令和5年度 武生東公民館

楽しい教室受講生募集！

きっと見つかる♪新しい自分と楽しい仲間！

★講師名の敬称は略させていただきます

●火曜日

講座名	毎月	時間	講師	メッセージ
社交ダンス教室	第1・3・4	9:30～11:30	片桐　正巳	美容と健康、正しい姿勢でリズムにのって楽しく踊る体力づくり！
一般書道	第1・2・4	10:00～12:00	橋本　芳香	若越習字、毛筆・小筆・硬筆を基本から学びます。
小原流生花	第1・3	10:00～12:00	谷川　豊志	基本を学び花をいつくしみ楽しく生けましょう。
茶遊会（裏千家）	第1～3	14:00～16:30	上山　和子	和気藹々と活動しています。畏まらず気軽に参加してください。
武東スティックリングA	第1～4	13:30～15:30		頭を使って気分爽快！！　陸上のカーリング。
真舞流真鶴吟舞道会	第1～4	19:30～21:30	松永　鷹鶴	伝統ある日本古来の詩歌に合わせて優雅に格調高い舞を練習します。

●水曜日

講座名	毎月	時間	講師	メッセージ
卓球A	第1～4	9:00～11:00		健康と元気をもらう卓球です。初心者大歓迎です。
やさしいパソコン教室	第2・4	9:00～11:00	吉田　三和	シニア向けのパソコンとスマホのやさしい講座です。
手あみ教室B	第1・3	13:30～15:30	田中　輝子	好きな作品が出来上がるのが楽しみです。 楽しい時間を一緒に過ごしましょう。
武生オカリナクラブ	第1～4	13:30～15:30	横井　碩子	オカリナに関心のある方はいつでも来てください。
太極拳武生東教室	第1～4	13:30～15:00	中西　幸路	新しい会員も増え、楽しんで太極拳を続けることをモットーに 練習に励んでおります。　Welcome!
パワーUP体操	第2・4	13:00～14:00	小林　博子	日頃の動きをパワーアップ出来る様、楽しく一緒に体操しませんか？
キッズダンス	第1～3	16:00～16:50	小林　博子	色々なジャンルの音楽で皆で楽しく踊りましょう！
書法篆刻	第2	16:00～17:00	多田　龍淵	書道の一つです。筆を印刀に紙を石に色々の字を刻しその印影を楽しむ。
真向法体操	第1～3	19:30～21:00	水野　浄子	4つの動作で筋肉を伸ばし、腰の関節を整える健康体操です。
絵手紙教室	第1・2	19:00～21:00	山本　博子	仲間と一緒に季節を感じながら絵と言葉を楽しみましょう。
草月流生花	第2・4	16:30～18:00 18:30～20:00	吉元　和美	あなたの感性を生け花で表現してみませんか？

●木曜日

講座名	毎月	時間	講師	メッセージ
手あみ教室A	第1・3	9:30～11:30	田中　輝子	自分のペースで、好きな作品を、楽しく作りましょう。
抹茶A（裏千家）	第1～3	9:30～12:00	上野　宗洋	初心者、男性大歓迎。楽しくお抹茶を始めませんか？待っています。
ニコニコ体操	第1・3	10:00～11:00	水野　浄子	かんたんな体操です。ストレッチやラジオ体操で体をほぐしましょう。
小筆A	第1・3	13:30～15:00		硬筆、小筆を自主学習しています。
東歌謡教室	第1・3	13:30～15:30	吉田　正	演歌好きの集まりです。忘新年会、食事会、旅行等有り楽しい楽園です。
楽しいエアロ	第1・3	19:30～21:00	林　孝子	健康で若々しい体作りのため音楽に合わせて楽しく運動しましょう。
美しいフラダンス	第1・2・4	19:00～20:00	宮永まゆみ	アロハ！爽やかな音楽に合わせ”フラ”を踊りましょう。

●金曜日

講座名	毎月	時間	講師	メッセージ
卓球B	第1～4	9:00～11:00		健康と楽しい卓球。
藤間流藤菊会	第1～3	10:00～12:00		楽しくお稽古しています。ぼけ防止になります。
歌いましょう	第1・3	13:00～15:30	高野　喜美恵	ピアノの伴奏に合わせてあの頃を思い出し、楽しく歌いましょう。
花を楽しむ教室	第1・3	19:00～21:00	倉内　美恵子	植物とのふれ合いを通し日々の暮らしを潤いのあるものに。

●土曜日

講座名	毎月	時間	講師	メッセージ
レレ東（ウクレレ）	第1～4	9:00～11:00	江端　幸雄	ウクレレで楽しく歌いましょう。
坂東流日本舞踊教室	第2・4	13:30～15:30	片岡　洋子	足腰が鍛えられ集中力が養われます。ご一緒に楽しみましょう。
武東スティックリングB	第1・3	15:00～17:00		ストレス解消、初心者でも楽しめるスポーツ。

※申し込み、お問い合わせ等ございましたらお気軽に　武生東公民館まで

☎23－4763

≪令和5 年度　自主講座（楽しい教室）　申込書≫

◇申込書は
3月31日（金）までに
ご提出ください。

講 座 名 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

住　　所 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

氏　　名 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿