

令和7年度市立公民館講座一覧

美容・健康・癒やし

やさしい★ナイトピラティス	芦城
対象／女性 第1・3水 19:30～20:30 定員／20人 全14回（4/16～11月）	
バランスボールエクササイズ	芦城
対象／一般 第2・4金 11:00～12:00 定員／20人 全12回（6/13～11月）	
【新規】リズムダンス健康教室	国府
対象／一般 第2・4金 9:30～11:00 定員／15人 全10回（5/9～10月）	
やさしい太極拳教室	国府
対象／一般 第2火 13:30～15:00 定員／10人 全12回（4/8～3月）	
ゆったりヨガ教室	国府
対象／一般 第4水 13:00～14:00 定員／10人 全8回（4/23～11月）	
健康体操教室	松東
対象／55歳以上 月2～3回火 10:00～11:15 定員／15人 全20回（4/8～3月）	
太極拳入門教室	松東
対象／一般 第2・4土 10:00～11:30 定員／15人 全18回（4/12～3月）	
ポールウォーキング教室	松東
対象／一般 第2・4木 10:00～11:30 定員／15人 全12回（4/10～3月）	
健康寿命サポート	松陽
対象／一般 基本月3回木 13:10～14:20 定員／25人 全20回（4/17～3月）	
コンディショニングエアロビクス	松陽
対象／一般 第2・4木 10:00～11:15 定員／25人 全13回（4/24～12月）	
ピラティス	松陽
対象／一般 第1・3水 10:00～11:00 定員／25人 全14回（4/16～12月）	
はじめてのヨガ	松陽
対象／一般 第2・4火 9:30～10:30 定員／25人 全12回（4/22～12月）	
太極拳	松陽
対象／一般 第1・3金 13:30～15:00 定員／20人 全12回（4/18～12月）	

気功体操	松陽
対象／一般 第1・3水 13:00～14:00 定員／20人 全10回（5/7～11月）	
ずっと健康♡あたまとからだ	松陽
対象／一般 夏季・冬季金 10:00～11:00 定員／12人 全9回（7/18～2月）	
健康ヨーガ教室	安宅
対象／一般 第1・3火 9:30～10:30 定員／20人 全18回（4月～1月）	
リラックスヨガ教室	安宅
対象／一般 土曜日 15:30～16:30 定員／10人 全12回（4月～3月）	
元気はつらつ体操教室	安宅
対象／一般 第2・4木 13:30～14:30 定員／25人 全20回（4月～2月）	
ずっと健康♡あたまとからだ教室	安宅
対象／一般 第2・4火 13:15～14:15 定員／12人 全8回（5月～9月）	
【新規】やさしいピラティス	南部
対象／一般 第2・4木 10:00～11:00 定員／25人 全14回（5月～12月）	
シニアのいきいき体操教室	南部
対象／一般 第2・4木 13:30～14:30 定員／25人 全14回（5月～12月）	
笑いヨガ教室	南部
対象／一般 第1土 13:30～14:30 定員／10人 全5回（6月～10月）	
姿勢改善！ゆるりヨガ	第一
対象／一般 基本第2・4月 13:30～14:30 定員／22人 全16回（4/21～12月）	
（仮）ゆったりと呼吸体操	第一
対象／一般 第2・4木 10:00～11:30 定員／15人 全4回（9月～10月）	
【新規】（仮）尿トラブルの原因と予防法	第一
対象／未定 未定 定員／20人 全1回	
健康太極拳教室	板津
対象／一般 月2回火 13:30～15:00 定員／15人 全18回（4/15～3月）	
らくらくエアロビクス教室	板津
対象／一般 第1・3木 13:30～14:45 定員／15人 全12回（4/17～12月）	

リラックスヨガ教室	板津
対象／一般 第3金 13:30～14:30 定員／20人 全7回（4/17～7月）	
リフレッシュ体操教室	板津
対象／65歳以上 月1～3回金 10:00～11:30 定員／30人 全20回（4/18～11月）	
【新規】リズムダンス教室	板津
対象／一般 第4火 13:30～15:00 定員／15人 全6回（5/27～11月）	
【新規】歌う健康法	中央(東陵会館)
対象／一般 第1・3水 10:00～11:00 定員／10人 全18回（4/16～3月）	
忙しい人のリラックスヨガ	中央(東陵会館)
対象／一般 第2・4火 19:00～20:00 定員／10人 全8回（4/25～8月）	
リラックス健康ヨガ教室	中央(東陵会館)
対象／一般 第1・3金 10:00～11:15 定員／20人 全18回（4/18～3月）	

ライフスタイル

世代間交流 茶道教室	稚松
対象／一般 月1回土 10:30～11:30 定員／5人 全10回（5/31～3月）	
【新規】はじめての料理教室	芦城
対象／シニア 月2回金 10:00～11:30 定員／10人 全4回（4/11～5月）	
アイシングクッキー	芦城
対象／一般（4才以上未定） 定員／20人 全1回	
苔玉教室	国府
対象／一般 第4土 10:00～11:30 定員／15人 全1回（4/26）	
お正月花飾り教室	国府
対象／一般 第4金 19:30～20:30 定員／15人 全1回（12/26）	
書道教室	松東
対象／一般 第1・3木 9:30～11:00 定員／10人 全8回（4/10～7月）	

令和7年度市立公民館講座一覧

【新規】そば打ち体験	松東
対象／子ども～シニア 土曜日 10:00～12:00 定員／15人 全1回（11月）	
おもてなし寿し作り	松陽
対象／一般 基本第2月 13:30～15:00 定員／8人 全4回（5/12～10月）	
寿しケーキ作り	松陽
対象／一般 第2月 13:30～15:00 定員／8人 全1回（11/10）	
【新規】地元の野菜をおいしく	松陽
対象／一般 金曜日 13:30～15:30 定員／10人 全2回（6/27・10月）	
【新規】季節の薬膳	松陽
対象／一般 第4金 13:30～15:30 定員／10人 全3回（5/23～11月）	
ガーデニング教室	安宅
対象／一般 土曜日 10:00～11:00 定員／10人 全4回（5月～12月）	
【新規】防災食を食べよう	安宅
対象／一般 土曜日 10:00～11:30 定員／10人 全1回（8/23）	
書道教室	南部
対象／一般 第2・4土 13:30～14:45 定員／20人 全15回（5月～12月）	
【新規】避難所運営ゲーム（HUG）を体験しよう！	第一
対象／小学生以上 土曜日 13:30～15:30 定員／20人 全1回（6/14）	
家庭菜園講座（秋冬野菜編）	第一
対象／一般 土曜日 13:30～15:30 定員／18人 全1回（7/5）	
家庭菜園講座（春夏野菜編）	第一
対象／一般 水曜日 13:30～15:30 定員／18人 全1回（2/11祝）	
書道教室	板津
対象／一般 第1・3水 9:30～11:30 定員／15人 全16回（5/7～3月）	
ガーデニング教室	板津
対象／一般 第4土 10:00～11:30 定員／12人 全2回（5/24・10/25）	
クッキングスクール	中央(東陵会館)
対象／一般 第2水 13:30～15:00 定員／10人 全12回（4/9～3月）	

趣味教養	
タブカフェーそってどんな国？	稚松
対象／一般 月1回土 10:30～11:30 定員／15人 全6回（5/24～1月）	
小松原大学-稚松はつらつ講座-	稚松
対象／一般 第3木 13:30～15:00 定員／20人 全8回（4/24～12月）	
バスピック-歩く地域探訪-	稚松
対象／一般 月1回 午前中 定員／30人 全6回（4/22～12月）	
【新規】映画観賞会	稚松
対象／一般 隔月 午前中 定員／15人 全5回（5/27～12月）	
やさしい謡曲・仕舞教室	芦城
対象／一般 毎週金 14:00～15:00 定員／12人 全24回（4/4～9月）	
【新規】「小松と芦城」の歴史を深掘りする会	芦城
対象／一般 日曜日 10:00～11:30 定員／24人 全5回（4/20～9月・8月休み）	
歴史探訪バスの旅	国府
対象／一般 第4金 8:30～16:00 定員／20人 全1回（6/27）	
歴史文化教室	松東
対象／一般 土曜日 10:00～11:30 定員／15人 全1回（7/5）	
初めてのカードマジック	松陽
対象／一般 第2・4水曜日 19:30～21:00 定員／10人 全4回（4/23～6月）	
うたごえ教室	安宅
対象／一般 第2・4火 10:00～11:00 定員／20人 全18回（4月～2月）	
【新規】マイライフ&エンディングセミナー	安宅
対象／シニア 金曜日 10:00～11:30 定員／10人 全3回（5月～7月）	
歴史文化教室	安宅
対象／一般 木曜日 10:00～11:30 定員／18人 全5回（4月～10月）	
シニアのかんたん英語脳トレ教室	南部
対象／シニア 第2火 13:30～14:30 定員／10人 全6回（5～11月）	

生花教室(草月流)	南部
対象／一般 第3水 14:00～15:30 定員／10人 全7回（5月～12月）	
【新規】資産運用と相続の基礎知識セミナー	南部
対象／一般 第3火 10:00～11:00 定員／15人 全3回（7/15・8/19・9/16）	
脳トレ英語教室	板津
対象／一般 第1・3木 10:00～11:00 定員／15人 全8回（5/29～10月）	
【新規】俳句を楽しむ教室	板津
対象／一般 第4木 13:30～15:00 定員／10人 全6回（5/22～10月）	
初級英会話	中央(東陵会館)
対象／一般 第1・3木 13:30～14:30 定員／10人 全18回（4/17～3月）	

アート&クラフト	
水引教室	国府
対象／一般 第3火 13:30～15:30 定員／10人 全8回（4/15～11月）	
絵手紙教室	松東
対象／一般 第2・4火 13:30～14:30 定員／10人 全20回（4/8～3月）	
手づくり教室	松東
対象／一般 第2・4水 13:30～15:30 定員／10人 全12回（4/9～3月）	
おとな可愛いハンドメイド	松陽
対象／一般 基本第4火 13:30～15:00 定員／10人 全6回（5/27～11月）	
【新規】水引（中級上級）	松陽
対象／一般 第3水 13:30～15:30 定員／10人 全6回（4/16～9月）	
【新規】クラフトバック作り	松陽
対象／一般 第3火 13:30～15:00 定員／10人 全4回（6/17～10月）	
はがきサイズの楽しい水彩画教室	安宅
対象／一般 第1・3木 9:30～11:00 定員／12人 全12回（4月～9月）	

令和7年度市立公民館講座一覧

ハンドメイド教室	安宅
対象／一般	第1・3火 13:30～15:30
定員／7人	全8回（6月～9月）
【新規】ペーパークイリング	安宅
対象／小学生以上	土曜日 10:00～11:30
定員／10人	全1回（11/29）
フラワーアレンジメント小物作り教室	南部
対象／一般	第1土 10:00～12:00
定員／10人	全5回（7月～11月）
水引教室	南部
対象／一般	第3木 10:00～12:00
定員／15人	全8回（5月～12月）
【新規】趣味の折紙教室	南部
対象／一般	第1水 10:00～12:00
定員／15人	全7回（6月～12月）
水彩画教室	第一
対象／一般	基本第4金 10:00～11:30
定員／12人	全12回（4/25～3月）
加賀ゆびぬき（初心者）	第一
対象／一般	月2回月 9:30～11:30
定員／8人	全8回（9/8～12月）
水彩画教室	板津
対象／一般	第3火 10:00～11:30
定員／10人	全7回（5/20～11月）
水引教室	板津
対象／一般	第4木 10:00～12:00
定員／10人	全6回（5/22～10月）
【新規】ペーパーフラワー教室	板津
対象／一般	金曜日 13:30～15:00
定員／10人	全1回（6/6）
【新規】やさしい金継ぎ	中央(東陵会館)
対象／一般	第1・3金 20:00～21:00
定員／10人	全6回（4/18～7月）

こども・親子	
キッズ茶道クラブ	稚松
対象／小学生～中学生	月1回土 10:30～11:30
定員／10人	全10回（5/31～3月）
【新規】キッズ英語教室	稚松
対象／小学生	第4水 16:00～16:30
定員／10人	全12回（4/23～3月）
Happy子育てクラブ（前期）	芦城
対象／乳幼児と親	第1・3火曜日 10:00～11:30
定員／10人	全5回（5/20～7月）
Happy子育てクラブ（後期）	芦城
対象／乳幼児と親	第1・3火曜日 10:00～11:30
定員／10人	全5回（10/7～12月）
ジュニア百人一首教室	芦城
対象／小学生	第2・3・4土 9:30～12:00
定員／30人	全33回（4/12～3月）
ジュニア絵画教室	芦城
対象／小学生	第4土 10:00～11:30
定員／12人	全12回（4/26～3月）
【新規】（仮）親子でオリジナルウクレレづくり	芦城
対象／親子	未定
定員／8人	全3回
【新規】（仮）キッズ・お金のお勉強	芦城
対象／小学生～中学生	未定
定員／12人	全2回
子ども絵画教室	南部
対象／年長～小2	第1金 16:00～17:00
定員／10人	全6回（5月～10月）
こども将棋教室	第一
対象／小3～小6	基本第4土 9:30～11:30
定員／12人	全12回（4/26～3月）
こども絵画教室	第一
対象／小学生	基本第3土 9:30～11:00
定員／12人	全12回（4/19～3月）