



夢協公民館だより



鈴鹿市稲生塩屋三丁目 2-34 TEL059-387-0479

令和 8 年 2 月 20 日

令和 8 年度公民館サークル生募集！

令和 8 年度の公民館サークルを 4 月より開講いたします。

サークル活動に参加を希望される方は下記の要領でお申し込みください。

【開講期間】 令和 8 年 4 月 1 日(水)～令和 9 年 3 月 31 日(水)

【開講サークル・開講日時・初回日・受講料・内容等】

別紙の【保存版】サークル一覧表をご覧ください。

教材費等は自己負担となります。



【サークル負担金】

年間 1 サークルごとに、稲生地区の方 100 円、稲生地区外の方 500 円です。

初回サークル開催後、4 月末までに各サークルの会計の方にお支払ください。

途中休会、退会による返金はいたしません。



【申込方法】

裏面または別紙の受講申込票に記入し、申込期間内に公民館へ提出してください。

申込票は、公民館窓口にも置いてあります。

*複数お申し込みいただく場合、1 サークルにつき 1 枚提出してください。

*代理の方が窓口に来ていただく場合も、受講申込票は本人が記入してください。



【申込期間】 令和 8 年 3 月 5 日(木)まで (公民館ポスト投函可)

*先着順ではありません。

【注意事項】 下記の注意事項をご確認のうえお申し込みください。

*サークルではサークル生が企画・運営にあたり、代表・会計・当番などを担っていただきます。

(サークル代表者会議・消防訓練・大掃除・文化祭等があります。)

*定員を超えた場合は抽選になります。優先順位は次のとおりです。

①稲生地区の新規の方 ②稲生地区の継続の方 ③稲生地区外の方

*受講希望者が少ない場合など開講できない場合があります。

*申し込み後、公民館から連絡がなければ参加できます。初回開講日に来館してください。

*申込票に記入していただいた情報は公民館活動以外には使用いたしません。

*サークル見学・体験等、お問い合わせは公民館まで。電話 387-0479(平日 9:00～17:00)

【お知らせ】 ミュージックガーデン「アルパ演奏会」を申し込まれた方へ

開演時間 令和8年2月27日(金) 13:30(開場13:00)

場所 稲生公民館 ホール 演奏 河瀬 あゆか 様

参加費 500円 当日お持ちください。

※ 募集は終了しています



稲生福祉サロンの会(旧稲生地区社会福祉協議会)主催

お申し込みは、稲生公民館 059-387-0479 へお電話ください(平日 9:00~17:00)。

先着順(地区内の方優先)です。定員になり次第締切ります。

【稲生子育てサロン参加者を募集します】

日時	場所	内容	募集人数	募集期間
3/17(火) 10:00~11:00	稲生公民館 ホール	お楽しみ会 『有酸素運動と ボディメイク』	12組	2/17~2/27

【さわやかサロン参加者を募集します】

日時	場所	内容	募集人数	募集期間
3/24(火) 13:30~15:00	稲生公民館 ホール	栄養・食事の 改善講習	30人	2/24~3/9

【ふれあいライブラリー】

令和8年3月2日(月)、3月16日(月) 15:30~16:00

図書館職員が、予約した本を公民館まで届けてくれます。ぜひご利用ください。



切り取り

令和8年度サークル受講申込票

申し込み締め切り日 令和8年3月5日(木)

サークル名	お名前	住所・電話番号	年齢
	ふりがな	鈴鹿市	65才 未満
	お名前	電話番号	65才 以上

【保存版】令和8年度 稲生公民館サークル一覧表 【開講期間 令和8年4月～令和9年3月】

◎新規サークル ○名称変更

※受講料は、受講人数により変動がありますので、ご了承ください。

曜日	サークル名	週	時間	初回開講日	定員	受講料(概算参考)	コメント
月	抹茶(裏千家)	第1・2・3・4	9:30～12:00	4/6	15	2,000円/月	楽しく和気あい々でお稽古をしています。持ち物:帛紗(ふくさ)・懐紙・扇子・白くつ下
	○パッチワーク&ハワイアンキルト	第1・3	9:30～11:30	4/6	10	2,000円/月	布のぬくもりを感じながらあなただけの宝物を作りましょう。持ち物:裁縫道具
	さくら会(洋画)	第1・3・4	9:30～11:30	4/6	20	1,500円/月	好きな絵を楽しく描いています。持ち物:水彩画材
	○アロマサークル	第4	10:00～12:00	4/27	15	1,200円/月(材料費)	アロマで心と身体を整え、暮らしをちょっと心地よくするサークルです。持ち物:特になし(都度連絡)
	さくらんぼの会(洋画)	第1・3・4	13:30～15:30	4/6	15	1,500円/月	水彩画を楽しく描こう。初心者大歓迎。持ち物:水彩用具、画紙
	稲花(詩吟)	第1・2・3・4	13:30～15:30	4/6	10	2,500円/月	漢詩、和歌、新体詩等の詩文に節をつけて吟じます。声の高さは個人の出る音で吟じます。持ち物:教本・飲料水
	囲碁(上級)	第1・2・3	13:00～16:30	4/6	20		脳の活性化により、考える力の増大が期待できます。
	◎健康ボッチャ	第2	13:30～15:30	4/13	20		健康維持、ボッチャ技術の向上、コミュニケーション作り 持ち物:上靴・飲料水
	新舞踊	第2・4	19:30～21:00	4/13	10	2,000円/月	先生に振り付けていただいた曲で踊ります。持ち物:着物(なければ羽織)・足袋
火	ウッドバーニング	第1・3	9:30～11:30	4/7	10	300円/月	シナの木製の板を高熱ペンで焦がし、セピア色のモノトーンで表現する絵画です。持ち物:高熱ペン(電気ゴテ)・シナベニヤ板
	ゴスペルフラダンス	第2・4	10:00～11:30	4/14	25	1,000円/月	ゴスペル曲にのって楽しく踊ります。持ち物:運動しやすい服装
	美文字筆ペン	第2・4	10:00～11:15	4/14	15	1,000円/月	あなたも筆ペンで美文字を書こう。先生のお話も楽しいですよ。持ち物:筆ペン
	コーラスみもぎ	第1・3	13:30～15:30	4/7	30	1,500円/月	童謡、流行歌、懐メロ等、みんなで楽しく大きな声で歌います。持ち物:楽譜を入れるファイル・楽譜スタンド・筆記用具
	習字	第2・4	13:00～14:30	4/14	15	1,000円/月	さまざまな書体を学びそれぞれ好きな書体の練習をします。持ち物:習字道具
	ハワイアンフラダンス	第1・3	19:00～20:30	4/7	15	1,800円/月	ハワイアンミュージックに合わせて楽しく踊る。音楽を聴きながらリラックスをし健康促進する。ハワイの文化に触れ、他文化を楽しむ。持ち物:動きやすい恰好(パウスカート貸出あり)
	裏千家茶道の基本	第2	19:30～21:30	4/14	7	500円/月	少人数で楽しくおけいこしています。見学に来てください。持ち物:懐紙・帛紗(ふくさ)・白くつ下・服装は和洋自由
水	3B体操	第1・2・3	10:00～11:00	4/1	20	1,500円/月	音楽に合わせてボール・ベル・ベルターを使用する健康体操です。体に無理なく行えます。新規会員募集しています。持ち物:ベル・ベルター・ボール・靴・ヨガマット又はタオル(大)
	大正琴(初級)	第1・3	9:30～12:00	4/1	8	2,000円/月	明るく、やさしい講師と共に色々なジャンルの音楽に触れ一緒に楽しみませんか。初心者大歓迎！持ち物:大正琴
	いのうそば道楽	第2	9:00～12:00	4/8	10	2,000円/月(材料費込)	そば粉からそば打ちをします。持ち物:前掛け・帽子or三角巾・ふきん等

【申込期間】 3月5日(木)まで *先着順ではありません。

【申込方法】 裏面の受講申込票に記入し、申込期間内に公民館へ提出してください。

申込後、公民館から連絡がなければ参加できます。初回開講日に来館してください。*1サークルにつき1枚提出 *受講申込票は必ず本人が記入

【サークル負担金】 年間1サークルごとに、稲生地区の方は100円、稲生地区外の方は500円です。初回開講後、サークルの会計の方にお支払いください。

*サークルの受講料(教材費等含む)はサークルの生徒数、内容によって異なります。開講後、サークルの会計の方に納入していただきます。申込み時には必要ありません。

*定員を超えた場合は抽選になります。(優先順位 ①稲生地区の新規の方、②稲生地区の継続の方、③稲生地区外の方)

*受講希望者が少ない場合など開講できない場合があります。

*申込書に記入していただいた情報は公民館活動以外には使用いたしません。 *見学・体験等、お問合せは公民館まで。電話059-387-0479

曜日	サークル名	週	時間	初回開講日	定員	受講料(概算参考)	コメント
水	絵手紙	第2	13:30～15:30	4/8	15	500円/月	季節の草・花・果物・日本の行事等を、絵と言葉をハガキに描いて友だちに送ります。持ち物:筆・墨・水入れ・顔彩(絵の具の一種)・パレット等(体験の方にはこちらで用意します。)
	水墨画	第4(1月休み)	13:00～15:15	4/22	10	1,000円/月	風景を墨の濃淡で描いています。持ち物:紙・墨・筆・すずり・下じき
	空手道	第1・2・3・4(初回は第2週)	19:00～20:30	4/8	25	2,000円/月	空手の技術の習得。持ち物:運動のできる服装・タオル・飲料水
木	脳トレ体操	第1・3	10:00～11:00	4/2	20		いくつかの体操(ストレッチ・柔軟・タオル体操等)の組み合わせで構成されています。身体をほぐし、脳に刺激を与え、これが脳の活性化と共に健康づくりの源泉です。持ち物:タオル・マット・飲料水
	脳トレ麻雀	第2・4	9:00～11:30	4/9	28	年間2,000円 新規の方 年間3,000円	脳を動かす、口(お話)を動かす、指を動かす、脳活性化に抜群です。勝負よりゲームを楽しむことを第一にしています。持ち物:飲料水・スリッパ(マスク着用)
	囲碁(初級)	第2・4	9:00～12:00	4/9	15	500円/月	棋譜を学びながら楽しく対戦し実力を上げていく。持ち物:筆記用具
	編み物	第1・3	13:30～15:30	4/2	15	1,000円/月	セーター、ベスト、小物など作品作りを楽しみます。持ち物:筆記用具(かぎ針・編み棒持っている方)
	ストレッチ体操(昼)	第1・2・3	13:30～14:30	4/2	30		筋肉や関節を伸ばす体操です。
	ストレッチ体操(夜)	第1・2・3・4	20:00～21:00	4/2	15		音声により、さまざまな体位で体の中と外をほぐしながら相互指導で楽しく体力、筋力の強化。飲み物と敷物は自由持参。(第4週は盆踊りの練習)
	大正琴(中級)	第1・3	10:00～12:00	4/3	7	2,000円/月	音を奏で♪笑顔で弾ける喜びを、仲間と共に今を楽しんでいます。持ち物:大正琴
金	生華(午前)嵯峨御流	第1・2・3(初回は第2週)	10:30～12:00	4/10	10	1,500円/月	おしゃべりしながら楽しくお花を活けましょう。持ち物:花バサミ・雑布・花を持ち帰る為の物(新聞紙等)・筆記用具
	バランスボール	第1	10:00～11:00	4/3	15	500円/月	バランスボールでリズムに合わせて有酸素運動。持ち物:タオル・飲料水・動きやすい服装
	大人のぬり絵	第2	9:30～11:30	4/10	10	500円/月	先生が用意して下さる下絵に、見本を見てぬり絵をします。集中できるしボケ防止になります。持ち物:水彩色鉛筆
	リンパヨガ	第1・3	13:30～15:00	4/3	25	500円/月	身体の歪みを整えたり、マッサージをして、リンパの流れを良くします。持ち物:動きやすい服装・ヨガマット(バスタオル)・飲料水
	八束穂句会(俳句)	第1	13:00～15:00	4/3	10	年間1,500円	まわりの事などを俳句につづります。持ち物:筆記用具・ノート
	大人のぬり絵(P)	第2	13:30～15:30	4/10	10	800円/月	好きな下絵を選び和気あいあいと楽しんでいます。講座の日には、いつでもぬり絵の体験ができます。一緒にやりましょう。持ち物:水彩色鉛筆
	生華(夜)嵯峨御流	第1・2・3(初回は第2週)	19:30～21:30	4/10	10	1,500円/月	おしゃべりしながら楽しくお花を活けましょう。持ち物:花バサミ・雑布・花を持ち帰る為の物(新聞紙等)・筆記用具
	棒術空手	第1・2・3・4	19:00～21:30	4/3	20	2,000円/月	空手の練習。サークル生の親睦を深める。持ち物:運動しやすい服装・水筒
土	太極拳	第1・2・3	10:00～11:30	4/4	20	年間2,000円	無理のない運動で健康維持。持ち物:動きやすい服装・上靴

きりとり

令和8年度サークル受講申込票

※申し込み票に記入していただいた情報は公民館活動以外には使用いたしません。

サークル名	お名前	住所・電話番号	年齢
	ふりがな	鈴鹿市	65才未満
		電話番号	

	サークル名	曜日	週	時間
1	抹茶(裏千家)	月	第1・2・3・4	10:00～12:00
2	ママサークル Ito	月	第2	10:00～12:00
3	さくら会(洋画)	月	第1・3・4	9:30～11:30
4	さくらんぼの会(洋画)	月	第1・3・4	13:30～15:30
5	稲花(詩吟)	月	第1・2・3・4	13:30～15:30
6	囲碁(上級)	月	第1・2・3	13:00～16:30
7	新舞踊	月	第2・4	19:30～21:00
8	ウッドバーニング	火	第1・3	9:30～11:30
9	ゴスペルフラダンス	火	第2・4 (初回のみ4/1)	10:00～11:30
10	美文字筆ペン	火	第2・4	10:00～11:15
11	パッチワーク	火	第1・4	9:00～12:00
12	コーラス みもざ	火	第1・3	13:00～16:00
13	雄弘ヨーガ	火	第1・3	13:30～15:00
14	習字	火	第2・4	13:00～14:30
15	ハワイアンフラダンス	火	第1・3	19:00～20:30
16	裏千家茶道の基本	火	第2	19:15～21:30
17	3B体操	水	第1・2・3・4	10:00～11:00
18	大正琴(初級)	水	第1・3	9:30～12:00
19	いのうそば道楽	水	第2 (8月/2月は第3)	9:00～12:00
20	絵手紙	水	第2	13:30～15:30
21	水墨画	水	第4(1月休み)	13:00～15:15
22	空手道	水	第1・2・3・4	19:00～20:30
23	脳トレ体操	木	第1・3	9:30～11:30
24	脳トレ麻雀	木	第2・4	9:00～11:30
25	囲碁(初級)	木	第2・4	9:00～12:00
26	編み物	木	第1・3	13:30～15:30
27	ストレッチ体操(昼)	木	第1・2・3・4	13:30～14:30
28	ストレッチ体操(夜)	木	第1・2・3・4	20:00～21:00
29	大正琴(中級)	金	第1・3	9:30～12:00
30	生華(午前)嵯峨御流	金	第1・2・3・4	10:30～12:00
31	バランスボール	金	第1	10:00～11:00
32	大人のぬり絵	金	第2	9:30～11:30
33	リンパヨガ	金	第1・3	13:30～15:00
34	八束穂句会(俳句)	金	第1	13:00～14:30
35	大人のぬり絵(P)	金	第2	13:30～15:30
36	生華(夜)嵯峨御流	金	第1・2・3・4	19:30～21:30
37	棒術空手	金	第1・2・3・4	19:00～21:30
38	太極拳	土	第1・2・3	10:00～11:30

稲生公民館 予定表

日	曜日	予 定
2月		
19	木	
20	金	
21	土	
22	日	
23	月	天皇誕生日
24	火	さわやかサロン 13:30~15:00
25	水	
26	木	
27	金	ミュージックガーデン 13:30~
28	土	
3月		
1	日	
2	月	ふれあいライブラリー15:30~16:00
3	火	
4	水	
5	木	
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	ふれあいライブラリー15:30~16:00
17	火	稲生子育てサロン 10:00~11:00
18	水	
19	木	
20	金	春分の日
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	さわやかサロン 13:30~15:00
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	