

令  
和  
8  
年  
度  
サ  
ー  
ク  
ル  
一  
覧  
表

※ご利用は自主責任(開錠～清掃・施錠まで)で  
ご協力お願い申し上げます。

	名 称	開講日時	講 師	定員	会 費 等	内 容
書 道	小学生書道教室 (時間帯の中で随時)	火曜日 15:00～17:00	新保 寛石	30	月 1,500円 教材費 500円	力強い筆運びで文字に親しみ、感性を磨こう
	実用書道教室	第1・3水曜日 9:30～11:30	橋本伊智子	20	月 2,000円	実用の書・かな書・漢字(大筆)
漢詩吟	吟詠サークル	第2・4金曜日 13:30～15:00	春木 岳令	15	月 1,500円	腹式呼吸で腹筋、正しい姿勢を保つ事で、背筋が鍛えられ、老化防止に！優雅な舞も
	小松梅林吟社(漢詩)	水曜日 14:00～16:00	畠中 栄	12	月 500円	漢詩の作詞・作吟、漢文の勉強会
	梅吟会	第1・3月曜日 13:30～15:00	安津 謙二	15	月 1,500円	腹式呼吸で健康とストレスを解消しましょう！
踊	歌謡舞踊教室	第1・3金曜日 13:00～15:00	—	20	—	新舞踊・歌謡舞踊で楽しく優雅に人生を
楽 器	ピアノ教室	第1・3水曜日 10:00～, 13:30～	山下 啓子	15	月 2,500円	音感を磨き、豊かな感受性で若々しく
	大正琴サークル	第2・4水曜日 13:30～15:00	公下 明音	15	月 3,000円 教材費 1,000円	左手はボタン、右手はピック 数字譜を見ながら懐かしい曲で楽しく！
	ハーモニカサークル	第2・4水曜日 15:00～16:30		15	月 3,000円 教材費 1,000円	やさしい奏法から奥深い奏法まで癒しの音色で心穏やかに
	オカリナサークルあすなろ	不定期火曜日 13:20～15:00	米口 麻里	20	月2回 3,000円	素朴な音色のオカリナを仲間と共に楽しみませんか
	らくらくキーボードサークル	第2・4月曜日 10:00～11:00	中根 裕美	10	月 2,000円	好きな曲を弾きながら脳も心も健康に！ 楽譜が読めない方大歓迎！
	Mana'o ulu wale (ウクレレ)	土曜日 10:00～12:00	高本 壮一	30	要問合せ	ハワイの風を感じて あなたの人生に素敵な音と彩りを
	クラシックギターサークル	要問合せ	清水たず子	5	月 2,000円	まずは一緒にやってみませんか？ 見学・体験あります！
唱	中央合唱団	金曜日 19:30～21:00	多田 淳子	30	月 2,200円	音のハーモニーが、心のハーモニーに
	ハモ♪ラビ	不定期水曜日 19:30～21:00	—	15	1回 200円	J-POPからコスペルまでハモリアカペラ中心に 楽しく歌おう
	ときめきコーラス	不定期木曜日 10:00～12:00	長澤 幸乃	15	月 3,000円 (その他教材費)	今時の歌を中心にコーラス♪音符が読めなくても歌えます
	カラオケ愛好会	土曜日 10:00～12:00	—	20	2ヶ月 1,000円	楽しく歌って、いつまでも元気で
生 花	稚松生花クラブ (草月流)	第1・3火曜日 10:00～12:00	太田 莢玲	10	月 2,000円 (教材費あり)	季節の花を活け楽しい一時を過しましょう
	花あそび (昼)	第4木曜日 13:30～15:00	岸 純子	15	月 2,000円 (初回のみ器代500円)	身近な材料を使った季節のフラワーアレンジ、 思いがけない花の出来映えを楽しみませんか！
	花あそび (夜)	第4金曜日 19:30～21:00		15	—	
絵	絵手紙教室	第2・4木曜日 19:30～21:00	西城 静子	15	月2回 2,000円	言葉で言えないことでも素直になれる！ 生涯学習としておすすめ
運 動	稚松ワクワク体操	金曜日 10:00～11:00	—	30	年間 2,000円	楽しく身体を動かし、いつまでも健康に！！
	3B体操	第2・4木曜日 10:00～11:00	藤田 孝子	10	月2回 2,000円	ボール・ペル・ペルダーの用具を使い、 音楽に合わせて楽しむ体操
	太極円クラブ(太極拳)	火曜日 19:30～21:00	今森 淑子 その他日本連盟指導員	15	月 2,500円	足腰を鍛え、バランス感覚を良くし転倒防止になります 骨密度が上がります
	練功クラブ	第1・3土曜日 13:30～14:30		15	1回 500円	身体の痛みを和らげ病気を予防するケア体操 呼吸が深くなります
	太極結クラブ(太極拳)	水曜日 19:30～21:00	真鍋 悅子 日本連盟指導員	10	1回 500円	穏やかで、ゆっくりした動きで、筋力アップする 生涯スポーツです
	ペタンククラブ	第2月曜日 13:30～14:30	—	15	—	ペタンク世界に普及・・・
	ピンポンクラブ	火曜日 9:30～12:00	—	15	—	ピンポンの弾ける音がいい 白球に集中 体も心も鍛えよう
	アンフィニ空手クラブ 小中学生対象	水曜日 19:30～20:45	中川 明子	10	月 3,000円	礼に始まり礼で終わる 集中できる心と相手を思いやる気持ちを大切に
	だれで～もヨガ	不定期土曜日 午前中	佐賀 麻美	20	要問合せ	ご予約 <a href="https://reserva.be/daredemoyoga">https://reserva.be/daredemoyoga</a> お問合せ 公式ライン <a href="https://lin.ee/Q2iPOsB">https://lin.ee/Q2iPOsB</a>
手工芸	手編みサークル	第2・4水曜日 9:30～11:30	園山 真樹	15	月 2,500円	心のこもった手作り作品を作ろう！
	パッチワーク教室	第1・3木曜日 9:30～11:30	村田 範子	10	月 1,500円	生活に密着したパッチワーク作品作りを楽しみましょう!!
	くらふとの輪	不定期月曜日 10:00～12:30	—	10	—	物づくりを楽しみながら、誰でも気軽に交流できる場です。子連れOK！編み物や絵画入門できます。
語 学	ニューイングリッシュ	水曜日 9:30～10:30	Mizu France Katherine	10	要問合せ	英語をツールに友達を・・・
パソコン	パソコン教室 シニア&ミドルクラス	火曜日 9:30～11:00 13:20～14:50	金栄外喜次	10	月 3,000円 (開始月1,000/月)	イロハのイから教えます！
		木曜日 9:30～11:00		10		
碁 将	碁将俱楽部	第2・4水曜日 13:30～15:30	—	15	—	チョット待ったは・・・

【お問合せ】

稚松地域世代間交流館(市立稚松公民館)

〒923-0911 小松市大川町3-102-5

TEL 24-5805 [chisho-k@city.komatsu.lg.jp](mailto:chisho-k@city.komatsu.lg.jp)