

きくよう

令和6年度

講座案内



受付期間:4月1日(月)~4月15日(月)
定員に余裕がある場合は、随時受け付けます。



受講を希望する皆さんへ

- 講座の申込みは、2ページの「菊陽町各種講座受講申込書」に記入のうえ、提出するか、主催講座は各施設の申込入力フォームから申込みできます。
- 申込みについては、初めての方を優先とし、抽選により受講を決定します。
※定員に満たない場合は、先着順になります。
- 講座によっては、受講料のほかに教材費等の実費負担が必要になります。
- 定員に満たない場合は開催できない場合があります。
- 施設の都合により講座日程を変更(中止)する場合があります。
- 自主講座については、各講座ごとに取り決めがありますので、詳細を確認してから申込みしてください。



菊陽町・菊陽町教育委員会



目次

受講申込書	2
① 生涯学習課	4
② 中央公民館	4~6
③ ふれあいの森研修センター	7・8
④ 南部町民センター	9・10
⑤ 武蔵ヶ丘コミュニティセンター	11・12
⑥ 東部町民センター	13・14
⑦ 西部町民センター	15・16
⑧ 三里木町民センター	17・18
⑨ 図書館・⑩ 武蔵ヶ丘児童館	19
健康ポイント⑪について	20
施設マップ	21・22

★お知らせ★

◇令和5年度まで開講していた

- ・ 貯筋運動教室
- ・ 初めての卓球教室
- ・ 朝ヨガ
- ・ キッズスポーツ教室
- ・ スマートエクササイズ教室
- ・ キッズラン教室

などの講座は、別冊子「健康・スポーツ講座・教室案内」に掲載されています。
お問い合わせは、スポーツ振興課(096-288-7877)にお尋ねください。

菊陽町各種講座受講申込書（コピー可）

施設名	南部町民センター・東部町民センター・中央公民館・西部町民センター 武蔵ヶ丘コミュニティセンター・ふれあいの森研修センター・生涯学習課・三里木町民センター		
講座名	主催・自主		<input type="checkbox"/> ※1 回目受講
ふりがな		学校名(小・中学校)	
氏名	年代に○をつけてください。 (10代・20~30代・40~50代・60~70代・80代~)		年生
		電話	緊急時連絡先
保護者氏名			(本人との関係：)
住所 (アパートの場合 アパート名、棟号 も記入ください。)	㊦	(行政区名)	
	※町外の方のみ勤務先の住所	<input type="checkbox"/> 町内	<input type="checkbox"/> 町外
講座中に撮影した写真を広報誌等へ掲載しても良いですか？ (例：広報・講座案内・ホームページ 等)		○をつけてください。 (はい ・ いいえ)	
三里木町民センターの受講生は託児が利用できます。		○をつけてください。 (希望する・希望しない)	

切り取り線

※1 今回申し込む講座のこれまでの受講回数を記入してください。

(注) 1 この申込書は、受付期間内（4/15 まで）であれば、この冊子に掲載されているどの施設でも受け付けられます。

受付期間以降は、各施設へお問い合わせください。

2 主催講座については、各施設の「申込入力フォーム」からの申込みもできます。

3 個人情報については、目的以外には使用いたしません。

■申込多数の場合の抽選結果については、下記のいずれかを希望します。

はがきなどの郵便

電話連絡（開講通知は別途通知します。）

メール：メールアドレスを記入ください。

()

※申込入力フォームから申し込まれた方は、メールで連絡します。

菊阳町各种课程申请表【中国語】

设施编号		课程编号	
如何阅读		电话号码	紧急联系人 (人与人之间的关系)
姓名			
一代	请用圆圈圈起来 10代・20～30代・40～50代・60～70代・80代～		
地址	〒		
您是否允许您在课程期间拍摄的照片发表在公关杂志等上？			请用圆圈圈起来 (是 ・ 否)

我们不会将您的个人信息用于任何其他目的。

Application Form for Courses in Kikuyo 【English】

Facility No.	<i>B</i>	Course No.	<i>15</i>
Add Furigana		Phone Number	Emergency Contact : (Relationship:)
Name			
Age	Circle the applicable one 10's・20's.30's・40's.50's・60's.70's・over 80		
Address	〒		
May we publish a picture that is taken during a course in our public relations magazine?			Please circle your answer (YES ・ NO)

*We will never use your personal information for any other purposes.



生涯学習課

受付時間 平日8:30～17:00(月～金)

TEL 232-4917

FAX 232-2156

主催講座

※募集方法や詳細については
広報などでお知らせします。

1 ジュニアリーダー大募集!

年間を通して、野外体験活動やボランティアを計画中。いろんなことにチャレンジして、自分の可能性を広げよう!

- 開講日 5月26日(日)月1～2回程度活動
- 対象 町内在住の小学5年生～高校生
- 受講料 内容によりその都度徴収
- 申込方法 申込入力フォーム又は電話
- 申込締切 4月30日(火) 



ジュニアリーダー募金活動の様子

2 屋久島町子ども交流会

菊陽町と姉妹都市盟約を結んでいる屋久島町の子ども達と交流を深めよう!

- 開講日 8月16日～19日 3泊4日
- 場所 鹿児島県熊毛郡屋久島町
- 対象 小学5年生～中学2年生
- 定員 20名

3 図書館お泊り探検隊

本の森に囲まれて、時間を気にせず好きな本を好きなだけ読もう!

- 開講日 9月13日～14日 1泊2日
- 場所 菊陽町図書館
- 対象 町内在住の小学5年生～中学生
- 定員 20名

4 学生ボランティア大募集!

生涯学習課主催の体験活動をサポートしてくれる学生を大募集!小中学生のリーダーと一緒に活動しよう!

- 対象 菊陽町近郊在住の高校生～大学生、専門学校生
- 実施内容 アクティブキッズキャンプ(1泊2日参加必須)、野外活動、ものづくり講座等
- その他 主催講座の参加費、宿泊費等(食事代は除く)は町で負担します。ボランティア証明書を発行します。

5 アクティブキッズキャンプ

今年は登山にチャレンジ!!様々な体験活動を通じ、友達と過ごす集団生活の楽しさと達成感を体験しましょう。

- 開講日 10月12日～13日 1泊2日
- 場所 国立阿蘇青少年交流の家
- 対象 小学4年生～6年生
- 定員 20名



菊陽町中央公民館

開館時間 平日・土曜 8:30～22:00 日・祝 8:30～17:00



TEL 232-2116

FAX 232-2156

<https://logoform.jp/form/X72Q/496009>

【中央公民館シニアカレッジ(旧高齢者大学)】

※申し込みは平日・土曜 8:30～17:00

- 時間 10:00～12:00
- 年間受講料 1,000円(日帰り研修は別途徴収します)
- その他 持参物や材料費については申し込み後、別途お知らせします

対象：菊陽町在住の60歳以上の方

開講日	内 容		講 師
5月15日	【開講式】 座学	「高齢者の健康管理と食事」	高野病院 管理栄養士
7月17日	実技	「健康体操」 ※新設された総合体育館の見学もします	社会教育指導員 平松 弘子
9月18日	実技	「米粉パン作り」	西 美和 氏
11月20日	研修	日帰り研修	場所未定(熊本県内)
1月15日	【閉講式】 座学・実技	「健康音楽講座 音楽の花束」 ～音楽で素敵な笑顔に～	音楽プレゼンター 稲田 裕子 氏

※年間スケジュール等は変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。



菊陽町中央公民館

開館時間 平日・土曜 8:30~22:00 日・祝 8:30~17:00



TEL 232-2116

FAX 232-2156

<https://logoform.jp/form/X72Q/496009>

主催講座

【子ども向け講座】

※講座申し込み受付は平日・土曜 8:30~17:00

1 子ども硬筆

綺麗な字は一生の宝です。正しい書き方をしっかり身につけきれいな字を書けるようになります。

- 講師 藤原 三恵子 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜 第2水曜日(全10回)
- 時間 16:00~17:30
- 対象 小学生(1年生~3年生)
- 定員 10名
- 受講料 2,000円
- 持参物 ノート、鉛筆(詳細はお知らせします)

2 子ども造形絵画教室

季節を感じる様々な素材に触れていきます。造形や絵画を通して自由な表現活動を楽しみましょう。

- 講師 緒方 麻子 氏
- 開講日 9月4日(水)
- 開講曜 第1・第3水曜日(全8回)
- 時間 16:00~17:30
- 対象 小学生(1年生~3年生)
- 定員 10名
- 受講料 1,600円
- その他 材料費600円(初回のみ)

3 子ども体操教室

跳び箱や平均台、マット運動など、様々なプログラムにチャレンジ。運動が苦手な方も丁寧に教えます。体力・運動能力の向上を目指しましょう。

- 講師 NPO法人クラブきくよう
- 開講日 9月7日(土)
- 開講曜 第1・第3土曜日(全12回)
- 時間 10:00~11:30
- 対象 小学生(1年生~3年生)
- 定員 15名
- 受講料 2,400円
- 場所 町民体育館(中央公民館横)

4 子どもチアダンス教室

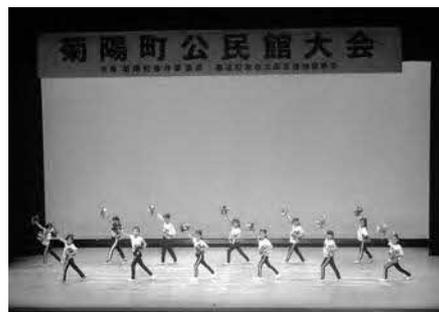
ダンスを通して人前で踊る楽しさや、表現力を身に付けませんか。初めての方も丁寧に教えます。

- 講師 KCPK
- 開講日 9月7日(土)
- 開講曜 第1・第3土曜日(全12回)
- 時間 10:00~11:30
- 対象 小学生(1年生~6年生)
- 定員 15名
- 受講料 2,400円
- 場所 町民体育館(中央公民館横)

5 親子パン教室

親子で米粉パンを美味しく楽しく作りましょう。

- 講師 西 美和 氏
- 開講日 9月14日(土)
- 時間 10:00~12:00
- 対象 小中学生・保護者
- 定員 7組
- 受講料 1組400円
- その他 材料費



子どもチアダンス教室

【大人向け講座】

6 料理教室

季節の食材を使った和食料理を学びませんか。魚のさばき方や、盛り付け方も教えます。年齢・性別問わず、仲間同士、楽しく料理をしましょう。

- 講師 井之口 明洋 氏
- 開講日 5月16日(木)
- 開講曜 第3木曜日(全8回 8月と1月を除く)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,600円
- 持参物 材料費 毎回700円程度

7 リラックスヨガ

呼吸を重視してゆっくりと動いていきましょう。初めての方も気軽にご参加ください。

- 講師 星子 ひとみ 氏
- 開講日 5月16日(木)
- 開講曜 第1・第3木曜日(全15回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 8名
- 受講料 3,000円
- その他 ヨガマット ※持ってない方はバスタオル

8 油絵教室

始めましょう。絵を描く楽しみ、絵を観る楽しみ。初めての方も大歓迎です。

- 講師 内田 勝弘 氏
- 開講日 5月22日(水)
- 開講曜 第4水曜日(全7回)
- 時間 13:00~16:00
- 定員 10名
- 受講料 1,400円
- 持参物 油絵道具やイーゼルをご準備ください。詳細はお尋ねください。

9 パン教室

調理パンやスイーツパンなど簡単でおしゃれなパンを仲間同士、楽しみながら作りませんか。

- 講師 飯田 まゆみ 氏
- 開講日 6月1日(土)
- 開講曜 第1土曜日(全8回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,600円
- 持参物 材料費 毎回700円程度

10 シニア向けスマホ教室

スマートフォンの基本操作を学びませんか。使い方に困っている方はお気軽にご参加ください。

- 講師 パソコン・スマホ・タブレット教室バスタ
- 開講日 6月4日(火)11日(火)、18日(火)
- 開講曜 毎週火曜日(全3回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 8名
- 受講料 600円
- その他 スマートフォン持参

11 実用ペン書道

いざという場できちんと書ける美文字を身につけましょう。年賀状も手書きでつくれますよ。

- 講師 橋口 秀芳 氏
- 開講日 7月12日(金)
- 開講曜 第2・第4金曜日(全10回)
- 時間 19:00~20:30
- 定員 10名
- 受講料 2,000円
- その他 材料費300円(初回のみ)

12 浴衣着付け教室

夏祭りに浴衣で出かけませんか。着付け初心者の方も気軽にご参加ください。

- 講師 酒井 恵 氏
- 開講日 8月3日(土)
- 時間 別途お知らせします
- 定員 10名
- 受講料 200円
- 持参物 浴衣一式

13 暮らしの整理術

片付けの基本と実践を学びます。考え方や手順を身につけて快適に楽しく暮らしましょう。

- 講師 岩見 栄子 氏
- 開講日 10月3日(木)、10日(木)、17日(木)
- 開講曜 木曜日(全3回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 受講料 600円
- 持参物 筆記具



パン教室

※「青少年健全育成町民会議主催講座」の募集詳細については、広報やホームページでお知らせします。

こくさいこうざ
国際講座



対象：菊陽町に住んでいるどなたでも



対象：菊陽町に住んでいる日本人



対象：菊陽町に住んでいる方どなたでも

14 大人の英会話教室 (入門編)

英語を少しでも話せるようになりたい方、これから楽しく学んでいきませんか。初心者大歓迎です。

- 講師 村松 陽子 氏
- 開講日 5月9日(木)
- 開講曜日 第2・4木曜日(全20回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 8名
- 受講料 4,000円
- 持参物 筆記用具
- ※テキスト代が別途必要

15 やさしい日本語の話し方教室

日本で暮らす外国人の困りごとを理解しながら、外国人に伝わりやすいやさしい日本語の話し方を学びましょう。

- 講師 尚綱大学 山川 仁子 氏
- 開講日 6月6日・6月13日・6月20日
- 開講曜日 木曜日(全3回)
- 時間 19:00~20:30
- 定員 10名
- 受講料 600円
- 持参物 筆記用具

16 台湾を学ぼう

台湾の歴史や文化を楽しく学びましょう。挨拶程度の簡単な中国語も学びます。

- 講師 朱 裴苓 (シュペイリン) 氏
- 開講日 6月12日・6月19日・6月26日
- 開講曜日 水曜日(全3回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 受講料 600円
- 持参物 筆記用具



参加したい人は、中央公民館で申し込みをください。
在留カードを持ってきてください。

如果您想参加,请在菊陽町中央社区中心申请。请携带在留卡。

If you would like to participate, please apply at the Kikuyo Town Central Community Center. Please bring your residence card.

対象(参加できる人)
菊陽町に住んでいる外国人
菊陽町で働いている外国人と家族

はじめての日本語教室

日本語や日本の暮らしについて一緒に勉強しましょう。日本人の先生が教えます。

让我们一起学习日语和日本生活吧! 日语老师会教你。

Let's study Japanese and Japanese life together! A Japanese teacher will teach you.

- 講師 前田 隆博 氏
- 開講日 5月10日(金)
- 開講曜日 第2・4金曜日(全20回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円
- 持参物 筆記用具
- ※テキスト代が別途必要

- 老师 前田 隆博 先生
- 开始日期 5月10日
- 上课日 第2、第4周五(共20次)
- 学习时间 10:00~11:30
- 容量 10人
- 学费 4,000日元
- 要带的东西 书写用具
- 笔记; 此外,您还需要支付教科书费用。

- Teacher Mr. Takahiro Maeda
- Start date May 10th
- Class days 2nd and 4th Friday (20 times in total)
- Study time 10:00~11:30
- Capacity 10 people
- Tuition fee 4,000 yen
- things to bring writing utensils note; In addition, you will need to pay for textbooks.

自主講座

NO	講座名	開催日	時間
1	高齢者スポーツクラブ	第2・4月	午前
2	ギタークラブ	毎週火	夜間
3	健康気功	第2・4火	午前
4	短歌教室	第3火	午後
5	フラダンス	第2・4火	午前
6	舞踊教室	第1・3火	午前
7	着物リメイク&洋裁	第2・4木	午前

NO	講座名	開催日	時間
8	大正琴	第2・4水	午前
9	囲碁教室	毎週木	午後
10	さわやかスポーツ	月4回(木)	午前
11	書道教室	第1・3土	午前
12	外村民謡教室	第1・3土	午前
13	カラオケ教室	第1日	午前
14	子どもそろばん教室	毎週火・金	午後

※自主講座へ入会希望の方は、各講座ごとの取り決めがありますので、該当講座を見学され詳細について確認して入会して下さい。



主催講座

1 子ども硬筆教室

心を落ち着かせて正しい姿勢で文字の書き方を学びます。

- 講師 山田 華径 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2・4水曜日(全20回)
- 時間 16:30~17:30
- 定員 10名(小学1年生~3年生)
- 受講料 4,000円
- その他 教材費等実費負担

2 子ども絵画教室

絵の具や絵筆の使い方を習得して、自分に合ったペースで楽しみながら絵画を学びます。

- 講師 坂本 俊治 氏
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 5.6.7.8.9月第1・3土曜日(全10回)開講日のみ第2土曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名(小中学生)
- 受講料 2,000円
- その他 教材費等実費負担

3 やさしいヨガ

身体の緊張を和らげ、心身のバランスを整えるヨガを学びます。

- 講師 日高 淳子 氏
- 開講日 5月10日(金)
- 開講曜日 毎月第2・4金曜日(全20回)
- 時間 13:30~15:00
- 定員 10名(大人)
- 受講料 4,000円
- その他 材料費等実費負担

4 着付け

普段着から留袖まで自分で着付けができるように学びます。

- 講師 堀 寿子 氏
- 開講日 5月18日(土)
- 開講曜日 毎月第1・3土曜日(全20回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 8名(大人)
- 受講料 4,000円
- その他 材料費等実費負担

5 茶道 (表千家)

表千家の茶道を通して正しい礼儀作法を学びます。

- 講師 河田 千恵 氏
- 開講日 5月18日(土)
- 開講曜日 毎月第3土曜日(全10回)
- 時間 13:30~15:30
- 定員 8名
- 受講料 2,000円
- その他 材料費等実費負担

6 季節のアートクラフト

季節を感じるアイデアいっぱいのクラフト作りを学びます。

- 講師 内田 早苗 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2水曜日(全10回)
- 時間 13:30~15:30
- 定員 10名(大人)
- 受講料 2,000円
- その他 材料費等実費負担

7 季節のフラワーアレンジ

楽しみながら四季の花々のアレンジ作りを学びます。

- 講師 中山 貴美子 氏
- 開講日 5月15日(水)
- 開講曜日 毎月第3水曜日(全10回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名(大人)
- 受講料 2,000円
- その他 材料費等実費負担

8 初めてのパン教室

楽しみながらいろいろな種類のおいしいパン作りを学びます。

- 講師 飯田 まゆみ 氏
- 開講日 5月18日(土)
- 開講曜日 毎月第3土曜日(全10回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名(大人)
- 受講料 2,000円
- その他 材料費等実費負担

9 スマートフォン・タブレット入門講座

スマートフォン・タブレットの基本操作や、より楽しく使いやすい活用法などを学びます。

- 講師 (有)マリオネット
- 開講日 11月8日(金)
- 開講曜日 毎週金曜日(全5回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 8名(大人)
- 受講料 1,000円
- その他 テキスト代 1,500円は実費

10 台湾発見講座 I

料理や簡単な台湾語の会話を通して台湾の文化を学びます。

- 講師 蔡 孟君 氏
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 5.6.7.9月第2土曜日※8月なし(全5回)※9月は第4土曜日も実施
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名(大人)
- 受講料 1,000円
- その他 材料費等実費負担
- ※講座 11 との申込みはできません。

11 台湾発見講座 II

料理や簡単な台湾語の会話を通して台湾の文化を学びます。

- 講師 蔡 孟君 氏
- 開講日 10月12日(土)
- 開講曜日 10.11.12.1.2月第2土曜日(全5回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名(大人)
- 受講料 1,000円
- その他 材料費等実費負担
- ※講座 10 との申込みはできません。



台湾発見講座

〈申込み上の留意事項〉

- 休館日は日曜日・祝日および 12月29日から1月3日までです。
- 受講料は講座開講日に徴収します。
- 大人の講座に子どもは参加できませんので、あらかじめご了承ください。
- 受講決定後のキャンセルは、速やかに連絡をお願いします。

単発講座

講座内容や募集方法については町広報誌や子ども情報誌などでお知らせします。

NO	講座名	開催月・時間	対象	定員
1	子どもパッキング講座	年3回予定(6月・10月・11月) 10:00~12:00	小中学生	10名程度
2	ふれ森わくわく講座	年2回予定(7月・8月) 10:00~12:00	小中学生	10名程度
3	スポーツ	年3回予定(6月・7月・8月) 9:30~11:30	小中学生	10名程度
4	講座			
	ポッチャ	年3回予定(9月・10月・11月) 9:30~11:30	小中学生	10名程度
	スナッグゴルフ			
5	鶏ハム作り	6月予定 10:00~12:00	大人	10名程度
6	よく飛ぶ竹とんぼ作り	8月予定 10:00~12:00	小学生とその保護者	6組程度
7	ゆかたの着付け講座	8月予定 13:00~15:00	小学生から大人	10名程度
8	子ども陶芸教室	9月予定 10:00~12:00	小中学生	10名程度
9	正月のオードル作り	12月予定 10:00~12:00	大人	10名程度
10	おしゃれ締め飾り作り	12月予定 10:00~12:00	大人	10名程度
11	クリスマス・正月寄せ植え作り	12月予定 10:00~12:00	大人	15名程度
12	親子アップルパイ作り	1月予定 10:00~12:00	小学生とその保護者	5組程度
13	カルタ会・ホットドッグ作り	1月予定 10:00~12:00	小学生とその保護者	8組程度



子ども硬筆教室



スナッグゴルフ講座



子どもパッキング講座



季節のフラワーアレンジ



茶道(表千家)



やさしいヨーガ

自主講座

NO	講座名	開催曜日・時間	対象	定員
1	メディカルアロマ教室	毎月第4水曜日 19:00~21:00	大人	10名程度
2	カラオケ教室	毎月第1・3月曜日 13:30~15:30	大人	10名程度
3	3B体操教室(昼)	毎月第1・3水曜日 13:30~15:00	大人	8名程度
4	3B体操教室(夜)	毎週金曜日 20:00~21:30	大人	8名程度
5	絵手紙教室	毎月第2・4土曜日 10:00~12:00	大人	14名程度
6	書道教室	毎月第2・4金曜日 16:00~18:00	幼児から大人	15名程度
7	着付け教室	毎月第2土曜日 10:00~12:00	大人	6名程度
8	コーラス教室	毎月第1・3土曜日 13:30~15:30	大人	10名程度
9	フラダンス教室	毎月第1・3金曜日 14:00~16:00	大人	15名程度
10	千唐流空手教室	毎週火曜日 17:00~18:30	小学生	新規5名程度
		18:30~21:00		



菊陽町南部町民センター

開館時間 平日・土曜8:30~22:00(受付は17:00まで)



TEL 292-3200
FAX 292-3250
<https://logoform.jp/form/X72Q/507865>

主催講座

1 子ども硬筆(1・2年生)

小さい時に正しい書き方をしっかり身につけましょう。

- 講師 藤原 三恵子 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日(全17回)
- 時間 16:00~17:30
- 定員 15名
- 受講料 3,400円

※夏季休業中等休講

2 子ども習字(3年生以上)

毛筆で書く楽しみと集中力を身につけましょう。

- 講師 齊藤 薫子 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2・4水曜日(全19回)
- 時間 16:00~17:30
- 定員 15名
- 受講料 3,800円

※別途お手本代等必要。12/25は休講

3 キッズサッカー(1・2・3年生)

サッカーに親しみながら、基礎体力づくり、仲間づくりをめざします。

- 講師 NPO法人クラブきくよう
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 毎月第2・4土曜日(全15回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 15名
- 受講料 3,000円

※夏季・冬季休業中等休講の場合あり。

4 絵手紙教室

絵手紙は感じたままに自由に書くことが大切です。

- 講師 板垣 アキ子 氏
- 開講日 5月15日(水)
- 開講曜日 毎月第3水曜日(全10回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円

※用具レンタル代 300円(1か月)

5 健康体操

明るく、楽しく身体を動かしましょう。

- 講師 佐藤 孝子 氏
- 開講日 5月13日(月)
- 開講曜日 毎月第2・4月曜日(全15回)
- 時間 13:30~15:30
- 定員 10名
- 受講料 3,000円

※国民の祝日は振替なしの休講

6 フラワーアレンジ&ガラスアート

押し花、ガラスアートなどの作品を作って楽しみませんか。

- 講師 上田 廣子 氏
- 開講日 5月15日(水)
- 開講曜日 毎月第3水曜日(全10回)
- 時間 14:00~16:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円

※材料代実費。

7 パン教室

美味しいパンを手軽に作ります。

- 講師 飯田 まゆみ 氏
- 開講日 5月10日(金)
- 開講曜日 毎月第1金曜日(全10回)
- 時間 9:30~12:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円

※材料代実費。5月、1月は第2金曜日に実施

8 心と体が喜ぶ健康家庭料理

ちょこっと薬膳とハーブを用いて日々の献立を考えましょう

- 講師 緒方 由紀 氏
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 毎月第2土曜日(全10回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円

※材料代実費。

9 竹細工

真っ直ぐな竹を割る、剥ぐ、曲げる、編む。繊細で美しい一品を作ってみませんか。

- 講師 岩木 幸廣 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日(全20回)
- 時間 13:30~15:30
- 定員 6名
- 受講料 4,000円

※材料代実費。

10 手持ちパソコン講座(初級)

ワード、エクセルの基礎操作と、様々な活用法を学びます。

- 講師 (有)マルチニーク
- 開講日 5月10日(金)
- 開講曜日 金曜日(全8回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 8名
- 受講料 1,600円

※テキスト代実費

11 手持ちパソコン講座(中級)

ワードやエクセル操作のレベルアップに挑戦しませんか。

- 講師 (有)マルチニーク
- 開講日 10月25日(金)
- 開講曜日 金曜日(全6回)
- 時間 10:00~11:30
- 定員 8名
- 受講料 1,200円

※テキスト代実費

12 腰痛・肩こり解消ストレッチ

ストレッチを中心に腰痛肩こり体操や正しい姿勢、歩き方を学びます。

- 講師 豊原 行男 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 水曜日(全6回)
- 時間 14:00~15:30
- 定員 8名
- 受講料 1,200円

※申込方法 講座案内添付の申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。

- ※注意事項 1 申込多数の場合は、申込期間終了後抽選し、決定後連絡します。
- 2 一度納められた受講料は、返金できない場合があります。

※南部町民センター利用者連絡協議会の加入費として、一般500円(子ども200円)が必要です。

自主講座

NO	講座名	開催日	時間	定員
1	太極拳・鞭杆教室	毎週火	10:00~13:00	15人程度
2	外村歌謡教室ひまわり(昼)	第1・2・3木	13:30~15:30	15人程度
3	外村歌謡教室たんぼぼ(夜)	第1・3木	19:30~21:30	15人程度
4	フラダンス(夜)	第1・2・3水	20:00~22:00	15人程度
5	ひよつとこ	第2木	20:00~22:00	20人程度
6	ケナクンパ(ケーナ教室)	第2・3・4金	10:00~12:00	15人程度
7	楽しいリメイク・パッチワーク	第2木	10:00~13:00	10人程度
		第4木	13:00~16:00	10人程度
8	琴	第2・4土	13:30~15:30	10人程度
9	藤扇の会(日舞)	毎月1・2・3土	10:00~12:30	5名程度

《単発講座》

NO	講座名	日時	対象	定員
1	お正月の「オーダブル料理」	12月中旬 10:00~12:00	一般	10名
2	正月用フラワーアレンジ(生け花)	12月下旬 14:00~15:30	一般	15名

※詳細は、「広報 きくよう」でひと月前に募集します。

《我が町よかところ探訪》自然・文化・歴史を学んで郷土理解を深めましょう

NO	講座名	日時	対象	定員
1	「津森郷の猿田彦」 (受講料 200円)	7月5日(金) 10:00~12:00	一般	15名
2	「細川家のお姫様と西南戦争」 (受講料 200円)	10月4日(金) 10:00~12:00	一般	15名

※詳細は、「広報 きくよう」でひと月前に募集します。



竹細工



子ども習字(3年生以上)



キッズサッカー(1・2・3年生)



単発講座

1 親子プログラミング教室 (体験学習・小学生対象)

プログラミングを楽しく基礎から学び、応用力を身につけましょう。

- 講師 (有)マリオネット
- 開講日 5月18日
- 開講曜日 土曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10組
- 受講料 400円/全1回
- その他 材料代等別途負担

2 デコパージュ教室

楽しくオリジナル作品を作り、家庭の中に作品を飾りましょう。

- 講師 松田 美穂子氏
- 開講日 6月12日、6月26日
- 開講曜日 第2,4水曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 400円/全2回
- その他 材料代等別途負担

3 季節の花アレンジ教室

ドライフラワー・多肉植物・砂・蜜ろうなどを使った季節の花アレンジ教室です。

- 講師 吉村 忍氏
- 開講日 8月7日
- 開講曜日 毎月第1水曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,000円/全5回
- その他 教材費等別途負担



デコパージュ作品

4 花咲く書道

十人十色の個性を大事に、書く事を通じて笑顔と会話で楽しく作品作りをしましょう。

- 講師 望月 美穂氏
- 開講日 9月13日、10月11日
- 開講曜日 第2金曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 400円/全2回
- その他 材料代等別途負担

5 パステルアート

誰でも簡単に描く事の出来るアートです。楽しく作品作りをしましょう。

- 講師 稗島 明美氏
- 開講日 9月18日、10月16日、11月20日
- 開講曜日 第3水曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 600円/全3回
- その他 材料代等別途負担

運動講座

6 大人のフラダンス教室 (初心者向け)

基本から優しく学び、気軽にフラダンスを楽しみましょう。

- 講師 橋本 ハルミ氏
- 開講日 5月9日
- 開講曜日 第2,4木曜日
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,200円/全6回
- その他 動きやすい服装でお越し下さい。

7 朝のヨーガ教室

ゆっくりとした動きと呼吸で身体を目覚めさせ、元気に一日を始めましょう。

- 講師 碓氷 千絵氏
- 開講日 6月15日
- 開講曜日 第1,3,5土曜日
- 時間 9:30~11:00
- 定員 7名
- 受講料 1,400円/全7回
- その他 ヨガマットがバスタオルをご持参下さい。

音楽講座

8 手持ちウクレレ教室 (初心者大人向け)

弦楽器が初めての方向け講座です。童謡から始めポップス等を弾きます。

- 講師 菅 みどり氏
- 開講日 8月6日
- 開講曜日 毎週火曜日
- 時間 19:00~20:30
- 定員 7名
- 受講料 1,600円/全8回
- その他 教材費等別途負担
ウクレレお持ちでない方相談

パソコン講座

9 手持ちパソコン講座 初級

パソコンの立上げ方から文章づくり(ワード)表計算(エクセル)の初心者向講座です。

- 講師 (有)マリオネット
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 月、水曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 受講料 2,000円/全10回
- その他 テキスト代実費

10 手持ちパソコン講座 中級

初級からのレベルアップ。Wordを使った書類の作成や Excel での表計算他

- 講師 (有)マリオネット
- 開講日 11月6日(水)
- 開講曜日 月、水曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 受講料 2,000円/全10回
- その他 テキスト代実費

タブレット講座

※らくらくフォンは対応出来ない場合があります

11 スマートフォン・タブレット入門講座 Android (持ち込み限定)

基本操作、アプリの取得、キャッシングショッピングセキュリティ対策などの活用などを学びます。

- 講師 (有)マリオネット
- 開講日 11月5日(火)
- 開講曜日 火、木曜日
- 時間 10:00~11:30
- 定員 10名
- 受講料 1,200円/全6回
- その他 テキスト代実費

- ※ 開講に満たない講座は、菊陽町広報等にて募集案内をいたします。
- ※ 諸事情により日時の変更の場合があります。
- ※ 詳しくは、武蔵ヶ丘コミュニティセンターへお問い合わせください。

自主講座

講座名	講座曜日	時間
健康・ダンス・踊り		
1 ストレッチコース 楽しいポップダンス	毎週 月	9:30~11:00 11:00~12:30
2 フラダンスみどりの森	第1,3 火	10:00~12:00
3 中山民俗舞踊芳智会	第1,2,4 金	10:30~12:30
4 ヨーガ	毎週 木	20:00~21:00
5 楽しいバレエ講座	毎週 火木	18:00~22:00 16:30~20:00
6 実践体育学体操 三井島システム	毎週 水	10:00~12:00
7 火曜卓球会	毎週 火	13:00~16:00
8 木曜卓球会	毎週 木	13:00~16:00
9 金曜卓球会	毎週 金	13:00~16:00
10 土曜卓球愛好会	毎週 土	13:00~16:00
11 自 彊 術	第2,3,4 火	10:00~12:00
12 メリーホッパーズ バトン教室	毎週 土	10:00~13:00
13 楽しいジュニアバレエ& ダンスレッスン	毎週 土	16:00~19:00
14 楽しいジュニアジャズダンス	毎週 月	18:00~20:00
15 ヨガプレイスアトマ	毎週 月	20:00~21:00
教養・書道・囲碁		
1 ペン・書道	第2,4 火	13:00~16:00
2 佳葉書道会	第1,2,3 月	16:30~19:30
3 実用書道	第1,3 金	10:00~12:00
4 絵手紙 (はなしのぶの会)	第2,4 月	13:00~16:00
5 囲 碁	毎週 金	13:00~17:00
6 古文書を読む会	第1,3 水	13:30~15:30

講座名	講座曜日	時間
手芸・お花		
1 編み物教室	第1,3(土)第4(金)	10:00~12:00
2 フラワーサークル	第2,4 月	9:30~12:30 18:30~21:30
3 モダンフラワーアート	第2,4 木	10:00~12:00
4 大人の切り絵教室	第3 木	13:00~15:00
5 菊陽華道会	第2,4 土	10:00~12:00
音楽		
1 菊陽武蔵剣豪太鼓	毎週 水金	19:00~22:00 19:00~22:00
2 詩歌吟詠道(奏山会)	毎週 火	10:00~12:00
3 マーガレット(大正琴)	第2,4 土	16:00~18:00
4 女性コーラス(コールキャロット)	第1,3 木	10:00~12:00
5 熊本シンフォニックウインズ	毎週 土	19:00~22:00
6 ぞうざ歌謡教室	第1,3 火	13:00~16:00
7 リコーダー de アンサンブル	第2,4 土	13:00~15:00
武道		
1 合気道愛真館	毎週 月	19:30~21:30
2 井上道場	毎週 金	19:00~21:00
3 少年空手道	毎週 月木	19:00~21:00 19:00~21:00
4 少年剣道	毎週 水	19:00~22:00
5 少林寺拳法	毎週 金	19:00~21:00
6 琉球少林流空手道月心会	毎週 火	19:00~21:00
7 合気道豊心館	毎週 土	19:00~22:00
8 スポーツチャンバラ	毎週 火	19:00~22:00
9 光の森剣道クラブ	毎週 木	19:30~21:30
その他		
1 菊池わかぎ(手話サークル)	第1,2,3,4 火	19:30~21:30

※ 自主講座への入会希望の場合は、各講座ごとの取り決めがありますので、該当講座を見学され詳細について確認して入会して下さい。



主催講座

1 小学生硬筆・書道教室(1,2年生)

小さい時から正しい書き方を学びます。前期は硬筆、後期は習字もできます。

- 講師 齊藤 薫子 氏
- 開講日 4月27日(土)
- 開講曜日 毎月第2・4土曜日(全20回)
- 時間 13:00～15:00
- 定員 8名(検定料5,500円)
- 受講料 4,000円

2 小学生書道教室(3～6年生)

正しい姿勢と書き方で、美しい文字を学びます。硬筆も行います。

- 講師 齊藤 薫子 氏
- 開講日 4月20日(土)
- 開講曜日 毎月第1・3土曜日(全20回)
- 時間 13:00～15:00
- 定員 8名(検定料5,500円)
- 受講料 4,000円

3 キッズエアロビクス(小学1～6年生)

音楽に合わせて動くと、心と体が喜びます。一緒に楽しく笑顔で踊りましょう♪

- 講師 田上 陽爽 氏
- 開講日 5月18日(土)
- 開講曜日 毎月第1・3土曜日(全20回)
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 4,000円(上靴を準備)

4 実用書道教室

爽やかな墨の香りに包まれて、日常生活に必要なのし書きなど楽しく学びます。

- 講師 齊藤 薫子 氏
- 開講日 5月14日(火)
- 開講曜日 毎月第2・4火曜日(全20回)
- 時間 9:30～11:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

5 大正琴教室(初級)

大正琴を基礎から学び、演奏を楽しみましょう。

- 講師 星子 愛子 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日(全20回)
- 時間 13:00～15:00
- 定員 8名
- 受講料 4,000円

6 大正琴教室(中級)

日本古来の音色を楽しみながら、指先と頭を使うことで若さを保ちましょう。

- 講師 星子 愛子 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日(全20回)
- 時間 10:00～12:00
- 定員 8名
- 受講料 4,000円

7 三味線教室(初級)

三本の弦で奏でる、伝統芸能の和楽器。今から、始めてみませんか？

- 講師 外村 信子 氏
- 開講日 5月20日(月)
- 開講曜日 毎月第1・3月曜日(全20回)
- 時間 13:30～15:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

8 三味線教室(中級)

心のふるさと民謡の他にも、三線譜でナツメロや歌謡曲も弾けて楽しめます。

- 講師 外村 信子 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2・4水曜日(全20回)
- 時間 13:30～15:30
- 定員 8名
- 受講料 4,000円

9 健康体操教室

心と体を健やかに。明るく楽しい人生のために、程よく体を動かしましょう。

- 講師 佐藤 孝子 氏
- 開講日 5月20日(月)
- 開講曜日 毎月1・3月曜日(全20回)
- 時間 13:30～15:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

10 3B体操教室

3種類の道具を使って行う健康体操。色々なダンスが楽しみです。

- 講師 紫藤 あけみ 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日(全20回)
- 時間 19:30～21:30
- 定員 8名
- 受講料 4,000円

11 昼のソフトヨーガ教室

正しい姿勢とストレッチで血液やリンパの流れを活発にし、免疫力を高めましょう。

- 講師 小田 泰子 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2・4水曜日(全20回)
- 時間 10:00～12:00
- 定員 15名
- 受講料 4,000円

12 絵てがみ教室

「下手がいい 下手でいい」が合い言葉。絵てがみは、温かい気持ちにさせてくれます。

- 講師 植村 安弘 氏
- 開講日 5月2日(木)
- 開講曜日 毎月第1・3木曜日(全20回)
- 時間 13:30～15:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

13 ソフトエアロビクス教室

有酸素運動と筋力トレーニングで健康な身体をつくりましょう。

- 講師 大村 利恵 氏
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 毎月第2・4土曜日(全20回)
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

14 民謡・民舞教室

民謡にあわせて楽しく踊り、仲間づくりと健康維持をしましょう。

- 講師 小池 多鶴子 氏
- 開講日 5月14日(火)
- 開講曜日 毎月第2・4火曜日(全20回)
- 時間 13:30～15:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

15 カラオケ教室

楽しく歌って、ストレスを解消しましょう。

- 講師 外村 信子 氏
- 開講日 5月17日(金)
- 開講曜日 毎月第1・3金曜日(全20回)
- 時間 19:30～21:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円

16 手持ちパソコン教室(初級)

パソコン操作の基礎から文書作成まで。始めるなら、今でしょう！

- 講師 中嶋 裕子 氏
- 開講日 5月13日(月)
- 開講曜日 毎月第2・4月曜日(全20回)
- 時間 19:30~21:30
- 定員 8名
- 受講料 4,000円(教材費別)

19 小物づくり教室

かわいい小物を自分で作り、部屋に飾ったり身に付けたりしませんか。

- 講師 中田 榮子 氏
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 毎月第2土曜日(全10回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 8名
- 受講料 2,000円(材料費2回分で1,500円)

17 男の料理(肴を作る)教室

季節の食材を生かした簡単レシピを和やかな雰囲気の中で作ります。

- 講師 緒方 由紀 氏
- 開講日 5月15日(水)
- 開講曜日 毎月第3水曜日(全10回)
- 時間 10:00~12:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円(材料費別)

18 ひよっとこ踊り教室

踊って楽しい、見て楽しい。全身を動かしてストレッチ。心身共にリフレッシュしましょう！

- 講師 江島 均 氏
- 開講日 5月13日(月)
- 開講曜日 毎月第2月曜日(全10回)
- 時間 19:30~21:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円

単発講座

20 お菓子づくり教室

21 小物づくり教室

詳細は、広報でお知らせします。

※ **人権講演会** 10月(詳細は、広報でお知らせします。)

講座生の方は、積極的に参加をお願いします。多くの方々と共に人権について考えましょう。

昼間一人でお過ごしの高齢者のみなさん、
楽しい時間を一緒に過ごしましょう。

お達者くらぶ

- 開講曜日 毎週火曜日
- 時間 13:30~15:00

室内ペタンクは楽しいですよ！

申し込みはいりません。自由に参加できます。

※申込期間は、4月1日(月)から4月15日(月)までです。ただし、定員に余裕がある講座は、随時受付ます。

※受付時間は、月曜日から土曜日の8時30分から17時までです。

※講座案内添付の申込書に必要事項を記入のうえ、お申し込みください。

※成人の講座に、子ども同伴での参加はできません。

※申込者が少ない時は、開講できない場合があります。

※講座日が祝日等により開催できない場合は、振替日を設けて開催いたします。

※受講料、検定料、教材費等は講座開講日にお支払いください。おつりがいらぬ様準備願います。

※一度納められた受講料は、返金できない場合があります。

※講座生の方及び保護者の方は、講座発表会の際にご協力をお願いします。



小学生書道教室



キッズエアロビクス教室



ソフトエアロビクス教室



菊陽町西部町民センター

開館時間 平日 8:30～22:00 土曜日 8:30～17:00(受付は 17:00 まで)



TEL 338-3443

FAX 338-3072

<https://logoform.jp/form/X72Q/506267>

- 申込み方法… 4月1日(月)～15日(月)にて受け付けし応募多数の場合は抽選選考致します。ただし定員に余裕がある講座は、随時受け付けます。
 - ・講座案内添付の申込書に必要事項を記入の上、お申込みください。
 - ・なお**受講料およびセンター祭協力金 100円**は講座開講日にお支払い下さい。
 - ・受付時間は月曜日から土曜日の8:30から17:00までです。(祝祭日は除く)
 - ・申込者が少ない場合は開講できない場合があります。
 - ・講座によっては材料費等の実費負担があります。・一度納められた受講料は返金できない場合があります。
- ※主催講座を受講される方や保護者の方には、センター祭へのご協力をお願いしております。

主催講座

1 小学生書道教室

正しい姿勢と筆の持ち方で、文字を書く楽しさを学びましょう。硬筆もあります。

- 講師 橋口 秀芳 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日
- 時間 16:30～18:00
- 対象者 小学生
- 定員 15名
- 受講料 4,000円/全20回
- その他 材料代1,000円

2 健康マージャン教室(初級)

頭の体操などに持ってこい!仲間づくりなどを目的としたお金をかけない麻雀です。

- 講師 藤森 雄一郎 氏
- 開講日 5月9日(木)
- 開講曜日 毎週木曜日
- 時間 9:00～12:00
- 定員 8名
- 受講料 4,000円/全20回
- その他 テキスト代1,000円

3 ペン字教室

文字を正しく、美しく書きたいと思いませんか?色々な筆記具で作品を仕上げます。

- 講師 城戸 泰代 氏
- 開講日 5月2日(木)
- 開講曜日 毎月第1・3木曜日
- 時間 13:30～15:30
- 定員 10名
- 受講料 4,000円/全20回
- その他 材料代2,200円

4 和食の極み教室

寿司の握り方や魚のさばき方など和食の極意がどなたでも楽しく学べる講座です。

- 講師 井之口 明洋 氏
- 開講日 5月14日(火)
- 開講曜日 毎月第2火曜日
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,600円/全8回
- その他 材料代600円～

5 キッズイングリッシュ教室

小学生1年生から3年生までの子どもたちが、遊びを通して、楽しく英語が学べます。

- 講師 スチュアート 氏
- 開講日 5月14日(火)
- 開講曜日 毎月第2・4火曜日
- 時間 17:00～18:00
- 対象者 小学1・2・3年生
- 定員 10名
- 受講料 4,000円/全20回
- その他 参考書代 2,000円



キッズイングリッシュ教室

6 寄せ植え教室

季節の花を使った、植え方やきれいに見えるコツが学べます。楽しい寄せ植えを始めませんか。

- 講師 ナーゼリーズJAPAN
- 開講日 4/22・9/30・11/11・12/9・2/3
- 開講曜日 月曜日
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,000円/全5回
- その他 材料代2,000円～2,500円



パンとスイーツ教室

7 パンとスイーツ教室

簡単に出来るおしゃれなパンとスイーツをみんなで楽しく作りませんか。

- 講師 住田 万智子 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1火曜日
- 時間 19:00～21:30
- 定員 10名
- 受講料 1,600円/全8回
- その他 材料代別途



寄せ植え教室

8 ヨガ教室

体も心もラク～になるヨガ。初めての方も経験のある方も楽しんでいただける内容です。

- 講師 佐藤 まき 氏
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎月第1・3火曜日
- 時間 13:30～15:00
- 定員 10名
- 受講料 4,000円/全20回
- その他 ヨガマットをお持ちの方はご持参ください。

9 やさしい台湾華語教室

日常会話から台湾の生活習慣などを学び交流を深めていきませんか。

- 講師 ^{リャンイェンツン}梁晏綾 氏
- 開講日 5月9日(木)
- 開講曜日 毎月第2・4木曜日
- 時間 10:00～11:30
- 定員 10名
- 受講料 3,200円/全16回
- その他 材料代別途

10 ゴルフ教室

49歳以下対象の夜のレッスンです。
仕事帰りに気軽に受講できます。

- 講師 合志 竜哉 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2・4水曜日
- 時間 19:30~21:00
- 場所 武蔵ヶ丘ロイヤルゴルフレンジ
- 定員 20名
- 受講料 4,000円/全20回
- その他 クラブ持参

11 健康ゴルフ教室

50歳以上の方対象に日中に教室を開催します。
健康維持に自由に楽しくやりましょう。

- 講師 合志 竜哉 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 毎月第2水曜日
- 時間 10:00~11:30
- 場所 武蔵ヶ丘ロイヤルゴルフレンジ
- 定員 20名
- 受講料 2,000円/全10回
- その他 クラブ持参



ゴルフ教室

※材料・施設料等の実費があります。※申込者が少ない場合は、開催できない場合があります。

自主講座

講座名		曜日		時間	講座名		曜日		時間
1	社交ダンス	毎週	月	10:00~12:00	12	オカリナ	毎月第1	水	19:00~21:00
2	囲碁同好会	毎週	月	13:00~17:00	13	ひまわり(ミニバレー)	毎週	木	13:00~15:00
3	琉球少林流空手道月心会	毎週	月	17:00~20:00	14	洋裁&着物リメイク	毎月第1・3	木	9:30~12:30
		毎週	水	17:00~20:00			毎月第4	水	9:30~12:30
4	卓球愛好会	毎週	火	9:30~11:30	15	金星ひまわり(卓球)	毎週	金	14:00~16:00
5	武蔵ヶ丘日本語教室	毎週	火	10:00~12:00	16	金曜卓球クラブ(KTTC)	毎週	金	9:30~11:30
6	居合道 武蔵会	毎週	火	15:00~17:00	17	スイートピー(大正琴)	毎月第1・3	土	10:00~11:30
7	南八久保ミニバレー	毎週	水	9:30~12:30	18	囲碁振興会・大会	毎月第4	土	9:30~11:30
8	外村歌謡教室(カトリア)	毎月第1・2・3	水	10:00~12:00	19	絵手紙	毎月第2・4	土	10:00~12:00
9	菊陽ミント会(水彩画)	毎月第1・2・4	水	13:00~16:00	20	千馬道場(空手)	毎週	土	9:00~11:00
10	ウイング(ミニバレー)	毎週	水	15:00~17:00	21	フォークダンス	毎週	木	10:00~12:00
11	健康マージャン(中級)	毎週	水	9:00~12:00	22	ほうかごHIP-HOPクラブ	毎週	金	16:30~17:30

★自主講座への入会希望の方は、講座の代表者へ取り次ぎますので、当センターまでご連絡下さい。
なお、講座ごと取り決めがありますので、見学等で内容を確認のうえ入会を決めてください。
また、入会は随時受け付けておりますが、定員がある講座もありますのでご了承ください。



主催講座

三里木町民センターは「男女共同参画社会づくり実現の推進拠点」としてのセンターとなりますので、センターの意義を理解していただきすべての講座生は講座で学ぶだけでなく、男女共同参画に関する行事等にも積極的に参加、協力をお願いしています。

1 簡単お菓子づくり(初心者向け)

家庭でも簡単にできる、おいしいお菓子をみんなで楽しく作ってみませんか。

- 講師 青木 啓子 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 第2水曜日
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,200円(全6回)
※材料費は実費

2 楽しいテニス(初心者向け)

基本的な技術を身につけ、楽しくラリーやゲームをしてみませんか。

- 講師 中村 理絵 氏
- 開講日 5月14日(火)
- 開講曜日 第2・第4火曜日
- 時間 10:00～11:30
- 定員 10名
- 受講料 3,600円(全18回)
※ラケット持参 別途教材費1,000円

3 楽しく運動あそび

おうちでもできる運動あそびです。楽しく身体を動かしてみませんか。親子でも参加できます。

- 講師 Fun&Fit
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 第2・第4土曜日
- 時間 10:00～11:30
- 定員 10人
- 受講料 3,600円(全18回)
※室内シューズが必要です

4 気軽にエクササイズ

楽しく身体を動かしてみませんか。有酸素運動で、日頃の運動不足解消やストレス発散ができます。

- 講師 吉川 恭子 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 第2・第4水曜日
- 時間 19:00～20:30
- 定員 10名
- 受講料 3,600円(全18回)
※室内シューズが必要です

5 米粉クッキング

米粉で小麦アレルギーの方も大丈夫な健康メニューを作ってみませんか。楽しく料理ができます。

- 講師 持田 成子 氏
- 開講日 5月16日(木)
- 開講曜日 第3木曜日
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 1,200円(全6回)
※材料費は実費

6 楽しいピラティス

インナーマッスルを鍛えて身体のゆがみが改善できます。併せて運動不足の解消にもなります。

- 講師 山下 優子 氏
- 開講日 5月17日(金)
- 開講曜日 第1・第3金曜日
- 時間 10:00～11:30
- 定員 10名
- 受講料 3,600円(全18回)
※ヨガマットが必要です

7 やさしいハングル(旅行編)

旅行にも役に立つ、韓国の風習や文化を学んで多文化を感じてみませんか。

- 講師 金 美英 氏
- 開講日 5月8日(水)
- 開講曜日 第2・第4水曜日
- 時間 19:00～20:30
- 定員 10名
- 受講料 3,600円(全18回)
※テキスト代 別途

8 AIを活用したパソコン講座

パソコンを普段から使っている人で、動画等に興味がある人が対象です。AI(人口知能)を活用したパソコン操作を学びませんか。

- 講師 柴田 健 氏
- 開講日 5月9日(木)
- 開講曜日 第2・第4木曜日
- 時間 19:00～21:00
- 定員 10名
- 受講料 4,000円(全20回)
※パソコン持参(8GB以上)
(Windows10又はWindows11)が必要です。

9 台湾日常会話教室

簡単なあいさつや日常会話を楽しく身につけられる、初心者向けの講座です。台湾語を学んでみませんか。

- 講師 邱 桂芬 氏
- 開講日 5月11日(土)
- 開講曜日 第2・第4土曜日
- 時間 10:00～12:00
- 定員 10名
- 受講料 2,000円(全10回)



楽しいピラティス

■申込方法 講座案内添付の申込書に必要事項を記入の上、お申込みください。(受講料は後日)

■受付時間 日曜・祝日を除く 8時30分から17時まで。
※申込多数の場合は、申込期間終了後抽選し、決定後連絡します。
※一度納められた受講料は、返金できない場合があります。
※休講月がある講座もあります。
記載された内容も含め詳しくはセンターにお尋ください。



米粉クッキング

《子ども向け講座》

10 キッズK-POP

K-POP ダンスで体をいっぱい動かしてみよう。友達づくりにもなると思うよ。

- 講師 MINAMI
- 開講日 5月7日(火)
- 開講曜日 毎週水曜日
- 時間 16:00～17:30
- 定員 15名
- 受講料 4,000円(全20回)
※室内シューズが必要です

11 子どもロボットプログラミング(小学1～4年生)

自分でプログラミングしたロボットを動かしてみよう。遊び感覚で学べる講座です。

- 講師 パソコン・スマホタブレット教室/パスタ
- 開講日 5月1日(水)
- 開講曜日 第1・第3水曜日
- 時間 16:30～18:00
- 定員 7名
- 受講料 1,200円(全6回)
※タブレットとロボットはこちらで準備します

12 キッズイングリッシュ(小学5・6年生)

発音と基本的な単語を覚えて、簡単な会話ができるようになろう。

- 講師 梅原 美津子 氏
- 開講日 5月1日(水)
- 開講曜日 毎週水曜日
- 時間 16:30～17:30
- 定員 10名
- 受講料 3,600円(全18回)
※テキスト代 別途

三里木町民センターの講座受講者は、
お子さんの託児サービスが利用できます。



三里木町民センターの主催講座、自主講座を受講される方は、満1歳から就学前まで託児サービスがあります。(自主講座の夜間は不可) 詳しくはお尋ねください。お子様の保険加入(年間630円)が必要です。受講される前月までに手続きが必要です。

単発講座

- 季節の寄せ植え
- フラワーアレンジメント
- ファミリークッキング
- 花咲く書道

自主講座

○講座生にはセンター行事への積極的な参加・協力をお願いしています。
○自主講座への参加希望の方は、講座の代表者へ取り次ぎますので、当センターまでご連絡ください。
なお、講座ごと取り決めや定員がありますので、見学等で内容を確認の上参加を決めてください。

(小学生)

NO	講座名	曜日	時間
1	子ども書道	第2・4火	17:00~19:00
2	子ども書道	第1・3金	17:00~19:00

NO	講座名	曜日	時間
3	ヒップホップダンス教室	毎週金	18:00~20:00
4	空手(千唐流)	毎週土	15:00~17:00

(一般)

NO	講座名	曜日	時間
1	エアロビクス	毎週月	午前
2	3B体操	第2・3・4金	午後
3	健康空手	第1・3火	午後
4	社交ダンス	毎週木	午前
5	バドミントン	毎週火	午前
6	卓球	毎週木	夜間
7	フォークダンス	第1・2・3木	午後
8	フラダンス	第1・2・3月	午後
9	ミニバレー	毎週水	午前
10	リズムダンス	毎週金	午前
11	自彊術	第2・4火	午前
12	ひよつとこ踊り	第2・4水	午前
13	民踊・新舞踊	毎週水	午後
14	ヨ一ガ	毎週月	午前
15	ヨ一ガ	毎週火	夜間
16	ヨ一ガ	毎週木	午後
17	テニス	毎週月・水・金	午前

NO	講座名	曜日	時間
18	エンジョイ英会話	毎週水	夜間
19	英会話	第2・4火	午前
20	英会話	第2・4木	午前
21	楽しいハングル	第1・3水	夜間
22	かな習字	第2・4水	午後
23	ペン習字	第1・3月	夜間
24	ペン習字	毎週金	午前
25	華道(小原流)	第2金	午前
26	茶道(裏千家)	第1・3火	午前
27	着付け	第2・4月	午後
28	絵手紙	第2・4水	午前
29	手編み	毎週月	午前
30	トールペイント	第2・4水	午前
31	パッチワーク	第1・3月	夜間
32	花のインテリア	第2木	夜間
33	コーラス	第2・4水	午後
34	囲碁	毎週水	午後
35	健康マージャン	毎週火	午後



菊陽町図書館

TEL 232-0404
FAX 232-7761

【開館時間】

月・水・金・土・日 午前10時～午後6時
木 午前10時～午後8時

【休館日】

毎週火曜日、毎月第3水曜日
年末年始(12/29～1/3)、特別整理期間

☆朝のおはなし会☆

- 主催 おはなしの森さんさん
- 実施日 毎月第1・2水曜日
- 時間 11:00～11:30
- 場所 おはなしのへや
- 受講料 無料

「おはなし会」
などのお知らせ

☆日曜のおはなし会☆

- 主催 おはなしの森さんさん
- 実施日 毎月第2・4日曜日
- 時間 14:00～14:30
- 場所 おはなしのへや
- 受講料 無料

☆夕方のおはなし会☆

- 主催 菊陽町図書館
- 実施日 毎週木曜日
- 時間 16:30～17:00
- 場所 おはなしのへや
- 受講料 無料

☆あかちゃんと楽しむわらべうた☆

- 主催 菊陽町図書館
- 実施日 毎月第4水曜日
- 時間 ①10:30～11:00
②11:00～11:30
- 場所 おはなしのへや
- 受講料 無料

☆その他のおはなし会など☆

- 主催 人形劇ぶっくる
おはなしの森さんさん
菊陽町図書館
- ※開催日時や場所については、
広報等でお知らせします。



武蔵ヶ丘児童館行事案内(西部町民センター内)

開館時間 9:00～17:00
午前9:00～11:30 午後1:00～4:30

TEL 096-227-7200

リトルシダースクラブ活動の年間計画

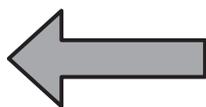
対象児…………… 菊陽町在住の親子、未就園児(4/1現在)1歳以上の幼児と保護者、登録が必要です。
 曜日、時間…………… 原則水曜日、金曜日 10:00～11:30
 活動内容…………… 1年間を通して季節の行事、運動遊び、製作、絵本、紙芝居の読み聞かせ等
 ひよこ活動…………… 0歳児の乳児の活動を月2回程行います。登録、予約は必要なしいつでも参加できます。

4月	自由来館	10月	運動会・ベビーマッサージ・ぐるぐるコンサート
5月	※誕生会、身体測定、避難訓練、製作遊びは毎月行います。 お見知り会・ふれ合い遊び	11月	親子エアロビクス・芋だんご作り
6月	歯の講習会・おはなし会・腹話術	12月	クリスマス会・劇遊び
7月	七夕会・救急法講習会・プール遊び・ぱれっと人形劇	1月	ぜんざい会・正月遊び・火災予防講習会・骨盤体操(親)
8月	自由来館	2月	豆まき会・親子リトミック・センター祭遊戯参加
9月	ふれ合い交流会(地域との交流)・親子エアロビクス	3月	ひなまつり会・プレゼント作り・お別れ会

利用案内

★児童館は乳幼児と保護者、小学生が無料で町外も利用
できます。
活動のない時間帯は自由来館でいつでも利用できま
す。詳しくは菊陽広報や児童館だよりをご覧ください。





**このマークが付いている講座は、
『きくよう健康倶楽部』の健康ポイントが
付与されます。**

- きくよう健康倶楽部会員には、対象講座終了後、参加した回数に応じて健康ポイントが付与されます。
- 付与されるまでに日数がかかる場合がありますのでご了承ください。
- きくよう健康倶楽部事業の理念から、対象となる講座は「20歳以上の人向けの講座」「健康増進の為の講座」「特定の競技・種目ではない講座」「主催講座」としています。

まだ会員ではない方へ



この機会に始めませんか？健康ポイント事業
きくよう健康倶楽部

「きくよう健康倶楽部」は、会員が活動量計(万歩計)等を身に付け、健康活動(ウォーキング等)を行い、ポイントを貯め、ポイントに応じた商品券等に交換することにより、楽しく、お得に健康づくりに取り組むことを目的とした事業です。

講座受講申込書を提出しただけでは会員とはなりませんのでご注意ください。

「きくよう健康倶楽部」の申込については、下記のとおりとなります。

【対象者】 菊陽町在住、または菊陽町に勤務する20歳以上の人

【申込場所】 ①菊陽町役場 健康・保険課
②光の森町民センター内 施設予約カウンター
③菊陽町総合交流ターミナル さんふれあ館内

【費用】 継続・新規参加料は無料ですが、令和6年度から、活動量計の購入費用(4,300円)が必要になります。過失により活動量計を紛失・破損した場合も再購入費用が発生します。

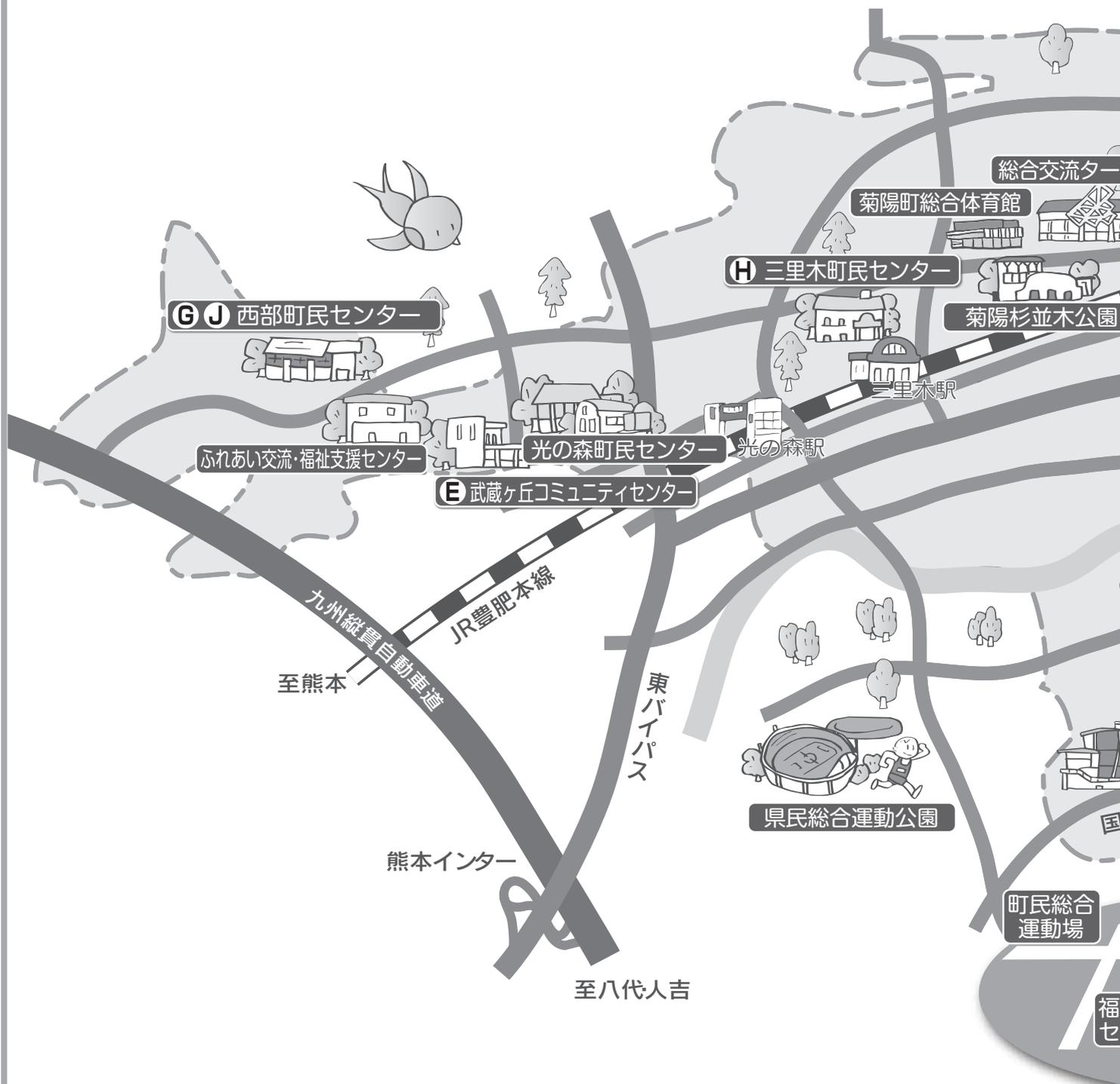
また、スマホアプリを登録すると、スマホを万歩計として利用することができます。ただし、利用できない機種がありますので、事前に確認してください。

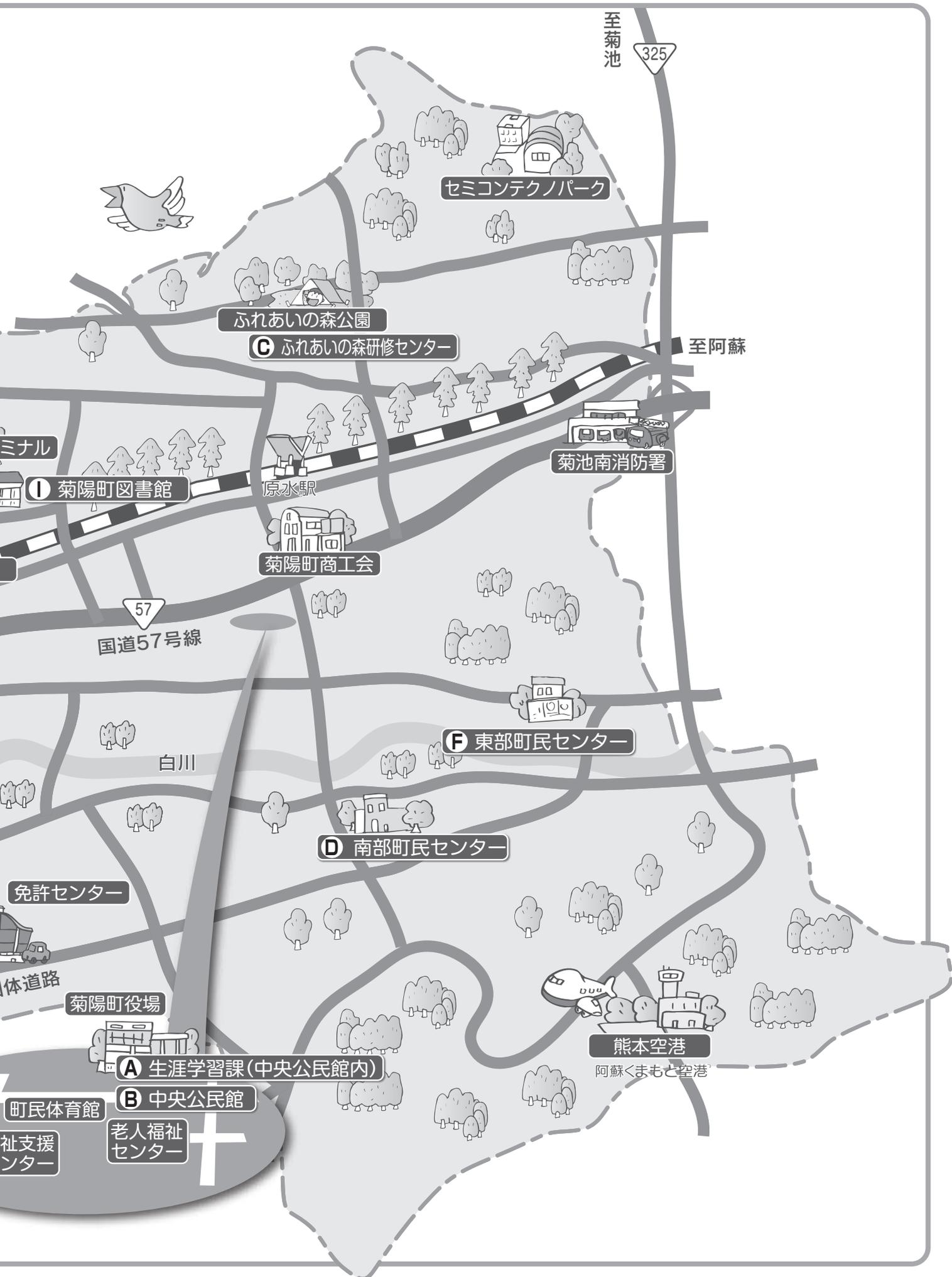
【交換商品】 商品券及び利用券

詳しくはこちらへお問合せください

問合せ先：健康・保険課 TEL：232-4912

菊陽町施設マップ。





ホームページ



申請フォーム



出前講座ご案内

生涯学習

町が行っている仕事のいくつかを、町の職員が講師になり、皆さんの地域やグループへお話をお届けします。いろいろな機会にご利用ください。

「そこを聞きたい」
「ここが知りたい」
「これを学びたい」



受講できる人は

町内に住んでいる人、勤めている人または在学している5人以上の団体やグループです。地域、学校、企業、子ども会、自治会活動、育児サークル、PTA活動などで、ご利用ください。

申し込みは

中央公民館、各町民センター窓口にて配布している申込書を生涯学習課まで提出するか、QRコードから申請フォームにご入力ください。

出前講座メニュー

NO	講座名	NO	講座名
1	不審者対策講座	17	ごみの減量とリサイクル
2	防犯講座	18	菊陽町の下水道
3	防災について	19	明日の農業を考える
4	男女共同参画の現状と課題	20	菊陽町のまちづくり
5	これからの児童館活動	21	乗合タクシーを使ってみよう
6	楽しい子育て	22	巡回バス「キャロッピー号」
7	都市計画制度のはなし	23	消費者問題出前講座
8	町の財政状況	24	地域学校協働活動のすすめ
9	身近な税金	25	菊陽町の歴史を探る
10	人権ってなんだろう	26	軽運動教室
11	健康なくらし講座	27	ニュースポーツ紹介と体験
12	国民健康保険制度	28	選挙のしくみ
13	後期高齢者医療制度	29	マイナンバーカードとその利活用
14	認知症について知ろう	30	国民年金のはなし
15	介護保険制度	31	町の商工業について
16	環境問題について考える		

※この出前講座の申し込みは、下記の団体に直接お申し込みください。

NO	講座名	団体名	申込連絡先
1	困ったときはお互いさま！	菊陽町社会福祉協議会	事務局 TEL096-232-3593
2	土地改良区をご存知ですか	大菊土地改良区	総務課 TEL096-293-6851
3	救命講座	菊池南消防署	救急課 TEL096-232-9331
4	防火講座	菊池南消防署	消防課 TEL096-232-9331
5	交通安全教室	大津地区交通安全協会	事務局 TEL096-294-4110

希望する講座が上記メニューにない場合でも、実施できる場合がありますので、お気軽に生涯学習課へお問い合わせください。TEL：232-4917 FAX：232-2156