26 | 自力整体同好会 | 武中 寛 | 自力整体 | 武中 栄子 | 自分で行うマッサージ整体 | 週1回 | 1時間30分 | ホール | 月2,000円 |
| 27 | みんなでストレッチ | 小野 広子 | みんなでストレッチ | なし | 健康ストレッチ体操 | 週1回 | 1時間30分 | 実習室 | なし |
| 28 | 郷土料理を楽しむ会 | 塩月いとえ | 郷土料理を楽しむ会 | なし | 郷土料理の掘り起こしと調理実習 | 2月に1回 | 4時間 | 調理室 | なし |