

# 令和8年度 滑川市生涯学習 講座案内

## 中央公民館 教養講座

- \*対象 一般成人
  - \*受講期間 令和8年4月～令和9年3月まで
  - \*会費 教材費、運営費等は自己負担でお願いします。詳しくは、お問合せください。
  - \*申込方法 お電話、中央公民館にある申込書を提出または、QRコード等による電子申請
  - \*締め切り 随時受付可
- ※ 期日や内容については、毎月号の「広報なめりかわ」でお知らせします。

下記のQRコードを読み取り  
申し込むことができます。



- ◆ 趣味の教室（くらしの窓） 会場：書道・絵画・詩吟は滑川市東地区公民館、  
陶芸は陶芸の館、ノルディックウオーク&エクササイズは滑川市総合体育センター

教室名	開催曜日	時間	内容	講師名	定員
書道	第1・3水曜日	19:00～21:00	楷書・行書を楽しむ	鈴木 孤雲	20名
絵画	第1・2・3水曜日	19:00～21:00	油絵・アクリル画・水彩画・デッサン等を制作	水野 利詩恵	15名
陶芸	第2・4日曜日	9:30～12:00	陶芸の基礎	増 沢 一 朗	20名
詩吟	第1・3火曜日 第2・4金曜日	14:00～16:00 19:00～21:00	古今の漢詩・和歌・俳句を鑑賞し、朗詠する	小 善 岳 英	不問
ノルディックウオーク&エクササイズ	第1・3月曜日	9:30～11:00	ポール使用で関節に優しく全身運動	田 中 洋	20名

※申込が少数の場合は、開講できない場合がありますのでご了承ください。

## ◆ 高齢者学級

会場：滑川市役所東別館 3階大会議室

福寿大学	毎月	第2・4金曜日 13:30～15:00 ※変更になる場合があります。	60歳以上の方を対象に、自らの生活に生きがいを見いだしていただくための学習（講話・実習・見学）
------	----	---------------------------------------	---

### 【申し込み・問合せ先】

滑川市中央公民館 TEL：475-5492 FAX：475-4911  
〒936-0065 滑川市下島54（滑川中学校併設）  
E-mail：tyoukou\_minkan@city.namerikawa.lg.jp  
電子申請HPアドレス <https://logoform.jp/f/8U8Re>

中央公民館  
教養講座申込



## 青志会館

青志会館では、各種教室を開催しております。

自分の趣味・特技をつくるため教養教室を気軽に利用してみませんか！

- \*対象 滑川市在住または勤務の方
- \*受講料 各教室によって変わりますので、詳しくは青志会館までお問合せください。

教室名	開催曜日	時間	内容	講師名
着付け教室	月または金曜日	19:00～21:00	着装の基礎から簡単な礼法まで	石山 代枝子
空手教室（蹴拳塾）	月・水・金曜日	19:30～21:00	ストレッチ・簡単な空手の基本動作	瀧川 和哉

※随時、見学・体験入学ができます。

### 【申し込み・問合せ先】

滑川市地域交流センター「青志会館」  
TEL・FAX:475-2090(13:00～21:00)  
〒936-0052 滑川市清水町13-9

## 働く婦人の家 教養教室

- \*対象 滑川市在住または勤務の方
- \*受講期間 令和8年4月～令和9年3月まで ※教養教室開講式は4/11(土)13:30～
- \*会費 1教室 年間 8,000円(俳句・笑いヨガと歌体操は4,000円) ※複数受講可
- \*申込方法 婦人の家にある申込書を提出 ※FAX可  
又は下記のQRコード等により電子申請
- \*締め切り **令和8年3月13日(金)まで**

申込書は市のHPからダウンロード可。

電子申請でも受け付けています。

**男性の方も**お気軽にお問い合わせを!



No	教室名	講師名	開催曜日	時間	初回日	内容	定員(人)
1	パワーミックスエクササイズ	放生 靖子	第1・3 月	13:30~14:30	4/20	いろんな要素の動きを取り入れ楽しくエクササイズ	20
2	俳句	町田 宙児	第2 月	10:00~12:00	4/13	やさしい俳句の作り方	12
3	笑いヨガと歌体操	小林 和子	第2 月	13:30~14:30	4/13	笑いの健康法を楽しもう	15
4	バランスボール	南出 舞	第1・3 火	10:00~11:00	4/21	バランスボールで筋力と免疫力をアップ	10
5	生花(池坊)	石田 素子	第1・3 火	18:30~20:30	4/21	生花で心に安らぎと潤いを	10
6	茶道(裏千家)	宮崎 淳子	第1・3 火	18:45~20:45	4/21	日本文化の抹茶作法を学ぼう	10
7	日本舞踊(藤間流)	稲垣 真紀	第1・3 水	10:00~11:30	4/15	浴衣を着て、扇子を持っておどりましょ	10
8	ゆったりヨーガ	放生 靖子	第2・4 水	10:30~11:30	4/22	ゆったりとした動きでリラックス	25
9	コーラス	松崎 加代子	第2・4 水	13:30~15:30	4/22	童謡・季節の歌などを合唱で楽しもう	30
10	水彩画	池原 多恵子	第1・3 木	9:30~11:30	4/16	透明感のあるみずみずしい絵を描こう	10
11	水墨画	土田 幹明	第1・3 木	13:30~15:30	4/16	墨の濃淡で表す絵の楽しさ	10
12	やさしい太極拳	立田 郁代	第1・3 木	13:30~15:30	4/16	ゆったり全身を動かし、心(精神)と体(身体)の健康余命を引き伸ばそう	20
13	料理	祖川 ひろみ 笠間 香奈美	第2・4 木	10:00~12:00	4/23	【4~9月】旬の食材で家庭料理作り 【10~3月】発酵食品活用レシピ	12
14	パッチワーク	千石 琴美	第1・3 金	13:30~15:30	4/17	かわいい布で楽しむパッチワーク	10
15	煎茶	斉藤 悦子	第2・4 金	10:00~12:00	4/24	季節毎の美味しい煎茶の入れ方を学ぼう	10
16	かな書道	大愛 浩実	第2・4 金	10:00~11:30	4/24	かな文字の魅力に触れよう 初心者大歓迎!	10
17	手芸	久次 恵子	第1・3 土	13:30~15:30	4/18	手芸や手編みをはじめませんか	10

- ・受講の決定は、ハガキで通知します。なお、定員超過の場合は抽選となります。
- ・申込が少数の場合は、開講できない場合がありますのでご了承ください。
- ・教室によっては年会費の他に、用具や材料費等の経費がかかる場合があります。
- ・年度途中からの入会については、お問合せください。

【申し込み・問合せ先】

滑川市働く婦人の家 TEL・FAX：475-5780

〒936-0056 滑川市田中新町 129

E-mail：hataraku@city.namerikawa.lg.jp

電子申請 HP アドレス

<https://logoform.jp/form/AE8S/1399911>

働く婦人の家  
教養教室申込

