



令和8年度

国東市

# 講座のご案内



市内の各中央公民館、生涯学習センターでは、  
様々な講座を開設しています。  
この機会に新しいこと、はじめてみませんか。  
お気軽にお申し込みください。

このパンフレットは各中央公民館でもお配りしております。  
また、国東市役所のホームページにも掲載しています。  
「国東市 社会教育課」で検索してください。

<https://www.city.kunisaki.oita.jp/soshiki/shogai-gakushu/>

**国東市教育委員会**  
**社会教育課**

# ◆国見地区 がくしゅうかん 楽習館

◆随時受付しています。

◆お申し込みの際は、代表者連絡先に直接ご連絡いただくか、または、みんなんかん窓口、電話、ハガキ、FAX等にて「住所・氏名・電話番号・希望の教室」をご連絡ください。

国東市国見町伊美2305-1 国見生涯学習センターみんなんかん

(TEL:0978-82-1115 FAX:0978-82-0205)

◆講座の詳しい内容、必要物品、経費等については、代表者等連絡先へ お問い合わせください。

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
1	3B体操教室	用具を使用した健康体操。誰でも無理なく楽しみながら筋力づくりやバランス機能改善運動を行い、心身共に健康づくりを目指しています。	国見生涯学習センターみんなんかん	第1・3水曜日 19:30～21:00	月 1,500円	峯 千恵子 0978-82-1468
2	囲碁教室	自由対局 規定対局 解説講話	国見生涯学習センターみんなんかん	第1・3・5金曜日 13:00～17:00	年間 3,500円	原 昌宏 0978-82-1079
3	茶道教室	お茶点前全般、伝統的な茶道の心や所作の形を習得し、お互いに人々によって生かされていることを知る茶道を楽しく学習しています。初心者の方も大歓迎です。	国見生涯学習センターみんなんかん	第1・3火曜日 14:30～16:30	月 1,000円	徳丸 厚子 090-4996-4173
4	国見ふれあいコーラス	2部合唱を主にして愛唱歌を斉唱で楽しく練習しています。年1～2回の発表会を予定	国見生涯学習センターみんなんかん	第2・4土曜日 14:00～15:30	月 1,000円	国広 美佐子 0978-82-1278
5	歌謡教室	歌唱指導 ○歌詞の意味 ○音階・音符の意味 ○歌う、聴く ○健康維持	国見生涯学習センターみんなんかん	第1・3木曜日 14:00～16:00	月 2,400円	高根 敏郎 0978-82-0486
6	国見大正琴教室	琴城流教本より選曲し毎回難しい曲は宿題も兼ね3曲位で復習として、演歌からフォークを繰り返し練習しています。	国見生涯学習センターみんなんかん	第2・4水曜日 10:00～11:30	月 1,000円	川森 章代 090-5940-5556
7	花さんぽ (フラワーアレンジメント)	季節の生花でオリジナルのアレンジをします。フラワーアレンジを通してお花の組合せ、色彩感覚や形のバランス等を勉強していきます。	国見生涯学習センターみんなんかん	第3火曜日 14:00～15:30	教材費 月 2,500円	猪股 由美子 0978-74-1032
8	リラックスヨガ教室	心と体をリフレッシュし、いつまでも元気でいられる健康的な体づくりを目指します。	国見生涯学習センターみんなんかん	毎週月曜日 14:00～15:00	年会費 6,000円	MAKK笑人クラブ 0978-75-4027
9	アートワークス 国見絵画教室	幼児から高齢者まで、年齢を問わず絵画に興味をもつ方、美術系進学など考えている方を対象に、デッサン・水彩画等の学習・制作を行います。	国見生涯学習センターみんなんかん	第1・2・3水曜日 15:00～18:00	月 6,000円 (モチーフ代含む)	池田 正弘 090-5280-4323
10	池坊いけばな教室 くにみ会	“お花とともに心も身体も元気に”をモットーにしています。初心者の方でも気軽に楽しくおけいごができます。お家に眠っている花器を活かしませんか？	講師宅 国見町伊美	第2・4金曜日 14:00～20:00 (ご都合の良い時間)	1回 2,500円 (材料費込み)	栗塚 明美 080-1726-7721

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
11	高砂会 日本舞踊教室	男女問いません。子どもさんもご年配の方も初歩よりご指導致します。歌謡曲・童謡・民謡・小唄・長唄の個人レッスンです。お好きな曲で、お稽古できます。	みんなんかん アストくにさき	受講生と相談	1回 1,000円	高砂 京子 080-6923-4019
12	お琴・三絃・ 尺八教室	子どもも大人も知っている曲を弾いてみましょう。琴・三絃など準備しています。	受講生と相談	受講生と相談	1回 1,000円	菊能澤 瑠乃歌 090-4651-3108
13	多肉植物 寄せ植え教室	季節毎の多肉植物の変化を楽しみながら寄せ植えをします。	自宅アトリエ ※5名以上であれば市内のみ出張可	受講生と相談	毎回 2,500円 (材料費込み)	膳瀬 美穂 090-9403-6236
14	国見陶芸教室	「手びねり・たたら・ろくろ」手法による作品形成、素焼き～本焼きによる製作	国見保健 福祉センター	毎週水曜日 9:30～12:00	月 500円 (材料費別途)	田口 光弘 090-2704-3035
15	相撲甚句教室	名所甚句、祝い甚句、歌謡 甚句、等初心者の方を含めて、全員での合唱形式ですので、安心してご参加ください。	アストくにさき 小会議室	第2火曜日 19:30～21:00	年間 7,000円	坂本 実智男 0978-84-0257 090-3078-1908
16	歌舞伎体験教室	七五調の覚えやすいセリフでかっこいい姿の「白浪五人男」を体験できます。町外者も歓迎します。	20畳ほどの部屋であれば町内外は問わない。こちらから出向きます。	不定期 応募者と協議	1回 1,000円	信原 英治 0978-82-0382
17	【新規講座】 ダンスフィットネス (ZUMBA)	世界中の音楽を使ったダンスフィットネスです。楽しい健康づくりができます。	みんなんかん 第2学習室	毎週水曜日 10:00～11:00	1回 800円	水之江 美帆 090-9493-8717 綾部 則子 090-9154-8608
18	【新規講座】 スロー・パワーヨガ 教室	楽しくヨガをする教室です。	国見生涯 学習センター みんなんかん	毎週木曜日 18:30～20:30	年会費 6,000円	MAKK笑人クラブ 0978-75-4027
19	【新規講座】 古文書等解説教室 (入門、基礎)	古文書・碑文・漢詩・和歌など、くずし字・旧字・異体字などで記された記録資料や作品を解説・鑑賞・研究するための知識や手法を基礎から学べます。 古文書・記念碑(先哲・社寺・道路・戦役・歌碑など)・扁額・掛軸・短冊などを読めるようになりますと、あなたの知的世界がグーンと広がりますよ。	国見生涯 学習センター みんなんかん	毎月第3水曜日 10:00～11:15	月 1,000円	田本 政宏 0978-83-0176 電話にて直接お申込 ください。

## ◆国東地区 くにさき塾

◆随時受付をしています。

◆お申し込みの際は、代表者連絡先に直接ご連絡いただくか、または、公民館窓口、電話、ハガキ、FAX等にて「住所・氏名・電話番号・希望の教室」をご連絡ください。

国東市国東町鶴川160番地2 国東中央公民館

(TEL:0978-72-2121 FAX:0978-72-4070)

◆講座の詳しい内容、必要物品、経費等については、代表者等連絡先へ お問い合わせください。

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
1	「源氏物語」を楽しむ会 ※令和8年度は休講いたします。	源氏物語の世界から古典に親しんでみましょう。				
2	ガーデニング教室	四季折々の花で寄せ植えの鉢を作ります。欠席時は後日花を受け取りに来られる方に限ります。	アストくにさき 創作室	第1土曜日(基本) 13:30～15:00	年間5,000円 教材費毎回1,500円	岐部 佳光 090-3325-0343
3	花あそび(アスト)	フラワーアレンジメントの基礎を学びながら季節の花(8月と11月は造花)で自分なりの作品を作ります。	アストくにさき 創作室	第2火曜日 14:00～15:30	毎回2,500円	猪股 由美子 0978-74-1032
4	竹工芸教室	竹の盛かご・花器等の製作。竹ひご作りから行う。 ※道具は各自で用意が必要です。	アストくにさき 創作室	第2・第4土曜日 9:00～11:00	年間5,000円 事務用品費 年間1,000円	秦 正二 0978-74-0456
5	ヒロオカ美術教室	どなたでも気軽に始められる教室です。好きな画材でチャレンジしてください。	アストくにさき 創作室	偶数土曜日 17:00～19:00	毎回1,000円	廣岡 茂樹 090-9571-0459
6	盆栽クラブ	盆栽の魅力である小さな鉢の中で広大な風景を表現するため、松柏や雑木等の管理技術の習得を目指します。	アストくにさき 創作室	第2木曜日 13:30～15:30	年間2,000円	小川 文彦 0978-72-0292
7	くにさき太極拳の会	気功・太極拳で健康作りを。公認指導員千鳥先生を囲み、食や野菜作りなどの健康談義も弾みます。	アストくにさき 中会議室 興導寺公民館	月曜日 月3～4回実施 19:00～21:00	毎月1,500円	佐藤 冴子 080-6537-0190
8	3B体操 夜教室	用具を使用した健康体操。ロコモ予防を多く取り入れ、仲間と楽しみながら健康寿命をのばします。	アストくにさき 中会議室	第1・3月曜日 19:30～21:00	月2回1,500円	梶田谷 京子 090-2514-5408
9	Enjoy Simple Englishを読む会	NHKテキストをもとに、英文を豊かに読み合い、会話表現に親しみます。充実した2時間を共に！	アストくにさき 中会議室	第3土曜日 15:00～17:00	毎回300円	佐藤 潤一郎 080-9066-1328
10	癒しのフラダンス (ハノハノフラ大分)	シニア以上を対象に、ハワイの音楽と共に体を動かして頭の体操に入会してみませんか？	アストくにさき 中会議室	火曜日 13:30～14:30	月謝2,000円□	吉田 久美子 0978-74-0235

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
11	国東番傘川柳教室	課題詠4句、自由詠2句を持ち寄り、互いの句を批評・鑑賞し合う。	アストくにさき 中会議室	第3金曜日 9:00～11:00	年間1,500円	重吉 喜一郎 0978-72-2882
12	暮らしに役立つ 文章講座	500字作文を書き、回し読みする。前月の作文添削例を示す。小説を読み、800字の粗筋を書く。	アストくにさき 小会議室	第1木曜日 13:00～15:00	年間6,000円 資料代他500円	安達 郁雄 0978-74-0616
13	教科書で出会った 古文・漢文	伊勢物語をテキストに講義。論語、百人一首の暗誦。今年度は徒然草(80段まで)の書き写しに挑戦します。	アストくにさき 小会議室	第2月曜日 9:00～11:00	年間6,000円 会場使用料別途	安達 郁雄 0978-74-0616
14	相撲甚句教室	祝い甚句、名所甚句、コミック甚句を合唱形式で全員で唄います。	アストくにさき 小会議室	第2火曜日 19:30～21:00	年間6,500円	坂本 実智男 090-3078-1908
15	中国語講座	ピンインが分かり、あいさつが出来る方の中級講座です。	アストくにさき 小会議室	第2・4日曜日 19:00～20:00	毎月1,000円	松本 小琴 0978-72-0955
16	平安和歌文学を楽しむ	当初は「伊勢物語」、続いて「和泉式部日記」の恋歌の贈答と前後のいきさつの鑑賞を楽しみます。	アストくにさき 小会議室	第4火曜日 10:00～11:20	毎回500円	田本 政宏 0978-83-0176
17	Enjoy Simple English (for Youngの会)	中高教科書や少し易しい読物をしていねいに読みましょう。例えば「葉っぱのフレディ」みたいな名作も。	アストくにさき 小会議室	第1土曜日 15:00～17:00	毎回100円	佐藤 潤一郎 080-9066-1328
18	手芸サロン華工房	手作り人形(男の子、女の子)パッチワーク基本パターン、小物作り袋物タペストリーなど作成します。	アストくにさき 小会議室 代表者宅	第2・4土曜日 10:00～12:00	都度500円	宮永 公子 080-5026-1891
19	イタリア料理教室	ご家庭で簡単に作れる本格イタリアンが学べます。毎回2品の料理を作ります。	アストくにさき 食文化実習室	第4火曜日 11:00～13:00	毎回3,000円	平野 純也 0978-67-3015
20	手づくりおやつ教室 (初心者) ※高校生以上受講可能	基本のパンとお菓子を作ります。パンは毎回手ごねです。	アストくにさき 食文化実習室	第2木曜日 13:30～16:00	受講料月1,500円 事務費年1,000円 材料費毎回800円程度	財前 忍 0978-72-0301
21	手づくりおやつ教室 (経験者) ※初心者コース修了者 のみ受講可能	初心者クラスで覚えたことを基に、少し難度を上げたレシピです。	アストくにさき 食文化実習室	第3木曜日 13:30～16:00	受講料月1,500円 事務費年1,000円 材料費毎回800円程度	財前 忍 0978-72-0301

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
22	高砂会日本舞踊教室	男女問いません。初歩よりお稽古できます。歌謡曲、童謡、小唄、長唄、好きな曲で個人お稽古できます。	アストくにさき 和室(大) 富来地区館	毎週月曜日 15:00～18:00 富来での開催日 時は受講生と相談	毎回1,000円	高砂 京子 080-6923-4019
23	眠っている着物を 着ましよう会	タンスに眠っている着物で、お出かけをしてみませんか	アストくにさき 和室(小)	第4月曜日 15:00～17:00	毎回500円 会場費 毎回300円程度	徳丸 厚子 0978-76-0418
24	ほのぼの茶の湯	日本の伝統文化を学びましょう。イスでのお点前もしています。	アストくにさき 和室(小)	第4月曜日 13:00～15:00	毎回1,000円 会場費 毎回300円程度	徳丸 厚子 0978-76-0418
25	ほのぼの茶の湯 (裏千家)	日本の伝統文化を学びましょう。イスでのお点前もしています。	アストくにさき 和室(小)	第2・4火曜日 14:00～16:00	毎回1,000円 会場費 毎回300円程度	徳丸 厚子 0978-76-0418
26	3B体操 昼教室	用具を使用した健康体操。ロコモ予防を多く取り入れ、仲間と楽しみながら健康寿命をのばせます。	国東剣道場	第2・3金曜日 10:00～11:30	月2回1,500円	吉田 敬子 090-7536-8311
27	3Bくにさきジュニア ※4歳～(学生の間)受講可	音楽に合わせて楽しく体を動かしたり、用具を使った遊びやトレーニングを通して心と体が育ちます。	国東体育館	第1・3火曜日 18:00～19:00	毎月1,000円	吉田 敬子 090-7536-8311
28	花あそび(富来)	フラワーアレンジメントの基礎を学びながら季節の花(8月と11月は造花)で自分なりの作品を作ります。	富来地区公民館	第2水曜日 20:00～21:30	毎回2,500円	猪股 由美子 0978-74-1032
29	琴、三絃、尺八教室	琴、三絃、尺八の楽器に興味のある方なら、どなたでも受け入れます。	講師自宅 安岐町大添	受講生と相談	年間1,000円程度	菊坂 信子 0978-67-0861
30	杵秀会 三味線教室 ※講師宅に来れる方は 受講可	長唄、端唄、童謡等を三味線で楽しみませんか。三味線は準備します。	講師自宅 国東町鶴川	受講生と相談	毎回500円	溝部 清子 0978-72-0658
31	あじさい歌謡教室	一緒に楽しんで歌い、仲間作りし、健康で生きがいのある人生を送りましょう。	今在家公民館	毎週火曜日 13:00～16:00 18:00～21:00	毎回1,000円 会場費100円	日吉屋 源治 0978-72-2233
32	嘉梅の会 ※令和8年度は新規 募集は受付けていま せん。	日踊の練習に繋がって着付けなども教えてもらえます。みんなでおしゃべりをしながら楽しい教室です。				日吉屋 政子 090-8668-8172
33	面白い鳥の 行動生態	身近な鳥や世界の鳥の面白い行動生態を、スライドや動画を使ってやさしく解説します。	アストくにさき 小会議室	第2火曜日 10:10～11:50	年間500円	江口 和洋 0978-67-3595 kazueguchi16@jcom.zaq .ne.jp(メールでの申し 込み可)

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
34	ヨガ(パワムクタから ハタヨガへ)	心体バランスの乱れを整えることで体の機能を向上し、心と体の調和をはかり健康な状態にする。	アストくにさき 小会議室	第2・4水曜日 18:30~20:00	毎回1,000円	かな 080-3511-5489
35	ヨガ(パワムクタから ハタヨガへ)	心体バランスの乱れを整えることで体の機能を向上し、心と体の調和をはかり健康な状態にする。	アストくにさき 小会議室	第2・4日曜日 16:00~17:30	毎回1,000円	かな 080-3511-5489
36	【新規講座】 骨盤調整ヨガ教室	体の奥にできた頑固な「ゆちやく」をほぐし柔軟で心地よい体を取り戻し、生涯連れ添う体のケア。	アストくにさき 小会議室	第3水曜日 18:30~20:00	毎回2,000円	かな 080-3511-5489
37	【新規講座】 音楽から学ぶ 巫女舞講座	地域のお宮で奉納される浦安の舞を、音楽から学びます。年齢・性別不問、どなたでもご参加ください。	講師自宅	土曜日 (月2回偶数日)	毎回500円	内田 華子 090-9480-8869
38	【新規講座】 心を癒す ライアー教室	9弦の竖琴を使って弾き語りをします。赤ちゃんに子守唄を唄うように、自分自身を癒しましょう。	講師自宅又は国東市内であれば出張可	受講生と相談 (個人レッスン)	毎回3,000円 楽譜希望の場合 別途楽譜代	内田 華子 090-9480-8869
39	【新規講座】 大人のためのピアノ (木曜日教室)	ピアノを始めたい方、興味のある方、じっくり楽しく始めるグループレッスン	アストくにさき 創作室	第3木曜日 10:00~11:00	受講料1,200円	鈴木 佳苗 080-1099-6659

## ◆武蔵地区 634(むさし)塾

◆随時受付をしています。

◆お申し込みの際は、代表者連絡先に直接ご連絡いただくか、または、公民館窓口、電話、ハガキ、FAX等にて「住所・氏名・電話番号・希望の教室」をご連絡ください。

国東市武蔵町古市1107番地1 武蔵中央公民館

(TEL:0978-68-0094 FAX:0978-68-0835)

◆講座の詳しい内容、必要物品、経費等については、代表者等連絡先へ お問い合わせください。

講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
1 太極拳八坂教室	柔軟体操で体の筋を伸ばし、音楽に合わせてゆっくりと体を動かします。(指導者:八坂 千恵子)	武蔵中央公民館	毎週月曜日 13:00~15:00	入会金1,000円 月 2,000円	八坂 千恵子 0978-63-0877
2 茶道教室	四季によるお床のしつらい、部屋のしつらいの中でお手前を楽しみ、茶をたのしんでいます。(指導者:藤田 幸子)	講師宅 藤田幸子 茶室 (武蔵町古市)	不定期	月2,000円	松藤 泰子 090-3078-3160 0978-68-1663
3 むさしウインドハーモニー	年代を問わず毎週金曜日、和気あいあいと吹奏楽を楽しんでいます。コンサートやイベントに参加します。(指導者:姫野 稔)	武蔵中央公民館	毎週金曜日 18:00~22:00	月1,500円	木村 隆英 090-3013-3813
4 生け花教室	美しいお花で暮らしを華やかに演出してみませんか。お気軽にご参加ください。(指導者:小笠原 美恵子)	武蔵中央公民館	毎月第1金曜日 13:00~16:00	月1,000円	福田 洋子 0978-72-2477
5 楽しい花づくり教室	季節の花を種から育てたり、寄せ植えをしています。年末には縄作りをしています。(指導者:岩光 侃)	武蔵中央公民館	毎月第4日曜日 9:00~11:00	月500円	鶴田 美智子 090-4359-1358
6 3B体操むさしジュニア	3B体操の用具を使用して、楽しく体を動かしながら身体能力UPできます。(指導者:吉田 敬子)	武蔵中央公民館	毎月第1・3 木曜日 17:30~18:45	月500円	吉田 敬子 090-7536-8311
7 西地区公民館書道教室	当教室は、初心者・ベテランが同室で指導を受けることで相乗効果を目指す。(指導者:葦苺 重利)	武蔵西地区 公民館	毎月第1金曜日 9:00~11:00	月500円	重光 健三 0978-68-0858
8 西地区公民館卓球愛好会	会員同士が練習・ダブルスの試合等を楽しみながら、会員の体力増進・親睦に努めています。(指導者:なし)	武蔵西地区 公民館	毎週 火・金曜日 20:00~22:00	毎回50円(参加した時のみ)	末武 敬子 0978-69-0509
9 マカナフラダンス～夜クラス～	初心者歓迎～生徒募集～安岐・武蔵中央公民館の2か所を利用。皆で楽しんでいます。(指導者:合澤 康代)	武蔵中央公民館	毎月第1・3月曜日 武蔵中央公民館 19:00~20:00	月3,500円	合澤 康代 090-8665-0208
10 マカナフラダンス～午前クラス～	初心者歓迎～生徒募集～癒しのフラで健康的に美しく、楽しんでみませんか!!(指導者:合澤 康代)	武蔵中央公民館	毎月第1・2・3 水曜日 10:30~11:30	月3,500円	合澤 康代 090-8665-0208
11 武蔵太極拳教室	太極拳の練習を通して体力づくり。ゆったりとした動作で足腰を鍛えます。(指導者:八坂 千恵子)	武蔵中央公民館	毎週月曜日 9:30~11:30	入会金1,000円 月 2,000円	八坂千恵子 0978-63-0877
12 多肉寄せ植え講座	季節によって様々な表情を見せる多肉植物を講師手作りの器に寄せ植えします。(指導者:膳瀬 美穂)	自宅 工房	毎月第2木曜日 10:00~11:30	月2,500円	膳瀬 美穂 090-9403-6236

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
13	ベリーダンス教室	ベリーダンスを国東で踊ってみませんか。生徒募集中です。 (指導者:野田 雅代)	武蔵中央公民館	毎月第2水曜日 19:00~20:00	1回 2,000円	小俣 恵里 090-9794-8918
14	滝口書道教室	幼児から大人まで誰でも入会できます。 (指導者:滝口 さゆり)	武蔵中央公民館	月(3回)金曜日 15:00~18:00	硬筆・毛筆 月3,300円 硬筆のみ 2,700円	滝口 さゆり 090-9571-4899
15	竹工芸武蔵教室	手指と頭を総動員して作品を作ります。覚えては忘れ、また思い出しているの繰り返しです。 (指導者:平野 敬章)	武蔵中央公民館	毎月 第1・3土曜日 13:00~15:00	年5,000円	幸松 利枝 090-4355-8593
16	武蔵川柳サロン	川柳で日頃の喜怒哀楽や感じたことを自由に詠みましょう。 (指導者:大谷 和幸)	武蔵中央公民館	毎月 第2木曜日 13:00~15:00	年1,000円	大谷 和幸 0978-68-0164
17	ZUMBA	音楽に合わせて体を動かすエクササイズ。心身共に健康作りができます。 (指導者:国松 智子)	武蔵中央公民館	第2・4水曜日 19:00~21:00	1回500円	国松 智子 090-8223-5723
18	ポレポレ音楽クラブ	吹奏楽にこだわらず各自持参の楽器でゆっくり気楽に楽しむことをモットーにするグループです。 (指導者:なし)	武蔵 B&G海洋センター	毎週土曜日 19:30~21:30	月1,000円	木村 隆英 090-3013-3813
19	泰濤書道館 (中学生までの方)	書写書道学習を通して、心・姿勢を整え持ち前の個性を伸ばし、自立心・郷土愛を育みます。 (指導者:牧 美穂)	武蔵中央公民館	月3回 各水・金曜日 14:30~18:30	月4,000円	牧 美穂 090-9492-9167
20	泰濤書道館 武蔵教室 (高校生以上の方)	楽しく書く・書いて楽しむ・楽しく生きるをモットーに「大分県書道」誌ほかで書作する。 (指導者:牧 泰濤)	武蔵中央公民館	月3回 各木曜日 16:30~20:30	月5,000円	藤本 加代子 090-1518-3131
21	顔ヨガ教室	お顔の体操で、たるみやしわの改善をして若返りましょう。表情美人になりましょう。 (指導者:吉田 ゆかり)	武蔵中央公民館	毎月 第2・3・4 木曜日 19:00~20:00	月1回 1,300円 月2回 2,600円 月3回 3,500円	吉田 ゆかり 080-1730-5940
22	社交ダンスサークル	現役競技選手を講師に迎え経験者から初心者まででいいいに指導します。 (指導者:石川 和洋)	武蔵中央公民館	第1・3・4木曜日 13:30~15:30	月2,000円	箱崎 由美子 090-6029-7622
23	手芸編み物教室	かぎ針編み、棒編み、アフガン編みなどで手芸や作品作りを楽しみましょう。 (指導者:清原 フサエ)	武蔵中央公民館	第3日曜日 9:30~11:30	月500円	田城 久寿美 0978-68-1785
24	<b>【新規講座】</b> <b>JBR国東</b>	65歳からのシニアヒップホップダンスチームです。 (指導者:種子田 清子)	武蔵中央公民館	月3回 木曜日 10:00~11:00	月4,500円	城向 由佳 090-9575-8050

## ◆安岐地区 梅園塾

◆随時受付をしています。

◆お申し込みの際は、代表者連絡先に直接ご連絡いただくか、または、公民館窓口、電話、ハガキ、FAX等にて「住所・氏名・電話番号・希望の教室」をご連絡ください。

国東市安岐町中園100番地 安岐中央公民館

(TEL:0978-67-0155 FAX:0978-67-2631)

◆講座の詳しい内容、必要物品、経費等については、代表者等連絡先へ お問い合わせください。

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
1	安岐短歌会	短歌の作歌と合評会	安岐中央公民館	第3月曜日 13:30～15:30	年間4,000円	三浦 保子 0978-65-0044
2	中園大正琴	大正琴	安岐中央公民館	第1・3木曜日 13:30～15:30	毎月500円	岩下 マリ子 0978-67-1202
3	健康体操教室	健康寿命を延すため	安岐中央公民館	第2・4月曜日 10:30～11:30	年間3,000円	吉井 ミチ子 0978-67-0216
4	コーレイコール	合奏、合唱、手話などで音楽を楽しむ	安岐中央公民館	第2・4月曜日 9:30～10:30	年間3,000円	近藤 節子 0978-67-0588
5	安岐中央書道教室	書道教室	安岐中央公民館	第2・4水曜日 9:00～11:00	毎月2,000円	安倍 まき子 0978-67-3578
6	中山会	舞踊	安岐中央公民館	第1木曜日 10:00～12:00	毎月1,000円	田尻 真智子 0978-67-2822
7	安岐絵手紙教室	絵手紙・絵の練習	安岐中央公民館	第2・4土曜日 13:00～15:00	年間3,000円	日田 ちづ子 0978-66-0254
8	NPO法人 日本空手松涛連盟 安岐空手教室	空手の稽古	安岐中央公民館	毎週火曜日 18:00～20:00	毎月3,000円	田中 奈穂子 090-2963-4363
9	3B体操	音楽に合わせて3つの用品を使い無理のない健康体操	安岐中央公民館	第1・3金曜日 9:30～11:00	毎月1,500円 年会費1,200円	梶田谷 京子 0978-72-1198
10	フラワーサークル クミカ	フラワーアレンジメント	安岐中央公民館	第2・4火曜日 10:30～12:30	毎回2,950円 (花材費)	前田 眞代 090-8834-0044
11	武都岐短歌会	短歌作詠・発表・投稿	安岐中央公民館	奇数月 第2水曜日 10:00～12:00	年間7,000円	小俣 芳女 0978-67-1518
12	滝口書道教室 安岐中央	書道教室	安岐中央公民館	月3回・火曜日 15:30～18:00	硬毛3,300円 硬筆のみ2,700円	滝口 さゆり 090-9571-4899

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
13	學溪俳句	俳句をつくり、批評や選句をする	安岐中央公民館	第1月曜日 13:00～16:00	毎月500円	河野 智子 0978-67-1527
14	花の時間	フラワーアレンジメント	安岐中央公民館	奇数月第3火曜日 10:00～12:00	材料費のみ 3,000円～ 4,500円	矢野 好美 090-5208-7969
15	安岐中央太極拳	太極拳の練習	安岐中央公民館	毎週火曜日 10:00～12:00 (祭日休み)	毎月2,000円 入会金1,000円	伊藤 英子 0978-67-1056
16	マカナフラダンス 夜クラス	フラダンス舞踊	安岐中央公民館	月3回・月曜日 19:00～20:00	毎月3,500円	合澤 康代 090-8665-0208
17	綾美会	舞踊	安岐中央公民館	第2・4土曜日 9:00～11:00	毎月1,500円	田尻 真智子 0978-67-2822
18	芳綾会	民舞	安岐中央公民館	第2・4土曜日 11:00～13:00	毎月1,500円	泥谷 恵子 0978-63-8175
19	ストレッチの会	ストレッチ・筋力体操	安岐中央公民館	月3・4回水曜日 19:30～21:00	毎月600円	小柳 文代 090-2397-3631
20	安岐しらさぎ句会	俳句づくりを楽しむ会	安岐中央公民館	第3水曜日 13:00～15:30	毎月1,000円	多田 裕子 0978-68-0722
21	顔ヨガ教室	表情筋トレーニングのレッスン	安岐中央公民館	第1・2・3木曜日 10:00～11:00	1回1,300円 2回2,600円 3回3,500円	吉田 ゆかり 080-1730-5940
22	プラモの杜	プラモデル教室	安岐中央公民館	第1・3日曜日 9:30～12:30	毎回200円	東端 雄一郎 090-4345-4401
23	大人のためのピアノ	ピアノ経験のある方向けの講座 グループレッスンですが、時間内に 個人レッスン有り	安岐中央公民館	第1・2・3土曜日 13:00～14:00	毎月3,000円 楽器貸出 1回300円	鈴木 佳苗 080-1099-6659
24	大人のためのピアノ入門	ピアノを始めてみたい方、興味のある方、じっくり楽しく始めるグループレッスン	安岐中央公民館	第1・2・3木曜日 14:00～15:00	毎月3,000円 楽器貸出 1回300円	鈴木 佳苗 080-1099-6659
25	梅園学習会	三浦梅園の漢詩解説、相互学習会	安岐地区公民館	第2・4金曜日 10:00～11:00	会場費各自負担	矢野 香代子 090-7943-2482

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
26	MAKK笑人クラブ リラックスヨガ教室	体をリラックスさせるヨガ教室	安岐地区公民館	毎週月曜日 18:00～19:00	年間6,000円	箕迫 一成 0978-75-4027
27	MAKK笑人クラブ エンジョイヨガ教室	楽しくヨガをする教室	安岐地区公民館	毎週月曜日 16:30～17:30	年間6,000円	箕迫 一成 0978-75-4027
28	安岐吉美会	踊りの練習	安岐地区公民館	第1・3金曜日 10:00～12:00	毎月2,500円	伊藤 ちどり 080-5282-6944
29	下原歌謡スクール ①鈴の会 ②ボス ③松竹 ④らんらん ⑤月 ⑥リピート	カラオケ歌唱	安岐地区公民館	①第1・3火曜日 14:00～16:00 ②第1・3水曜日 19:00～20:00 ③第1・3土曜日 14:00～15:00 ④第2・4火曜日 14:00～15:00 ⑤第2・4水曜日 14:00～15:00 ⑥第2・4木曜日 19:00～21:00	毎月2,000円	畔地 省三 0978-67-3841
30	三浦梅園先生顕彰会	三浦梅園や門人、学流の著作・遺墨などの解説	安岐地区公民館	4・6・10・12・2月 第3土曜日 7・8・9・1月 第4土曜日 13:30～16:30	正会員(幹事) 年間2,400円 一般会員 年間1,500円	小串 信正 0978-77-0565
31	やさしいヨガ	ヨガの練習	安岐地区公民館	毎週木曜日 13:30～15:00 毎週土曜日 10:30～12:00	毎月3,000円	矢野 小夜子 0978-67-1301
32	安岐太極拳同好会	太極拳の練習	安岐地区公民館	毎週木曜日 9:30～11:30	毎回100円	本間 更生 0978-72-0118
33	百重会	カラオケ歌唱	安岐地区公民館	第2・4木曜日 14:00～16:00	毎月500円	畔地 美恵子 0978-67-3841
34	七島蘭工芸教室	工芸制作	西武蔵地区公民館	第1・3火曜日 10:00～15:00	毎回500円	水元 久美子 090-6773-0107
35	富永将棋クラブ	将棋	西武蔵地区公民館	毎週木曜日 13:00～17:00	なし	土屋 伊佐生 090-5383-7887
36	ほぐしヨガ	ヨガ体操	西武蔵地区公民館	第1・3金曜日 10:00～11:00	毎回500円	石川 祥一郎 090-7591-4542
37	三浦梅園ふるさと講座	三浦梅園の生き方、著書の研究	西武蔵地区公民館	第2水曜日 10:00～11:30	毎回500円	石川 祥一郎 090-7591-4542

	講座名	学習内容	会場	開催日時	参加者負担	代表者等連絡先
38	T's Kitchen	パン作り	南安岐地区公民館	第3日曜日 12:00～16:00	毎回 4,500～5,000円	緒方 智子 080-3987-5415
39	NPO法人 日本空手松涛連盟 南安岐空手教室	空手の稽古	南安岐地区公民館	第2・4土曜日 14:00～16:00	毎月3,000円	田中 奈穂子 090-2963-4363
40	滝口書道教室 安岐	書道教室	下原西区公民館	月3回・木曜日 15:30～18:00 20:00～21:30	硬毛3,300円 硬筆のみ2,700円	滝口 さゆり 090-9571-4899
41	琴、三絃、尺八教室	楽器の練習	講師自宅	月3回 2時間	要相談	菊里 成美 0978-67-0398
42	国東番傘川柳会	川柳合評会等	隣保館	第2金曜日 9:00～11:00	毎月900円	中野 壽市 0978-66-0164

国東市では、下記の学級も開催しています。

高齢者学級

各中央公民館、地区公民館などで、教養の向上や生きがいの創造、地域社会への貢献を目的に開催しています。

女性学級

国東・武蔵の中央公民館にて、現代社会における女性が直面する課題（男女共生や消費者問題、食の安全など）の解決の支援を目的に開催しています。

両学級のお問い合わせ先

○社会教育課・国東中央公民館	電話	0978-72-2121
	FAX	0978-72-4070
○国見生涯学習センター	電話	0978-82-1115
	FAX	0978-82-0205
○武蔵中央公民館	電話	0978-68-0094
	FAX	0978-68-0835
○安岐中央公民館	電話	0978-67-0155
	FAX	0978-67-2631