

# 令和8年度 生涯学習講座・村民企画講座のご案内

【申込・お問い合わせ】

●生涯学習講座：西原村教育委員会 ☎096-279-4424

■村民企画講座：各講座連絡先（記載がない場合は、西原村教育委員会）

※生涯学習・村民企画講座については、申込者が少ない場合は開講しない場合があります。

※参加費（材料代等）は、講座により異なります。※定員になり次第、申込を締め切ります。

## ● さとう式リンパケア・セルフケア

開講日	第1・3 金曜日
時間	10:00~11:30 (1~3月: 13:00~14:30)
場所	山河の館 (2階 大研修室)
定員	7名
内容	看護師が教える 心と体がリラックスする、自分で出来るリンパケアです。あたたかく、やわらかく、軽くなって、日々の生活が楽しくなります。
講師	遠矢 まゆみ (とおや まゆみ) さん
参加費	※諸経費等を負担頂く場合があります
準備物	ヨガマット、フェイスブラシ、ゴムチューブ、卓上鏡

## ● 唄と三味線

開講日	第1・3 日曜日
時間	14:00~16:00
場所	山河の館 (1階 小会議室)
定員	10名
内容	日本文化である三味線と唄に親しみ楽しみながら健康増進にもつながります。
講師	藤本 華音 (ふじもと はなね) さん
参加費	※諸費用等を負担頂く場合があります
準備物	三味線 (大人用、子ども用貸出あり) 使用する小物 (持参できない方は購入必要)

## ■ 着付け教室

開講日	第2・4 日曜日
時間	10:00~12:00
場所	のぎく荘
定員	10名 (先着順)
内容	着物を自分で着てお出かけしませんか。お友達とのランチや入学式・卒業式など楽しみ方は色々です。和気あいあいとお稽古しています。お気軽にご参加ください。
講師	内田 久子 (うちだ ひさこ) さん
参加費	年会費 2,000円
準備物	着物一式、帯、下着等

## ● 夢運太鼓

開講日	毎週水曜日
時間	19:30~21:00
場所	総合体育館 (1階 アリーナ)
定員	なし
内容	西原村で活躍する夢運太鼓! 小学生を対象に指導し、楽しく練習しています。
講師	田屋 英治 (たや ひではる) さん 他
参加費	※諸費用等を負担頂く場合があります
準備物	室内履き、太鼓のばち (購入)

## ■ そろばん・習字教室

new!

開講日時	毎週 木・金曜日 16:00~17:00
場所	山河の館 (1階 小会議室)

内容	昔から「よみ・かき。そろばん」と言われていますが、そろばんは算数の学力向上等、お子様の限らない成長と才能を伸ばす手強いができればと考えています。習字は美しい文字・正しい文字の書き方、硬筆と毛筆と月に2枚提出することにより、本人の向上を図っています。成人の方にも教えています。
講師	工藤 祐婦子 (くどう ゆうこ) さん
参加費	そろばん 月4,000円、習字 月3,500円
準備物	そろばん (そろばん教室の方) 習字用具 (習字教室に方) → 今入会されますと習字用具一式プレゼントされます。
連絡先	工藤 ☎090-3196-8364

## 講座・講師を募集しています

生涯学習講座 (村主催講座) は、村民の皆さんの生涯学習の充実を目指しています。

誰もが参加しやすく、楽しく学べる講座を開設するため、「こんなことを学びたい」などの要望がありましたらご連絡ください。

また、講座を開設するには、講師の確保が必須です。「こんな講師がいる・知っている」などの情報もお待ちしています。自薦・他薦は問いません。

開催場所	生涯学習センター「山河の館」他
開催曜日	土曜日 (休館日) 以外の曜日
開催時間	9:00~22:00 までの間

西原村教育委員会 ☎ 096-279-4424

## 保存会・愛好会

### 宮山神楽保存会

古からの伝統…地域の継承文化である「宮山神楽」の担い手を募集しています。

### 読み聞かせグループ「虹色のくれよん」

本が好きな方！小学校で読み聞かせをしてみませんか？勉強会も行っています。

【お問い合わせ】西原村教育委員会 ☎096-279-4424

## 自主講座

### 裏千家茶道教室

開講日時 第2・4水曜日 14:00~17:00

場 所 山河の館（2階 和室）

定 員 10名

内 容 正座が苦手な方、着物を着られるようになりたい方歓迎します。お点前や季節の設えを通して日本文化を深めましょう。

講 師 藤川 由佳里（ふじかわ ゆかり）さん

参加費 月2回 3,000円、年会費 6,000円

準備物 懐紙、楊枝、ふくさ（貸出あり）

連絡先 藤川 ☎080-9525-5200

### 手話サークル

開講日時 毎週 火曜日 19:30~21:00

場 所 のぎく荘

定 員 なし

内 容 聴覚障害者の主な伝達手段である手話。初心者大歓迎！手話検定の対策も行います。

参加費 なし

準備物 なし

連絡先 社協 ☎096-279-4141

### みんなのコーラス

開講日時 第2・4月曜日 19:00~20:00

場 所 のぎく荘

定 員 なし

内 容 季節の歌、学校で習った歌、はやりの歌等うたっています。時には、楽譜の勉強をしながら楽しく大声を出しています。

講 師 西森 久美子（にしもり くみこ）さん

参加費 1回 200円

準備物 『みんなのコーラス』（初回購入 550円）

連絡先 末長 ☎090-4824-9055

### 生活習慣病・認知症予防ダンス

開講日時 第1・3火・金曜日

時 間 ①10:30~12:00 ②13:30~15:00  
③19:30~21:00

場 所 総合体育館（2階 多目的室）

内 容 子供から年配の方まで幅広い年代に親しまれている伝統的なダンスです。現在では便秘の改善や認知症予防に適したダンスと研究が進んでいます。

講 師 柴尾 逸子（しばお いつこ）さん

参加費 月2回 2,000円

準備物 特になし

連絡先 柴尾 逸 ☎090-4981-8783

### 未生流 いけ花教室

開講日時 第2・4水曜日 14:00~16:00

場 所 山河の館（1階 小会議室）

定 員 8名

内 容 お花に触れる心の安らぎ、季節を味わいより美しく生ける学びと喜び。お家にお花のある暮らし…一緒に楽しみませんか!!初心者大歓迎です。

講 師 柴尾 由美子（しばお ゆみこ）さん

参加費 1回 花材代 1,100円、受講料 500円他

準備物 花ばさみ（貸出あり）

連絡先 柴尾 由 ☎090-7469-6072

