



令和8年度

## サークル生募集

令和8年度のサークル生を募集します。  
受講希望の方は、下記の要領を確認の上、お申込みください。

【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・内容等】

サークル一覧表をご覧ください。

【サークル運営協力金】

年間1サークルごとにおひとり300円です。4月末までにサークル会計の方にお支払いください。途中休会、退会による返金はいたしません。

【受講料】 サークルごとの参加人数、回数によって異なります。教材費は別途必要です。

講師が市外からの場合は、交通費が必要な場合があります。

【申込方法】

受講申込票に必要事項を記入し、申込期間内に公民館へ提出してください。

※1サークルにつき1枚提出してください(申込用紙は公民館窓口にもあります)。

※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。

※継続の受講生の方も改めて提出してください。

※申込後にキャンセルされる場合は、公民館までご連絡ください。

【申込期間】 令和8年2月20日(金曜日)～3月6日(金曜日)

※先着順ではありません。定員に達しない場合は随時募集します。

【申込場所】 清和公民館 事務所窓口

次頁の【注意事項】を確認いただいた上、お申込みください。

きりとり

## 令和8年度 サークル受講申込票

番号・サークル名	お名前	ふりがな	どちらかに○ 性別 男・女
住所	電話番号		
〒			
来館方法 ○をつけてください	<ul style="list-style-type: none"> <li>・徒歩</li> <li>・自転車</li> <li>・バイク</li> <li>・車</li> </ul>	どちらかに○ 新規 ・ 継続	

## 【注意事項】



- お申し込み後、公民館からの連絡がない場合は参加できます。初回日にお越しください。
- 定員を超えた場合は抽選になります。優先順位は以下の通りです。  
① 清和小学校区新規②清和小学校区継続③牧田・飯野地区④その他
- 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。
- サークルは、サークル生による自主運営となっています。代表者、会計担当者の選出が必要になります。サークル代表者会議、火災避難訓練、大掃除、発表会などがあります。
- サークルの見学・体験などのお問合せは清和公民館へ（059-379-4140）



## 【利用時のお願い】

- 基本的感染症防止対策は継続をお願いします。
- 使用した部屋等の清掃は丁寧に行ってください。
- 公民館の備品等は大切に扱ってください。
- 公民館利用時の発生ごみは、利用者が責任をもってお持ち帰りください。



番号	サークル名	初回	週・時間	講師 (敬称略)	サークル紹介	定員
1	健康のど体操	4/20	第3月曜 10:00~11:30	安藤浩子	いつまでも食べる楽しさをキープするために健康な喉の筋肉を鍛えませんか。YUBA ミッド (体系的に構築したボイストレーニング法) の発声練習をして誤嚥防止をしましょう。体験しに来てください。	20
2	絵手紙	4/6	第1・3月曜 10:00~12:00	相互指導	墨の香りが好き、絵具遊びに興味がある者が集まって自分流を楽しんでいます。一度のぞいて見てください。	5
3	オカリナ	4/6	第1・3月曜 13:00~15:00	大谷好子	オカリナは陶器でできている楽器です。その素朴で優しい音色は、私たちを癒してくれます。一緒に楽しみましょう。	18
4	詩吟	4/6	第1・3月曜 13:30~15:30	相互指導	日本吟道学院発行の「吟道範典」を使用して詩吟の練習、技術の習得を図る。腹式発声により健康向上維持が図れます。	8
5	ストレッチ 体操	4/13	第2・4月曜 13:30~15:00	中野恵津子	元気に楽しくがモットーです。脳も鍛えて足も鍛えて、おしゃべりも楽しみましょう。	20
6	布あそびの会	4/13	第2月曜 9:30~14:30	相互指導	たすに眠っている着物を利用して洋服・バッグ・小物などにリメイクしています。相互指導で活動します。	12
7	茶道 (表千家)	4/7	第1・3火曜 9:30~11:30	鈴木恵美子	お抹茶の淹れ方と作法を楽しく練習しています。日常を離れた静かな時間を初めての方も一緒にいかがでしょうか。初心者歓迎。	7
8	ヨガ	4/7	第1・3火曜 10:00~11:30	高橋純子	骨盤矯正、肩こり解消、筋力アップといいことづくめ。美容と健康にヨガを！各自に合わせて楽しめます。	20
9	やさしい パソコン	4/7	第1・3火曜 10:00~12:00	相互指導	パソコンを始めたいけど…なかなか踏み出せない…難しく考えずに始めましょう！ゆっくりと楽しく。	5
10	ギター教室	4/14	第2・4火曜 9:30~11:00	赤井 薫	初心者から中級者まで童謡や演歌をみんなで楽しく練習します。歌の好きな方も大歓迎です。ご参加お待ちしております。	10
11	清和楽々 ハーモニカ	4/14	第2・4火曜 9:30~11:30	樋口美穂	今では80歳前後に初めて習う人が主流です。最初は見学から、2年もすれば数多く吹けます。楽しみを一つ増やしましょう。お待ちしております。	8
12	カラオケ	4/14	第2・4火曜 13:00~15:00	平岡喜廣	楽しく歌ってストレス解消と声の若さを保つため、毎月2回開催しています。年齢制限はないので気軽に参加してください	6
13	水墨画	4/1	第1・3水曜日 9:30~11:30	渡邊紀子	初心者大歓迎。水墨画の技法(にじみ・ぼかし・かすれ等)をマスターして、花・風景・山水画等、学習していきます。	10
14	やさしい 太極拳	4/1	第1・3水曜 13:30~15:30	小林澄子	体に良いこと始めませんか！中国武術の基本から柔軟・ストレッチで心身ともに健康に。初心者歓迎。	10

番号	サークル名	初回	週・時間	講師 (敬称略)	サークル紹介	定員
15	さわやか社交ダンス	4/1	第1・2・3・4水曜 19:30~21:30	佐藤慎三	楽しくやっていますので参加してください。	15
16	新舞踊 (結城流)	4/8	第2・4水曜 9:30~11:30	岩淵雪子 (結城宗春)	幅広い分野の音楽に合わせて踊れます。特に演歌好きの人にお勧めです。気軽に一緒に踊りましょう。	15
17	パソコン活用午前	4/8	第2・4水曜 10:00~11:30	小野美佳子	講師の先生が素晴らしく良い人です。パソコン活用午前では、明るく交流をしてパソコン学習をしています。	10
18	パソコン活用午後	4/8	第2・4水曜 13:00~14:30	小野美佳子	Word、Excelの基礎から応用まで。更にはインターネットの楽しみ方を学びましょう！	10
19	シニアのための 雄弘ヨーガ	4/8	第2・4水曜 13:30~15:00	長谷川栄子	私たちが習っているヨーガは呼吸と気、作法を大切にしています。体と心を鍛え、よりよく生きていく力を身につけていきましょう。	10
20	童謡・唱歌 日本の歌	4/2	第1・3木曜 9:30~11:00	桐生小百合	いろいろな楽器も使ってワイワイ、ワイワイ楽しみましょう！！	30
21	着物着付	4/16	第2・3木曜 10:00~11:30	宮崎慶子	いくつになってもおしゃれは楽しいもの。普段着る機会のない着物姿で気分もルンルン。先生も生徒も和気あいあい、楽しいサークルです。	10
22	民謡	4/2	第1・3木曜 13:30~15:30	鈴木隆子	昔から全国各地で唄い継がれてきた「民謡」大きな声で唄うと心身リフレッシュ出来ますよ！！	10
23	書道	4/9	第2・4木曜 9:30~11:30	伊東美智代 (伊東美風)	楷書・行書を習っています。初心者の方は、基本から教えてもらえます。発表会を目標に日々練習しています。	10
24	ウクレレ寺子屋	4/9	第2・4木曜 10:00~11:30	赤井 薫	誰でも気軽にスタートできます。音楽の知識も不要、みんなで楽しく、無理せず練習してウクレレを楽しみましょう。	20
25	セルフケア体操	4/9	第2・4木曜 14:00~15:15	森紗智子	健康寿命を延ばす！やさしい心身ケアの体操です。大笑いの脳トレ、ちょこつと筋トレもありの75分です。	25
26	フラダンス	4/10	第2・4金曜 12:00~14:00	杉田芳子	ハワイの風を感じ、のびやかに踊ることで心も体もリフレッシュ。みなさんと一緒に楽しく踊ってみませんか。	10



## 令和7年度 清和公民館サークル一覧

	サークル名	曜日	週	時間	定員
1	健康のど体操	月	1・3	10:00~11:30	20
2	絵手紙		1・3	10:00~12:00	5
3	オカリナ		1・3	13:00~15:00	18
4	詩吟		1・3	13:30~15:30	6
5	ストレッチ体操		2・4	13:30~15:00	20
6	布あそびの会		2	9:30~14:30	12
7	茶道(表千家)	火	1・3	9:30~11:30	7
8	ヨガ		1・3	10:00~11:30	15
9	やさしいパソコン		1・3	10:00~12:00	6
10	3B体操		1・3	13:00~15:00	10
11	ギター教室		2・4	9:30~11:30	10
12	清和楽々ハーモニカ		2・4	9:30~11:30	10
13	カラオケ		2・4	13:00~15:00	10
14	水墨画	水	1・3	9:30~11:30	10
15	やさしい太極拳		1・3	13:30~15:00	10
16	さわやか社交ダンス		1・3	19:30~21:30	15
17	新舞踊(結城流)		2・4	9:30~11:30	15
18	パソコン活用午前		2・4	10:00~11:30	10
19	パソコン活用午後		2・4	13:00~14:30	10
20	シニアのための雄弘ヨーガ		2・4	13:30~15:00	10
21	童謡・唱歌・日本の歌	木	1・3	9:30~11:00	30
22	着物着付		2・3	10:00~11:30	10
23	民謡		1・3	13:30~15:30	10
24	こども書写 も対象		1・3	15:00~15:50 16:00~16:50	8 8
25	書道		2・4	9:30~11:30	10
26	ウクレレ寺子屋		2・4	10:00~11:30	20
27	セルフケア体操		2・4	14:00~15:30	25
28	フラダンス		金	2・4	12:00~14:00

清和公民館 予定表

日	曜日	予 定
2月		
19	木	ふれあいライブラリー10:15-10:45
20	金	おいしい珈琲の淹れ方講座10:00-12:00
21	土	
22	日	
23	月	天皇誕生日
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	放課後こども教室「清和のもり」閉級式15:00-16:30
28	土	
3月		
1	日	
2	月	
3	火	
4	水	
5	木	ふれあいライブラリー10:15-10:45
6	金	
7	土	
8	日	
9	月	
10	火	
11	水	
12	木	
13	金	
14	土	
15	日	
16	月	
17	火	
18	水	
19	木	ふれあいライブラリー10:15-10:45
20	金	春分の日
21	土	
22	日	
23	月	
24	火	
25	水	
26	木	
27	金	
28	土	
29	日	
30	月	
31	火	