

2026 生涯学習講座一覽表

番号	講座名	講師	場所	開講日	開始時間	□準備する物,必要経費等 ○講師からひとこと
1	楽しい囲碁	安部賢二	中央公民館	初回6/13 第2・4土曜日	13:30	○親・子・孫で考える力がつく囲碁を始めてみませんか、中・上級者の方,自由対局で楽しく交流してください。
2	季節で楽しむ山野草	浅井茂行	中央公民館	初回6/2 第1火曜日	10:00	□薄い手袋,小さな洗面器,材料代1個につき800~1,000円 ○花木(花物,実物)と山野草を使った苔玉や寄せ植えで,季節を感じながら小さな自然を楽しんでみませんか。
3	スマホ(初心者)	松下伸一	中央公民館	初回6/3 毎週水曜日 ※夏季は中断	14:00	□スマートフォン,ノート,筆記用具 ○スマホで人生を楽しく豊かに!今さら聞けないスマホの使い方,学んでみませんか。
4	スマホ(応用)	松下伸一	中央公民館	初回6/4 毎週木曜日 ※夏季は中断	14:00	□スマートフォン,ノート,筆記用具 ○SNS(LINE,インスタグラム等)やAI,スマホ決済の利用方法を学んで日常生活をより楽しく便利にしていきたいと思います!
5	木彫	仲地美那子	中央公民館	初回6/10 第2・4水曜日	13:30	□最初の材料や彫刻刀はこちらで揃えます。初回4,700円 ○家で使える,おぼん,銘々皿,壁掛け等,絵柄は取りそろえてあります。
6	大崎カラオケ教室	安荘ミイ子	中央公民館	初回6/10 第2・4水曜日	13:30	□特になし ○歌は心の中を発散して,1曲ごとに楽しみがあり,笑顔にしてくれます。仲間と一緒に楽しく歌いましょう。
7	貝細工	田下幸次	野方農村環境改善センター	初回6/11 第2・4水曜日 (初回除く)	19:00	□材料代 1回 500円 ○自分だけのアクセサリを造ろう。
8	台湾へ行きたいわん 中国語入門	近藤伸彦	中央公民館	初回6/25 第4木曜日	19:00	□筆記用具 教材費1,540円(初回のみ) ○中国語とはどのような言語なのかを学ぶことができます。お気軽にご参加ください。
9	ハワイアンキルト	村岡康代	中央公民館	初回6/4 第1・3木曜日	19:00	□裁縫道具,キット代1,000円~ ○カラフルな生地とハワイアン生地で,日常使いできる小物やタペストリーなど,受講生の好みに応じて制作していきます。
10	洋裁(初級) ※定員10名	行騰いづみ	中央公民館	初回6/2 火曜日 (不定期)	9:00	□1回目:筆記具,定規,雑費100円。2回目よりミシン,裁縫道具などが必要になります。1回目で説明します。 ○洋裁本付録の型紙を使った簡単な洋服づくりです。
11	洋裁(上級) ※定員10名	行騰いづみ	中央公民館	初回6/9 火曜日 (不定期)	9:00	□1回目:筆記具,定規,雑費100円。2回目よりミシン,裁縫道具などが必要になります。1回目で説明します。 ○子ども服を含む衿・袖付きの服を作った経験のある方や簡単な服作りからステップアップを目指す方向けの講座です。
12	楽しいクラフトバンド	坂口美重	中央公民館	初回6/11 第2・4木曜日	10:00	□筆記用具,ハサミ,定規,メジャー(手芸用),目打ち,洗濯ばさみ(24個),木工ボンド ○小物やバッグなどを楽しく制作しませんか。
13	ヘルシーランチ	益山尚子	中央公民館	初回6/7 日曜日 (不定期)	9:00	□食材料代500円,エプロン,三角巾 ○楽しい栄養講話と季節の食材で作るランチ。聞いてなるほど,食べて納得の講座です。
14	ギター	赤井隆宏	中央公民館	初回6/3 第1・3水曜日	19:00	□ギター,クリアファイル,筆記用具 ○昔懐かしのフォークソングから最新のJPOPまで,弾いて歌って楽しみましょう!
15	日本舞踊綾木流	塚田恵美	中央公民館	初回6/13 第2・4土曜日	10:00	□お持ちの浴衣,着物,帯,足袋,腰ひも2本(※お持ちでない方は羽織,コート,私服でも可) ○日本舞踊の基本から教えます。未経験者や子どもも大歓迎です。一緒に楽しく踊りませんか。
16	つまみ細工★	芝原いく子	中央公民館	初回6/28 第4日曜日	14:00	□ピンセット,布用ボンド,必要な材料は初回に説明 ○最初は簡単なお花から作っていきます。自分の好きな布でチャームを作れるように頑張りましょう。
17	着付けと盆踊り★	芝原いく子	中央公民館	初回6/10 第2水曜日	19:30	□浴衣,腰紐2本,伊達締め,コーリンベルト(お持ちの方のみ),半巾帯 ○浴衣を自分で着れるように着付けを覚えて,各地の盆踊りを楽しく覚えましょう。

音楽・学問・趣味等

18	飾り雛★	龍相いさ子	夢工房龍宮教室	初回6/8 第2・4月曜日	10:00	□裁縫道具,手芸用綿花,ちりめんキット購入(800~1,500円程度) ○古来より伝わる飾り雛で娘や孫の無病息災を祈り,ちりめん動物・野菜・花を作ります。
19	陶芸★	龍相いさ子	夢工房龍宮龍宮窯	初回6/7 第1・3日曜日	10:00	□エプロン,小さな洗面器,タオル2枚,道具,コンパネ板45cm×45cm(2枚),粘土500円(毎回),釉薬・窯焼代500円(毎回) ○器も料理のひとつです。自作の器で料理を楽しみましょう。
20	ブラおおさき★	清山重則	中央公民館・屋外(まち歩き)	初回6/13 第2土曜日	13:00	□筆記用具 ○郷土の歴史を振り返って,もっともっと大崎を好きになってみませんか。

21	スポーツウエルネス 吹き矢	横山はるみ	中央公民館	初回6/11 第2木曜日	13:30	□吹き矢道具(初めてのの方は道具はありますがマウスピース代として100円の自己負担があります。) ○吹き矢で健康寿命を延ばしませんか。
22	3B体操(大崎)	柳原タミ子	中央公民館	初回6/3 第1・3水曜日	19:30	□動きやすい服装,タオル,上履き(シューズ) ○3B体操でリフレッシュ!!音楽に合わせて行う健康体操です。誰でも気軽に楽しめますよ。
23	3B体操(野方)	堀之内美紀	野方地区活性化センター	初回6/2 第1・3火曜日	19:30	□タオル ○補助用具を使って気持ちよくゆっくり身体を伸ばし,一緒にリフレッシュしましょう。
24	ストレッチ&ヨガ	新村裕子	中央公民館	初回6/2 第1・3火曜日	19:30	□からだを動かしやすい服装,バスタオルかヨガマット ○年齢や体力に応じて,無理なく始められるヨガで心身ともに,健康なからだづくりをめざしましょう。
25	大崎介護予防太極拳	川口勝久	中央公民館	初回6/1 毎週月曜日	19:00	□運動のできる服装 ○中国伝統武術の太極拳に腹式呼吸法を利用した「気功」と脳を活性化させる「手話」を組み合わせた健康運動を楽しんでいます。一度体験してみてください。
26	心とカラダをゆるめる 和みの手当て	遠矢涼子	中央公民館	初回6/11 第2・4木曜日	10:00	□ヨガマット又はバスタオル,5本指ソックス,フェイスタオル ○自分の手でやさしく触れて全身をゆるめ,簡単なポーズと呼吸で心身のバランスを整えていきます。
27	弓道	益満宏美	大崎町弓道場	初回8/5 毎週水曜日	19:00	□飲み物,タオル,足袋(ない場合は靴下),道具貸出あり(無料) ○弓道仲間を募集中。未経験者も大歓迎です。
28	季節ごとの心身を 整えるヨガと呼吸法	森山美保子	中央公民館	初回6/2 第1・3火曜日	10:00	□ヨガマット,ヨガブロック2個,バスタオル又はブランケット ○季節による私達の心身の変化を感じ取り,自分にとって”丁度いい加減”を見つけながらセルフケアするヨガをします。自分自身に向き合い,整える大切な時間になればと思います。
29	卓球	福永清春	大崎町総合体育館	初回6/6 土曜日 (不定期)	13:30	□運動できる服,シューズ,ラケット(ない方は5本程,貸出できます),タオル,飲み物 ○経験や年齢を問わず,初めての方も安心してご参加いただけます。楽しみながら,心も体もいきいきと。この機会に卓球で新しい一歩を踏み出してみませんか。
30	四半的弓道の歴史と 実技	坂元茂木	中央公民館	初回6/5 毎週金曜日	18:30	□服装自由,負担なし ○島津藩発祥の,全国でも珍しい座って射るミニ弓道です。小さな弓・矢で的を狙う郷土の歴史ある競技を体験しませんか。子どもから大人まで楽しめます。
31	健康テニス(硬式)★	清山重則	大崎町中央公園テニスコート	初回6/3 第1水曜日	13:00	□運動できる服装,ラケット・ボールは貸し出します。 ○テニスで健康維持・楽しく仲間づくりをしましょう。

スポーツ・運動・健康

★...令和8年度新規開設講座

※開講日・開始時間等は変更になることがあります

切り取り線

2026生涯学習講座 受講申込書

氏名	フリガナ	※ ○をつけてください (ア)各講座毎の名簿を作成するのに電話番号を表記してよろしいですか。 ()同意 ()不同意
住所	〒 -	(イ)受講者は ()大人 ()小人
電話番号	-	※記載いただいた個人情報は,名簿作成及び連絡のみに使用します。
講座名	講座	講座

★...令和8年度新規開設講座

※開講日・開始時間等は変更になることがあります