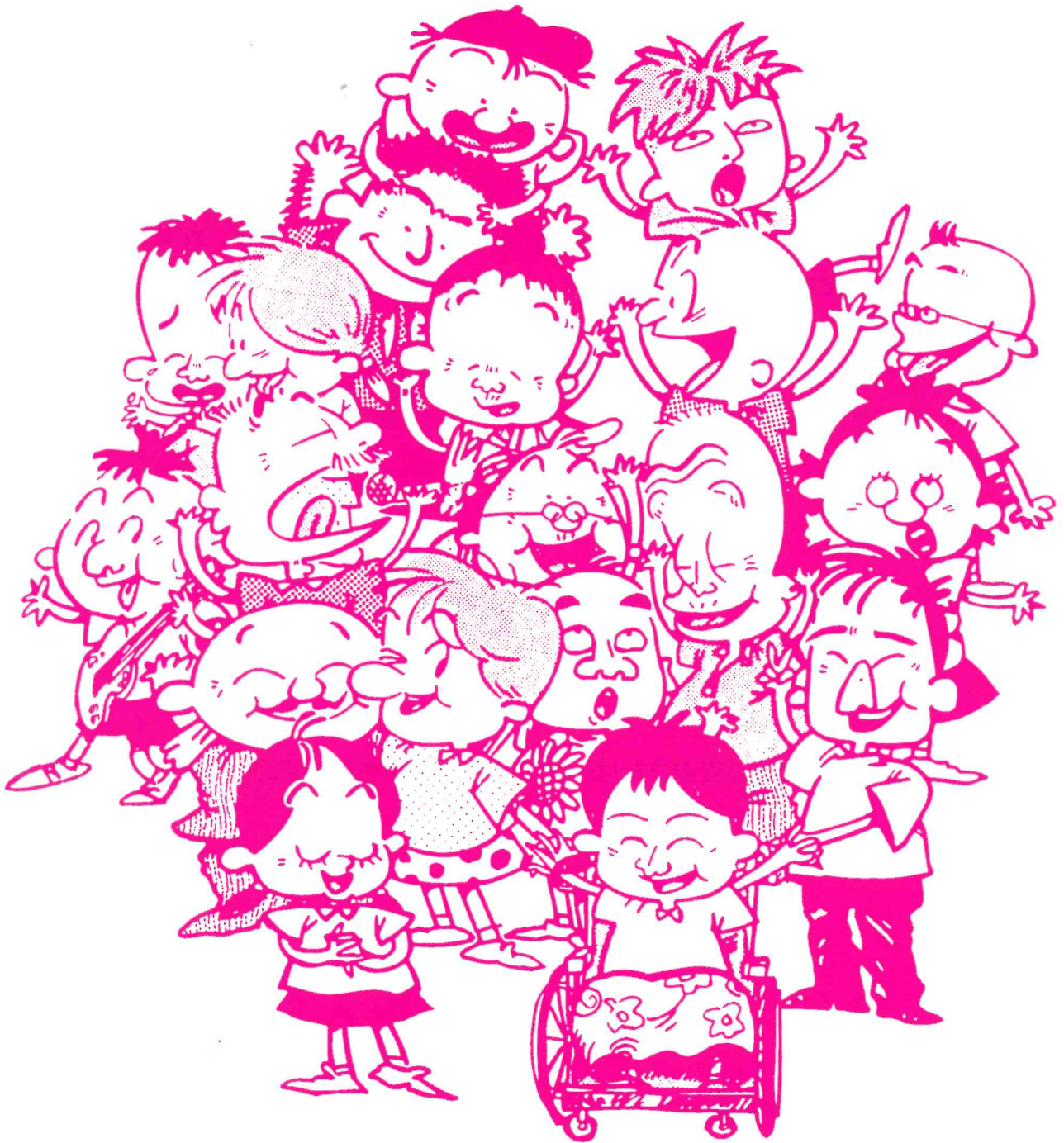


令和6年度

# 公民館活動のご案内



**五條市立中央公民館**

指定管理者 **桜井誠文堂**

【〒637-0041 五條市本町3丁目1-13 TEL:24-2001 FAX:24-2002】

※休館日は、毎週火曜日及び祝日(火曜日が祝日の場合は翌日も振替休日)です。

## 中央公民館主催講座申込方法

### 1 年間継続講座（市民教養セミナー・生き生き教室・中国語入門講座・ハングル入門講座）

★申し込み受付は、**4月8日（月）午前10時**から行いますので、学習を希望される方は年会費を添えて**直接**中央公民館へお申し込みください。

★各コースとも、定員になり次第締め切りますので、お早めにお申し込みください。

### 2 年間継続講座（英語コミュニケーション講座）

★詳細未定のため決定次第、「**広報五條9月号**」に掲載の上、募集します。

### 3 随時開催講座（アート講座・ヘルス講座・夏休み子ども企画・エンジョイキッチン）

### 4 特別企画講座（スマホ教室・きらめきポップス・エンディングノート）

★3・4の講座は広報紙（**広報五條**）に掲載の上、その都度募集します。なお、受付は午前9時30分から行いますが、**お電話でのお申し込みは出来ません**のでご了承ください。

◎申し込みは、原則として必ず受講希望者本人がご来館ください。但し、諸事情によりどうしても本人が来館出来ない場合、**代理人1名につき他2名まで**お申し込みいただけます。

（代理申し込みの場合は、郵便番号・住所・氏名・年齢（生年月日）・電話番号を間違いなくご確認ください）

◎各講座とも、規則正しい態度での学習をお願いします。**団体行動を乱される方や、職員の指示に従っていただけない方は、入会後であっても退会いただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。**

◎各講座とも、諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## 自主クラブ・サークル入会方法

◎自主クラブ・サークル活動欄に記載されている代表者に直接連絡し、入会手続きを行ってください。中央公民館での入会受付は一切行っておりませんのでご注意ください。

◎**中央公民館の協力団体として、五條市茶華道協会があります。**

## 年間継続講座

- ◎1年間を通して学習しますので、年度途中からの参加はお断りする場合があります。
- ◎五條市立中央公民館利用団体連絡協議会会費（年間300円）を納めていただきますが、別に諸経費が必要です。
- ◎館外学習参加費や教材費等は、必要に応じてその都度徴収させていただきます。
- ◎各講座とも定員になり次第、締め切らせていただきます。
- ◎諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- ◎各講座を申し込み後、本人の都合により講座を辞める場合は、年会費は返金できません。

## 市民教養セミナー

- 【目的】** 一般教養を高め見聞を広げるため、館外学習6回を通して、「遊」の中にそれぞれのテーマを見出すことを目的とします。
- 【対象】** 五條市に在住、または在勤されている成人
- 【定員】** 90名
- 【年会費】** 1,200円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）
- 【参加費】** 各回、申し込み時に実費を納めていただきます。

※全て定員限定で実施いたします。

※諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

開催期日	テ ー マ	講師等(敬称略)
5月27日(月)	館外学習 <定員限定> 『世界遺産の霊場高野山。1200年の歴史の舞台へ』	和歌山県：高野町
7月8日(月)	館外学習 <定員限定> 『伊根の舟屋めぐり遊覧船と海の上を走る列車』	京都府：伊根・宮津
9月9日(月)	館外学習 <定員限定> 『大阪水陸バスとローズガーデン』	大阪府：大阪市
11月18日(月)	館外学習 <定員限定> 『満喫琵琶湖、白鬚神社。美観スポットメタセコイヤ並木』	滋賀県：高島・長浜
1月20日(月)	館外学習 <定員限定> 『国生み神話・日本最古の宮』	兵庫県：淡路市
3月10日(月)	館外学習 <定員限定> 『味の素工場見学と鈴鹿の森庭園』	三重県：四日市・鈴鹿

## 生き生き教室

- 【目的】** 一般教養を高め、社会の動向を学びながら仲間づくりを目的とします。
- 【対象】** 五條市に在住、または在勤されている65歳以上の方
- 【定員】** 40名
- 【年会費】** 1,200円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）
- 【参加費】** 各回、申し込み時に実費を納めていただきます。

※全て定員限定で実施いたします。

※諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。



開催期日	テ ー マ	講師等(敬称略)
4月17日(水)	館外学習 <定員限定> 『県内随一、隠れたるパワースポット“丹生川上神社めぐり”』	奈良県：東吉野村
6月20日(木)	館外学習 <定員限定> 『クリーンエネルギーの源流を見学』	大阪府：枚方市
8月22日(木)	館内学習 <定員限定> 『中央公民館で本格そば打ち体験』	そば打ち同好会
10月18日(金)	館外学習 <定員限定> 『吉野下千本の散策と秋の味覚を楽しむ』	奈良県：吉野町
12月19日(木)	館外学習 <定員限定> 『家電リサイクル工場の見学』	大阪府：枚方市
2月13日(木)	館外学習 <定員限定> 『京都御所と和紙あかり』	京都府：京都市

# 英語コミュニケーション講座

- 【目的】 外国人講師との交流を通して英語に親しみ、国際理解を深めましょう。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【コース】 未定  
 【定員】 未定  
 【年会費】 1,000円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）  
 【講師】 ALT（語学指導助手）



☆各コースとも講師の都合上10月に開講し、翌年7月に閉講予定のため詳細については、決定次第、「広報五條9月号」に掲載の上、募集します。

☆各コースとも、重複して受講することは出来ません。

## 中国語入門講座

- 【目的】 初歩から中国語を学び、日常会話を習得する事を目的とします。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 15名  
 【年会費】 1,000円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）と別途テキスト代  
 【講師・敬称略】 張 韋  
 【日時】 5月～翌年2月まで第1週目、第3週目の金曜日  
 午後7時30分から午後9時まで

## ハンゲル入門講座

- 【目的】 初歩からハンゲル語を学び、日常会話を習得する事を目的とします。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 15名  
 【年会費】 1,000円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）と別途テキスト代  
 【講師・敬称略】 李 華鮮  
 【日時】 5月～翌年2月まで第1週目、第3週目の木曜日  
 午後5時50分から午後7時20分まで

## 随時開催講座

- ◎市の広報紙（広報五條）に掲載の上、その都度募集します。
- ◎五條市立中央公民館利用団体連絡協議会会費（年間300円）を納めていただきますが、別に諸経費が必要です。（夏休み子ども企画は除きます）
- ◎教材費等は、必要に応じてその都度徴収させていただきます。
- ◎各講座とも定員になり次第、締め切らせていただきます。
- ◎諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## アート講座

- 【目的】 四季を感じるアートフラワーや上質なアクセサリ・小物などの作品づくりを楽しむことを目的としています。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 各コース15名  
 【年会費】 500円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）  
 【参加費】 各回、申し込み時に実費を納めていただきます。  
 【講師・敬称略】  
 フラワータイム フラワーアレンジメント講師 中川美智代  
 グルーデコ® 日本グルーデコ協会認定講師 乾 郁子  
 クラフト手芸 クラフトハンドメイダー 庄司 美代  
 フラワーアレンジ フラワーアーティスト 岡本美佐子
- 【その他】 無料託児あり（2歳以上未就学児・要予約）

開催日時	講座	テーマ
6月15日(土) 10:00～12:00	フラワータイム	ガラスベースのアレンジ
10月19日(土) 10:00～12:00		バスケットのアレンジ
7月13日(土) 10:00～12:00	グルーデコ®	接着粘土で作るアクセサリなど
2月 1日(土) 10:00～12:00		

5月11日(土) 12:00～17:00	クラフト手芸	クラフトテープで作る手さげバッグ
9月21日(土) 10:00～12:00	フラワーアレンジ	秋のリースアレンジ

## ヘルス講座

【目的】 身体を動かし、楽しく健康的な生活を送ることを目的としています。

【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人

【定員】 各コース**15**名

【年会費】 **500**円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）

【講師・敬称略】

<b>フラダンス</b>	フラダンス講師	杉本 容子
<b>リフレッシュヨガ</b>	ヨガインストラクター	中川 由香里
<b>シニアチアダンス</b>	チアダンスインストラクター	片山 悦子
<b>太極拳</b>	太極拳講師	島田 陽夫

【その他】 無料託児あり（2歳以上未就学児・要予約）

開催日時	講座	テーマ
5月13日(月) 13:30～15:30	フラダンス	フラダンスを通して健康づくりをしてみませんか。誰もが楽しめる癒やしの曲に合わせて踊りましょう。
6月3日(月) 13:30～15:30		
7月1日(月) 13:30～15:30		
8月5日(月) 13:30～15:30		
9月2日(月) 13:30～15:30		
10月7日(月) 13:00～14:30	リフレッシュヨガ	自分の本来持つ美しさ・しなやかさ・優しさを内側から引き出し、姿勢や日常動作を見直してみませんか。明るく健康維持し、心も身体もリフレッシュしていきましょう。
11月11日(月) 13:00～14:30		
12月2日(月) 13:00～14:30		
1月6日(月) 13:00～14:30		
2月3日(月) 13:00～14:30		
6月13日(木) 13:00～14:30	シニアチアダンス	チアダンスを通して、仲間とともに楽しく身体を動かしましょう。
7月11日(木) 13:00～14:30		
8月8日(木) 13:00～14:30		
9月12日(木) 13:00～14:30		
10月10日(木) 13:00～14:30		
11月14日(木) 13:00～14:30		
12月12日(木) 13:00～14:30		
1月9日(木) 13:00～14:30		
2月6日(木) 13:00～14:30		
3月13日(木) 13:00～14:30		
5月24日(金) 13:30～15:00	太極拳	体のバランスを整えて免疫力を高め、集中力アップにもつながる気功太極拳を生活に取り入れましょう。
7月26日(金) 13:30～15:00		
9月27日(金) 13:30～15:00		
11月22日(金) 13:30～15:00		
1月24日(金) 13:30～15:00		

## 夏休み子ども企画

【目的】 様々な体験を通してふれあい、より絆を深めましょう。

【対象】 五條市に在住、または在勤されている保護者と子ども（小学生）

【定員】 **10**組**20**名程度（詳細については広報五條でご確認ください）

【参加費】 各回、申し込み時に実費を納めていただきます。

【その他】 諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

開催期日	テーマ	講師等(敬称略)
7月20日(土) 13:30～15:30	<b>館内学習</b> 夏休み子ども生け花体験教室	五條市茶華道協会
7月21日(日) 10:00～12:00	<b>館内学習</b> 夏休み子どもお茶体験教室	五條市茶華道協会
7月28日(日) 13:30～15:30	<b>館内学習</b> 夏休み子ども化学教室 「化学の力でふくらむおかしをつくろう」	菊田 紘都
8月3日(土) 10:00～12:00	<b>館内学習</b> 夏休み子ども書道体験教室 「色墨でオリジナル作品をつくろう」	戸野 大信
8月4日(日)	<b>館外学習</b> <マイクロバス使用> 滑走路の様子を学ぶための展望台 『関西展望ホールスカイビュー』へ行こう！	大阪府：泉佐野市

# エンジョイキッチン

- 【目的】 料理を楽しみながら、調理の工夫について学びましょう。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 各回15名程度  
 【年会費】 500円（通信費、事務費、利用団体連絡協議会会費）  
 【参加費】 各回、申し込み時に実費を納めていただきます。  
 【その他】 無料託児あり（2歳以上未就学児・要予約）



開催期日	テーマ	講師(敬称略)
6月 1日(土) 10:00～12:00	《暑い夏を乗り切るあっさり・さっぱりメニュー》 ・鶏肉のさっぱり煮込み ・サバのおろし煮 ・茄子と胡瓜の塩昆布和え ・レモンヨーグルトゼリー	料理研究家 藤川 典丈
9月 7日(土) 10:00～12:00	《焼肉タレのアレンジメニュー》 ・マーボー豆腐 ・焼肉ポテト ・ヤンニョム風チキンスティック ・さつま芋と胡桃のシュガーコーティング	
12月 7日(土) 10:00～12:00	《冬野菜を使ったアレンジメニュー》 ・鶏肉と白菜の中華風うま煮 ・豚肉と水菜の炒め物 ・大根のバターポンステーキ ・抹茶のチョコクランチ	
3月 1日(土) 10:00～12:00	《春キャベツと新玉ネギを使ったアレンジメニュー》 ・新玉ネギの豚肉巻き ・春キャベツとしらすのかき揚げ ・新玉ネギの梅チーズサラダ ・苺のあんこ巻き	

## 特別企画講座

- ◎市の広報誌（広報五條）に掲載の上、その都度募集します。  
 ◎諸事情により変更または中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

## スマホ講座

- 【目的】 今お持ちのスマホを、さらに活用しましょう。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 15名  
 【参加費】 300円  
 【日時】 6月5日(水)・6月12日(水)の2回連続講座 10:00～12:00  
 【場所】 中央公民館

## きらめきポップス

- 【目的】 心を癒し青春時代に歌った懐かしい曲を通じて、仲間づくりと健康を維持しましょう。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 15名  
 【参加費】 500円  
 【日時】 9月25日(水) 13:00～15:00  
 【場所】 中央公民館

## 終活講座「エンディングノート」

- 【目的】 人生100年時代、自分らしく生きるいろんな計画をたててみませんか。  
 【対象】 五條市に在住、または在学・在勤されている成人  
 【定員】 30名  
 【参加費】 300円  
 【日時】 12月4日(水) 13:30～  
 【場所】 中央公民館

# 自主クラブ・サークル活動

## 中央公民館

☆1コースにつき中央公民館利用団体連絡協議会会費(年間300円)と各クラブ・サークルでの会費が必要です。

☆各クラブ・サークルに入会ご希望の方は、代表者又は連絡先に直接申し込みをし、随時入会してください。

コースNo.	クラブ・サークル名	開催日	時間	指導者 代表者又は連絡先	学習内容
1	五條混声合唱団 コール・ジッポウ	毎週月曜日	午後1:00 ～3:30	三木栄子 釜窪町1027 25-0995 山口桂子 田園4-48-1 090-9092-2077	女声合唱グループ環と共に、豊かな声、美しいハーモニーと心の伝わる表現を求め練習を積み重ねています。
2	女声合唱 グループ環	毎週月曜日	午後1:00 ～4:00	三木栄子 釜窪町1027 25-0995 吉岡充代 二見4-7-37 25-3439	五條混声合唱団と一緒に数々の曲を練習しています。
3	五條市 吹奏楽団	毎週木曜日	午後7:00 ～9:40	松本 勉 田園4-31-8 25-3301 大西修二 二見2-6-39 23-1630	楽器演奏(合奏)を通して音楽性の向上と親睦につとめています。
4	尺八クラブ	第1・3木曜日	午後6:00 ～8:00	北山茂文 西阿田町794 22-7516 同 上	尺八を基礎から学んでいます。
5	五條市 朗読サークル	第1・3金曜日	午後2:30 ～4:30	三岡康明 奈良市西大寺本町3-28-406 0742-36-7180 竹田廣子 本町3-5-25 090-6061-3481	正しい本の読み方を学習する。福祉施設へのボランティア活動、公民館発表会、文化祭への参加。
6	銭太鼓	随時開催 (休部)		坂本恵子 相谷町486 22-6209	(芸の蓄積のため休部)
7	琴苗会 (たんぽぽ)	第2・4土曜日	午後1:00 ～4:00	松本正清 下之町327 22-6615 前田穂子 岡町1821 22-1273	公民館活動を中心に地区のボランティア活動を行い楽しく大正琴の練習をしています。
8	ぼちぼち体操	第1・2・3金曜日	午前9:30～11:00 午後7:30～9:00	三浦さち子 橋本市隅田町中下56-10 0736-32-9143 同 上	ストレッチ体操
9	太極拳	第1・3月曜日	午後7:00 ～9:00	仲西 正 奈良市菅原町5-36 0742-45-5605 岡田卓司 西吉野町和田412 32-0011	場名時太極拳を通して生涯無理なく続けられる健康法です。
10	自力整体 クラブ	第1・3木曜日	午前10:00 ～11:30	坂本匡子 吉野郡大淀町北野6-11 0746-32-1480 同 上	ストレッチや足の裏をマッサージして身体の固さを緩め整った身体になるよう身体の手入れ(整体)を行っています。体験ご参加下さい。
11	五條 おはなしの会	第4月曜日 12月第2月曜日	午前10:00 ～正午	山田裕子 岡口2-4-30 25-1927	子どもに語る昔話やお話の実習と合評。
12	くらしの 書道会	毎週木曜日	午後7:00 ～8:00	扇谷龍生 野原東4-1-12 23-1802 同 上	楷、行、草、かなにわたり、筆のあつかいかなた主体に基本的技法を学んで、正しい字が書けるように。
13	水墨画クラブ	第2・4土曜日	午後1:00 ～3:00	森脇伸代 上野町311 25-0163 同 上	水墨画及び墨彩画教材を参考にしながら学習しています。
14	ペン習字・ 絵手紙	第2・4土曜日	午後1:30 ～3:00	林 金子 岡口1-2-24 090-9097-5209	いろいろな文字の練習、いろいろな絵手紙。
15	五條市 俳句会(鮎)	第3日曜日	午後1:00 ～3:00	阪口仁平 宇野町54 22-5661 山口登美子 御山町337 22-4752	豊かな自然や日常生活の中から作句し、楽しく俳句を学びます。

コース No.	クラブ・ サークル名	開 催 日	時 間	指 導 者 代 表 者 又 は 連 絡 先	学 習 内 容
16	春日野 俳句教室	第2日曜日	午後1:30 ~3:00	上辻 蒼人 今井町1496-2 22-3779 同 上	自分の地域を深く見直し 土着、土俗の俳句を作り 仲間同士の親睦を計る。
17	子ども イラスト・絵画 アトリエくれよん	第1・3月曜日 第2・4・5月曜日	午後4:30~6:00 午後4:00~5:00	堀内由美子 田園1-3-2 090-7109-6815 同 上	画力を上げるデッサンから水彩 までの技法を学びます。イラスト やキャラクターなども楽しく 描いています。
18	マンサクの会	第2金曜日	午前10:00 ~午後5:00	福岡由美子 野原西3-4-5 080-2444-4720 阪田茂子 新町3-7-19 24-3256	郷土の児童文学作家、川 村たかし先生の作品を読 んでいます。
19	写 景 会	第1土曜日	午後7:00 ~9:00	田野瀬俊夫 野原西4-14-10 25-0433 同 上	写真撮影技術全般を学習し、公民 館発表会、文化祭、及び、各種コ ンクール等に出展しています。
20	組紐クラブ	第1土曜日 第1日曜日	午後1:00 ~5:00	河村公榮 五條2-5-9 22-3163 同 上	帯締め・ベルト・ネックレス・ メガネ紐・ストラップ・干支・ ブローチなどを作っています。
21	洋裁クラブ	第1・3金曜日	午後1:30 ~3:30	平岡照子 今井町1563 22-2772 同 上	おしゃれな服を手作りで、 着物を洋服にリフォーム。
22	手描き染色 友禅染め	第1・3月曜日	午後1:30 ~4:00	北岸香津代 二見3-4-7 23-2181 同 上	四季友禅手描き染めで基礎 四柄を終えた後、各自 自由作品製作。
23	手作り石けん 化粧品サークル mint*ミント	毎週金曜日	午後6:30 ~9:00	岡本セツ子 田園3-14-8 090-3286-6604 田中雅子 田園4-44-2 22-6275	アロマオイルやハーブ、 天然成分で石けんと化粧品 品を手作りしています。
24	生花教室	第1水曜日 第2水曜日 第3水曜日	午前9:30 ~11:00	岡本佳子 中之町1601 22-0435 櫻井清美 上之町282 22-6497	三流派(嵯峨・池之坊・ 未生)の生け花教室
25	茶道教室	第1・2・3月曜日	午後1:00 ~5:00	廣川宗厚 二見2-8-16 22-1802 廣川厚子 二見2-8-16 22-1802	茶道全般のお稽古
26	E E C (エンジョイ イング リッシュ サークル)	毎週水曜日	午後1:30 ~3:00	曾雌守一 新町3-5-7 090-1672-5051	フリートークとリーディング 等、英語の自主学習をしながら 仲間づくりをしています。
27	日本語学級	毎週土曜日	午後2:00 ~4:00	芝田峰子 滝町66 090-1918-5398	それぞれの目的やペースに合わ せて日本語を勉強するとともに、 多文化共生のための活動をして います。
28	ベリーダンス	毎週金曜日	午後1:30 ~4:00	奥村亨子 犬飼町194-6 090-3160-4104 同 上	ベリーダンスの基本を習得 しながら女性らしい体型と 柔軟な体を作っていきます。
29	和太鼓・お囃子 教室「のら」	毎週日曜日	午前10:00 ~午後1:00	細川憲次 居伝町451-1 22-8082 同 上	日本各地に古くから伝わるお囃 子、太鼓、民舞など和の心を学び、 お祭りやイベント等で広く伝え る活動。
30	フラワーサークル フルリアル	毎週木曜日	午前10:30 ~午後5:00	中川美智代 田園1-14-2 090-2194-6159 同 上	フラワーアレンジメントコース、プ リザーブフラワーコース、こども アレンジメントコースがあります。季節の 花材を使い様々なアレンジをします。
31	リラックス・ヨガ	毎週月曜日	午前10:30 ~正午	中川由香里 岩出市中島135-1 080-1420-7759 廣岡裕子 今井1-2-10 23-2797	体の不調を改善し、予防 して健康寿命を延ばす。
32	ヘルスヨガ	毎週木曜日	午後1:00 ~2:30	小川知恵子 田園1-13-7 090-2381-3107 同 上	ポーズや呼吸法、ハタヨガ、ロ コモ予防ヨガ、目・耳・指ヨガ 等も行います。中・高齢の方も お越し下さい。
33	蕎麦打ち 同好会	第2・4土曜日	午前10:00 ~午後2:00	前平弘幸 田園5-49-4 22-5576 同 上	自分達の手で蕎麦を打って試 食をし、親睦を深めています。
34	韓国語 トッポギ	第2・4木曜日	午後7:20 ~8:20	李華鮮 和歌山市中之島983-16 090-8447-4360 大岡奈津江 釜窪町911-1 090-5670-0770	韓国語テキスト中級の文法を学び、先 生と日常会話で活用できるようスピー チ等を練習しています。K-POPやド ラマが好きな人達が集まっています。



コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時間	指導者 代表者又は連絡先	学習内容
35	日本舞踊 菊紫榮の会	随時開催		音羽菊紫榮 山陰町164 24-3516	日本舞踊のおけいこを通して伝統文化に触れる。日本の舞踊の基本おけいこ。
				西井良榮 山陰町164 24-3516	
36	舞踊サロン	第2日曜日	午前9:00 ～午後5:00	福岡由美子 野原西3-4-5 080-2444-4720	古典舞踊から新舞踊を学び学習する。
				吉田とよ子 橋本市紀見325-1 0736-36-1575	
37	みやび吟詩会	第2・4木曜日	午後1:30 ～4:00	川元岳雅 二見7-2-1 22-6121	詩吟の学習を通して漢詩に親しみ、和歌等、吟詠を楽しんでいます。
				浦平潤子 西吉野町向加名生63 32-0128	
38	五條 Jr. バンド ～ 奏 ～	第1土曜日 第3土曜日 毎週日曜日 (第3日曜日)	午前9:00～午後2:30 午前9:00～午後5:00 午前9:00～午後5:00 (午前9:00～午後1:00)	吉田全完 野原西1-6-25 090-8934-9362	楽器を通して音楽に親しみ、質の高い音色を目指してみんなで心をひとつに活動しています。
39	己書さくら 雀道場	第2・4月曜日	午後1:00 ～5:00	西加奈子 小山町76-3 090-2595-8269	筆ペンで味のある字を書いたり、絵を描きます。
				同 上	
40	韓国語 マッコリ	第2・4木曜日	午後6:30 ～7:20	李華鮮 和歌山市中之島983-16 090-8447-4360	韓国語初級のテキストで韓国語を学んでいます。韓流ドラマやK-POPの好きな人が集まっています。
				達光代 近内町989-2 090-3031-5885	
41	ジャワ舞踊の会	第3日曜日	午後1:00 ～5:00	富岡三智 須恵3-3-15 080-5714-4939	ジャワ伝統舞踊の基礎から新作まで。
				同 上	
42	エクササイズ クラブ	第1・3水曜日	午後2:00 ～3:00	柳澤貴久子 小山町172 090-5660-9062	軽い運動、ストレッチ体操を通して、筋力や気力を維持し内臓や内筋を正しく鍛えます。
				同 上	
43	吟道岳栄 吟詩会	第1・2月曜日	正午～3:30	荒井岳栄 檀原市西池尻町17-28 0744-27-3222	吟道岳龍会の詩吟、和歌、歌謡吟を構成吟にして練習し、発表会、競吟大会に出吟して楽しく学んでいます。
				川元雅子 二見7-2-1 22-6121	
44	五導術 (生命の貯蓄体操)	毎週金曜日 (月に4回)	午前9:30 ～11:30	山下絹代 葛城市長尾351-48 090-8652-2770	健康の基礎体操
				松下玲子 本町3-5-25 090-5961-5851	
45	Natural Labo	第4日曜日	正午～4:00	平野章子 田園3-20-2 090-5044-4757	子育てで不安や孤立を感じる事があると思います。子育て＝子育てにならない様に、ママ同士の交流や情報交換、不安の解消、リフレッシュなどを目的とした体験型サークルです。
				同 上	
46	瑛伸会	第2土曜日	午後1:00 ～5:30	藤間瑛伸 二見5-7-11ライフステージ202 090-8206-8340	日本舞踊。音楽に合わせて全身を使って表現します。心身の健康維持や脳の活性化にもつながるお稽古です。
				三崎三益子 二見5-7-11ライフステージ202 090-8206-8340	

## 中央公民館 協力団体

茶華道協会	随時	各流派別に随時	会長 杉山昭子 今井2-3-36 22-4571 事務局長 赤阪希子 釜窪町486 23-2608	茶道・華道を互いに研鑽し、毎年公民館発表会、文化祭に協力しています。また、毎年夏休みこども企画でお茶・生け花体験教室、お正月花教室を共催しています。 【茶道・華道の各流派から会員を募集しています。申込は茶華道協会事務局まで。】
	第3土曜日	午後2:00 ～4:00	代表者 杉山昭子 今井2-3-36 22-4571	生け花の基本のおけいこを楽しく学びましょう。5才～70才まで男女どなたでも歓迎です。



# 地区公民館

☆各クラブ・サークルでの会費が必要です。

☆各クラブ・サークルに入会ご希望の方は、代表者又は連絡先に直接申し込みをして随時入会してください。

☆新規のクラブ・サークルの開設については各地区公民館長とご相談ください。

## ◆須恵公民館

● 館長連絡先：吉田慶次 五條市須恵2丁目6-15 ☎ 22-2472  
● 公民館連絡先： 五條市須恵3丁目4-44 ☎ 22-9850

コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時間	指導者 代表者又は連絡先	学習内容
1	健康体操	毎週月曜日 毎週木曜日	午前9:10 ～11:00	吉田幸代 五條2-1-2 22-2097	体操をすることによって健康を維持します。
2	創作舞踊 (大和スピリッツ)	毎週月曜日 毎週水曜日	午後7:30 ～9:00	中川真澄 釜窪町498 22-6805	よさこい等々、創作舞踊の練習
3	ひまわり フラダンス会	第2・4火曜日	午後1:00 ～4:30	辻本良子 五條2-3-14 22-2395	フラダンスを楽しみます。
4	手芸サークル	第2・4金曜日	午前10:00～正午 午後1:30～3:30	西北千代子 霊安寺町1945 22-6697 同 上	手編み・ミシン・パッチワーク、色々なハンドメイドを楽しみます。
5	須恵吟詩会	第2・4金曜日	午後2:00 ～4:00	中井博文 住川町176-1 22-4568 岡田千恵 野原西2-9-32 22-2522	楽しく詩吟を学ぶ。
6	銭太鼓	第2・4火曜日	午後7:30 ～9:30	坂本恵子 相谷町486 22-6209	銭太鼓をもって、色々な歌に合わせて踊ります。
7	五條あかね 川柳会	第3土曜日	午後1:00 ～4:00	那須鎮彦 田園2-35-2 23-0527 坂本みさ子 西吉野町西新子12 34-0513	川柳を学習し、絆を深めています。
8	エッセイ 野みち会	第1金曜日	午前10:00 ～午後1:00	小森レイ子 野原西1-7-7 22-4748	原稿用紙2～3枚のエッセイを綴り、会誌を発行します。
9	須恵・岡口 ふれあいの集い	第4金曜日	午後1:30 ～3:00	内海保夫 須恵1-10-18 24-2464	健康体操・レクリエーション(65歳以上)高齢者同士の親睦と交流を図る。
10	ひまわり 絵の会	第1・3水曜日	午前9:30 ～11:30	鈴木知代子 二見2-4-8 23-2844	ハガキ絵を描いたり自由に水彩画を楽しんでいます。
11	骨盤調整& 姿勢改善体操	毎週火曜日	午前10:00 ～11:30	赤羽八重子 岡口2-3-39 24-2811	骨盤周りのリンパの流れを整え代謝改善します。
12	〈世界はともだち〉 わくわく交流会	毎週土曜日	午後3:30 ～5:30	平井幸子 五條1-7-5 22-2107 同 上	〈世界はともだち〉いろいろな言葉を話す方々とおともだちになりましょう。
13	琴城流大正琴 邦楽	第2火曜日	午後1:00 ～4:00	森本早苗 奈良市富雄北1-9-1 0742-45-2951 辰谷栄子 野原西5-5-25 23-2671	琴城流大正琴の邦楽を勉強しています。
14	いきいき 百歳体操	毎週月曜日	午後1:30 ～3:00	内海佳代子 須恵1-10-18 24-2464 鷹野良彦 須恵1-5-23 23-1616	健康長寿をめざし体操と会話を楽しんでいます。
15	世界はともだち。 (多言語で遊ぼう)	毎週火曜日	午後5:00 ～7:00	川上春佳 岡町1343 090-5050-9278 同 上	世界色々な言葉、文化を知り体験して仲良くする。

コース No.	クラブ・ サークル名	開 催 日	時 間	指 導 者		学 習 内 容
				代 表 者 又 は 連 絡 先		
16	謡曲教室	第1・3金曜日	午前9:00 ～11:00	長田 雅光 大沢町1064	22-0187	謡曲を楽しんでいます。

## ◆新町公民館

●館長連絡先：曾雌守一 五條市新町3丁目5番7号 ☎090-1672-5051  
●公民館連絡先： 五條市新町1丁目7-10 ☎25-2300

1	カラオケ ひだまり教室	毎週木曜日	午後1:00 ～4:00	堀木初子 新町1-8-18	22-3131	カラオケの練習をしています。
2	カラオケ 幸の会教室	毎週金曜日	午後1:00 ～3:30	小槻サエ子 本町2-7-4 同	090-8195-6668 上	カラオケの良さを味わい、 楽しく練習しています。
3	カラオケ 夢来の会	毎週火曜日	午後0:30 ～2:30	小槻サエ子 本町2-7-4 同	090-8195-6668 上	カラオケの良さを味わい、 楽しく練習しています。
4	手毬、刺繍教室	第2水曜日 第4月曜日	午後1:00 ～4:00	森脇美智代 岡口2-4-31 同	22-0219 上	手まり刺繍を学び、 楽しむ。
5	実用細字 書道教室	第3金曜日	午後1:00 ～4:00	井戸勢都子 須恵3-7-10 同	22-2670 上	使う機会の多い細字 の書道を学びます。
6	フラワーアレンジ メント教室	第2土曜日	午後7:30 ～9:00	堀 展子 本町2-4-27 同	22-2264 上	フラワーアレンジメ ントを学びます。
7	カラオケ どんぐり	第1・2・4 土曜日	午後6:30 ～8:30	南 敬二 二見5-5-4 同	25-2977 上	カラオケの練習を通 じ、親睦を図ります。
8	新町いきいき 百歳体操	毎週木曜日	午前10:00 ～11:00	中村幸子 新町1-4-2	090-3929-4080	みんなで健康長寿を めざします。
9	元気になる ピラティス	毎週月曜日	午前10:00 ～11:30	阪谷夕美子 野原西4-1-9 北 春代 野原西4-1-9	090-3272-2515 090-8467-4325	ピラティス(軽運動)で体 を整え体力アップと健康 増進を目的とします。
10	パソコン サークル	第2日曜日	午後1:30 ～4:00	曾雌守一 新町3-5-7 同	090-1672-5051 上	パソコンを活用する。

## ◆二見公民館

●館長連絡先：梶本和雄 五條市二見1丁目11-7 ☎22-5452  
●公民館連絡先： 五條市二見2丁目5-1 ☎22-0400

1	日本民謡 あけぼの会	第2・4火曜日	午後7:30 ～9:00	小西加代子 二見6-5-62 中井良子 二見6-2-31	22-3839 23-0800	日本民謡を楽しく勉 強しています。
2	ストレッチ 教 室	毎週火曜日	午前9:30 ～10:30	足立博美 二見4-6-19	090-8937-7540	ストレッチ体操を通じ て健康維持に努めています。
3	カラオケ 二見愛好会	第1・3水曜日	午後7:00 ～9:00	南 敬二 二見5-5-4 辻本 衡司 二見6-3-20	25-2977 22-1189	カラオケを通じて親 睦を図っています。
4	書 道	第2・4土曜日	午後7:30 ～9:00	山本弓子 御山町3 齋藤佐千代 二見5-2-7	25-1305 22-3145	毛筆と慣れ親しみ書 くことを楽しむ。
5	未 生 流 い け ば な	第2水曜日	午後2:00 ～4:00	山本いく 二見4-7-13 辻本久美子 二見3-2-17	22-6995 22-2683	明るく、楽しく、仲良 くいけばなをしています。
6	陶芸教室	第2日曜・月曜日	午前9:00 ～正午	堀江貞夫 二見6-3-31 西前耕一 二見1-11-28	23-2247 22-4464	初歩的な陶芸を楽し く学習しています。

コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時間	指導者 代表者又は連絡先	学習内容
7	ぼちぼち体操 1	毎週土曜日	午前10:00 ～11:30	山崎文子 山陰町466 22-5874 川崎美知代 御山町279 22-1763	ぼちぼち体操を通じて、更に健康保持に努めています。
8	ぼちぼち体操 2	毎週水曜日	第1・3水曜 午前9:00～10:30 第2・4水曜 午前9:00～10:00	山崎文子 山陰町466 22-5874 川崎美知代 御山町279 22-1763	ぼちぼち体操を通じて、更に健康保持に努めています。
9	カラオケ教室 A	毎週月曜日	午後1:00 ～3:30	上岡たき子 二見7-3-8 24-2267	カラオケを楽しく学習しています。
10	カラオケ教室 B	第1・3火曜日	午後1:00 ～3:30	島村美代子 二見6-4-3 22-4344	カラオケを楽しく学習しています。
11	大正琴秋桜	第2・3・4 火曜日	午後1:00 ～4:30	辰谷榮子 野原西5-5-25 23-2671 中村美代子 御所市櫛羅1379 0745-62-4990	大正琴を楽しく学習し、ボランティア活動をしています。
12	クラフトバンド	第4水曜日	午後6:30 ～8:00	中迫満衣子 大深町420 090-2046-0565 阪口昌子 二見5-5-32 090-5138-9851	クラフトバンドという紙のテープを使ってカゴやカバンを作ります。
13	いきいき 百歳体操	毎週月曜日	午前9:00 ～11:00	滝元いく代 二見4-3-64 23-0720 中西みかず 二見6-3-33 23-0834	いつまでも元気で体を動かして筋力アップさせ、転ばない体力づくりで認知症予防めざして頑張っています。
14	シニアヨガ	第2・4水曜日	午前10:15 ～正午	吹田智子 田園5-36-2 090-8377-6313 島村美代子 二見6-4-3 22-4344	簡単なヨガ体操、目ヨガ、指ヨガ、セルフリンパマッサージをします。
15	健康フラ	第2・4火曜日	午前9:30 ～11:00	堀 榮子 二見2-5-12 22-5646 花阪美恵子 下之町383-1 25-5488	フラダンスを学習し、健康と親睦を図ります。
16	書サロン	第2火曜日	午前10:00 ～正午	芳田知代 京都市山科区西野山中臣町75-22 075-501-1456 中窪道代 西吉野町平沼田312 090-8826-2589	「書」に親しみ「書」を学ぶ。
17	二見長寿会 民謡教室	第1・3日曜日	午後1:00 ～3:00	小西加代子 二見6-5-62 22-3839 今田順子 二見6-5-11 22-6896	民謡を楽しく学習しています。

## ◆野原公民館

- 館長連絡先：辰巳政輝 五條市野原西3丁目8-37 ☎22-6770
- 公民館連絡先： 五條市野原西3丁目4-3 ☎23-2961

1	新舞踊	毎週木曜日	午後1:00 ～4:30	福岡由美子 野原西3-4-5 080-2444-4720 同 上	舞踊の練習をしています。
2	社交ダンス	毎週水曜日	午後7:00 ～10:00	明石佳巳 新町1-7-26 23-2023 同 上	社交ダンスの練習をしています。
3	光柳会 舞踊	毎週木曜日	午後4:30 ～6:30	今田光代 野原西3-4-5 22-4022 福岡 愛 相谷町563 22-5540	舞踊の練習をしています。
4	のはら 吟詩会	第1・3火曜日	午後1:30 ～3:30	中谷梓世 野原西4-15-2 22-0033 達本道子 野原西3-8-9 22-5538	光世流の詩吟の練習をしています。
5	卓球クラブ	第2・4木曜日	午後7:00 ～10:00	斉藤満義 野原中3-7-6 25-0282 同 上	卓球を通して健康維持・親睦を図ります。
6	野原 子供と本の会	第2・4木曜日	午前10:00 ～午後0:30	福岡由美子 野原西3-4-5 080-2444-4720 吉田とよ子 橋本市紀見325-1 0736-36-1575	楽しい夢のある子どもの本をやさしく先生が解説していただきます。

コース No.	クラブ・ サークル名	開 催 日	時 間	指 導 者 代 表 者 又 は 連 絡 先	学 習 内 容
7	子供絵画 子供朗読	毎週木曜日	午後3:00 ～6:30	福岡由美子 野原西3-4-5 080-2444-4720 同 上	感性豊かで感動する心を 育てるために絵や朗読を 学習します。
8	書 道	第2・4金曜日	午後1:00 ～3:00	森本純子 本町3-4-38 22-3336 内倉敏子 大野新田町91-2 22-4334	漢字・かな・慶弔事の 毛筆の練習をします。
9	書 道	毎週木曜日	午前9:30 ～午後0:30	坂本彼佐子 野原中5-4-47 24-4045 同 上	実用書道と色紙やハ ガキ小作品の作成
10	トールペイント &羊毛クラフト	第2金曜日	午前10:00 ～午後0:30	今田直美 小島町100-30 25-2433 同 上	木などの小物に着色 をして楽しめます。
11	生花教室	第2・4金曜日	午後7:00 ～8:30	磯田恭古 野原西4-15-32 25-2161 同 上	生花を楽しみながら人 間関係をつくります。
12	玉梓の会 パソコン教室	毎週火曜日 毎週水・木曜日	午後7:30～9:30 午後1:30～4:00	西川恭子 野原西5-1-6 090-3285-4601 同 上	パソコンに慣れるよ う使いこなそう。
13	大正琴クラブ (たんぽぽ)	第1・3土曜日	午前9:00 ～正午	松本正清 下之町327 22-6615 芳本潔子 野原中5-4-43 22-1774	大正琴の練習をして います。
14	フォトクラブ 野 原	第2水曜日	午後1:00 ～3:00	梶谷英明 野原中4-3-18 090-7356-4362 同 上	自然の一場面をカメラ に収め楽しんでます。
15	いきいき体操	毎週火曜日	午後1:30 ～3:00	岸場一代 野原西4-1-14 22-1865 同 上	椅子に掛けてビデオを見ながら 足、肩、その他筋肉を強くする 体操です。頭、手などを使うゲー ムを楽しく皆様としています。
16	カラオケクラブ シニアの集い	第1・3土曜日	午後1:30 ～4:00	西川恭子 野原西5-1-6 090-3285-4601	カラオケ好きが集う 憩いの場
17	さゆり会	第1・3金曜日	午後1:00 ～4:00	出野さゆり 野原西3-8-38 23-2966	手芸をしながら脳ト レ
18	田園空手道教室	毎週火曜日	午後6:00 ～9:30	木村正夫 田園4-30-17 090-3714-8438 同 上	空手の練習及び活動

## ◆宇智公民館

● 館長連絡先：田中利雄 五條市今井3丁目2-54 ☎25-0480  
● 公民館連絡先： 五條市今井3丁目3-48 ☎22-9673

1	カラオケ こまどり	第2・4水曜日	午後1:00 ～4:00	坂上岐代子 居伝町125 22-6175	カラオケの練習をし ています。
2	大正琴 (今井教室)	第2・4金曜日	午後1:00 ～4:00	西尾往子 今井3-6-6 22-2802	大正琴の練習をして います。
3	カラオケ 宇智野唄の会	第2・4土曜日	午後1:00 ～4:00	山本明良 今井1-10-19 22-1145	カラオケの練習をし ています。
4	ストレッチ 体 操	毎週木曜日	午後7:00 ～9:00	上中居幸代 今井1-9-22 090-5652-6109	ストレッチ体操をするこ とによって健康維持を目的 とします。
5	そろばん教室	第1～4月曜日 第1～4木曜日	午後5:00 ～6:00	山本いく 二見4-7-13 22-6995 同 上	そろばんの練習をし ています。
6	料理研究会	第3月曜日	午前10:00 ～午後3:00	山本キヨ子 今井1-10-19 23-5311	調理実習を行いながら 親睦を図っています。

コース No.	クラブ・ サークル名	開 催 日	時 間	指 導 者		学 習 内 容
				代 表 者 又 は 連 絡 先		
7	生花教室	第1月曜日	午後1:00 ～4:00	山本キヨ子 今井1-10-19	23-5311	生花を楽しみながら 学習します。
				山本きよえ 黒駒町	090-3051-8459	
8	写真サークル	第2日曜日	午後5:30 ～9:00			作品の講評と撮影技 術を学びます。
				中西 稔 火打町311-1	32-8292	
9	マクラメ 教室	毎週金曜日 ※休止中	午後2:00 ～4:00	宮西万里子 岡町2292	090-8194-8318	ひもを結んで作る手芸をマクラ メといいます。バッグやアクセ サリー等を作っています。
10	将棋クラブ 好 友 会	毎週日曜日	午後1:00 ～5:00			将棋を通じて友人を増や すことを目的とする。
				辻本雅男 今井3-6-7	22-5577	
11	カラオケ クローバー	第1・3水曜日	午後1:00 ～4:00	辻本嘉代子 岡町2574	23-2284	カラオケの練習をし ています。
				阪上美弘 今井1-4-11	22-0137	
12	いきいき 百歳体操	毎週木曜日	午前10:00 ～正午			DVDを見ながら軽い 足腰の体操
				畠山利枝 今井1-3-9	23-1303	
13	書道教室	第2・4月曜日	午後1:00 ～4:00	森本純子 本町3-4-38	22-3336	日常よく使用する毛筆で、か な・漢字の練習をしています。
				戸根昭代 今井1-6-19	22-2943	
14	うちの会	第2・4水曜日	午後7:30 ～9:00			盆踊りの練習をして います。
				坂上千江子 今井1-5-10	23-0766	

## ◆牧野公民館

● 館長連絡先：和所正彦 五條市中之町 29 ☎ 22-5256  
● 公民館連絡先： 五條市中之町 1764-1 ☎ 24-3175

1	少年柔道	毎 週 火・木・土曜日	午後7:00 ～9:00	谷向俊紀 大澤町1112	22-6727	柔道をすることによって健康 な体づくりを目的とします。
				同	上	
2	着 付	第2・4水曜日	午後1:00 ～9:30	森脇ユキ子 二見5-2-7	22-4871	きものの着装と和装のマ ナーを学んでいます。
				田村政美 霊安寺町2110	23-0303	
3	日本舞踊	毎週土曜日	午前10:00 ～午後1:00	若柳澄栄 中之町169	22-6958	「正派若柳流」の伝統的な 古典舞踊や現代風な新舞 踊の練習をしています。
				刀谷純子 中之町169	22-6958	
4	ベルコスモス	第1・3木曜日	午後2:00 ～3:30	榎 節 中之町1753	22-2213	ミュージックベルの 練習をしています。
				吉岡充代 二見4-7-37	25-3439	
5	スローライフ	随 時	午後2:00 ～4:00			食と癒しと環境につ いて学びます。
				上田亜以 田園5丁目47-3	22-3610	
6	生 花	随 時	午後1:00 ～4:00	堀内勝美 中之町1614	22-4787	嵯峨御流
				同	上	
7	富 久 短 歌 会	毎 月 1 回 第 3 月 曜 日	午後1:00 ～4:30			詠草をもちより相互研究と講 師を招いての学習会をします。
				出口喜代子 大澤町833	24-2583	
8	手描友禅	毎 月 第 3 土 曜 日	午後1:30 ～4:00	北岸香津代 二見3-4-7	23-2181	手描きの友禅染色を 学習します。
				櫻本旨代 上之町340	24-2355	
9	篠原おどり 保 存 会	第1・3日曜日	午前10:00 ～午後3:00	平山達也 大和高田市東三倉堂町11-32-5	0745-52-4688	篠原おどりの練習を通じ て、無形民俗文化財の後 継者を育てています。
				同	上	
10	琴 苗 会 「たんぽぽ」	第 3 土 曜 日	午前10:00 ～午後3:00	松本正清 下之町327	22-6615	大正琴の練習を通じて 親睦を図っています。
				同	上	

コース No.	クラブ・ サークル名	開 催 日	時 間	指 導 者			学 習 内 容
				代 表 者	又 は 連 絡 先	上	
11	脳トレ教室	第2・4火曜日	午後2:00 ～3:30	元谷隆志 田園3-43-5	24-2763	上	楽しく、おもしろい問題を解き「頭の活性化」と「若返り」を目指します。
12	体調改善 運動教室	毎週木曜日	午後1:00 ～2:00	林 恵子 田園2-22-17	080-5633-4281	上	簡単な運動で体の不調を改善し、本来の機能を回復しましょう。
13	究極のトレー ニング教室	毎週金曜日	午後8:00 ～9:00	山田正樹 住川町91-69	080-3102-1901	上	正しい筋力トレーニングで理想の身体を手に入れましょう。
14	ボクササイズ 教室	毎週金曜日	午後9:00 ～9:30	山田正樹 住川町91-69	080-3102-1901	上	究極トレーニング教室直後のプラス運動!シェイプアップ効果抜群です。
15	脂肪燃焼美ボディ 教室(昼の部)	毎週金曜日	午後1:00 ～2:00	林 恵子 田園2-22-17	080-5633-4281	上	ヨガやピラティスの動きで美しいカラダ・姿勢を作りましょう。
16	脂肪燃焼美ボディ 教室(夜の部)	毎週金曜日	午後6:30 ～7:30	林 恵子 田園2-22-17	080-5633-4281	上	ヨガやピラティスの動きで美しいカラダ・姿勢を作りましょう。
17	エアロダンス 教室	第2・4木曜日	午後3:30 ～4:30	藤 寄 優 子 大阪市西成区天下茶屋東1-9-11	090-7553-9508	上	QOLを向上させて明るく元気に人生を生きて行きましょう。
18	ヒップホップ ダンス教室	第2・4木曜日	午後4:30 ～5:30	藤 寄 優 子 大阪市西成区天下茶屋東1-9-11	090-7553-9508	上	ヒップホップの曲と運動を通して健康と笑顔の橋渡しをします。
19	シニアアダンス 「あかね」	第1・3火曜日	午後2:00 ～4:00	片山悦子 二見7-1-36	090-5163-4385	上	多世代交流を通じて自らチアダンスを楽しみ周りに笑顔を届けます。
20	ストレッチ 健康教室	毎 月 第2水曜日	午前10:30 ～正午	窪田千恵 岡町726-1	090-9092-5986	上	全身をほぐし、楽しく身体の調子を整えます。(中高年向け)
21	牧野太極拳 同好会	毎週金曜日	午後2:15 ～3:45	林キミ工 田園5-22-7	22-8317	上	心・呼吸・動作を整え、健康の維持を図ります。

## ◆ 阪合部公民館

- 館長連絡先: 西川昭子 五條市中町 133 ☎ 22-6305
- 公民館連絡先: 五條市中町 31 ☎ 22-5510

1	日本舞踊 菊紫榮会	毎週土曜日	午前10:00 ～12:00	西井良栄 山陰町164	24-3516	上	日本舞踊の練習をしています。
2	阪合部 趣味の会	随 時	午後1:00 ～3:00	赤阪希子 釜窪町1222-4	23-2608	上	絵手紙、ちぎり絵、花鉢、その他多方面にわたり学んでいます。
3	阪合部ヨガ	毎週金曜日	午後7:00 ～9:30	前田ひろみ 大淀町土田507-650	090-4287-7497	上	ヨガで心身のリラック스를行います。
4	児童合唱	第4土曜日	午後1:30 ～3:00	仲谷富子 中町484	22-6226	上	みんなで楽しく合唱の練習をし、福祉施設へのボランティア活動などもやっています。

## ◆ 北宇智公民館

- 館長連絡先: 達 秀富 五條市近内町 623 ☎ 22-5326
- 公民館連絡先: 五條市近内町 735 ☎ 25-3207

1	珠 算 (そろばん)	毎週火・金曜日	午後5:00 ～6:00	山本いく 二見4-7-13	22-6995	上	そろばんの練習をしています。
2	北 宇 智 フレッシュ体操	毎週木曜日	午前10:00 ～正午	深瀬真由美 橋本市高野口町名倉338	090-8650-7010	上	ストレッチを主にダンスを取り入れた健康体操です。

コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時間	指導者		学習内容
				代表者又は連絡先	上	
3	着付	第2・3日曜日 第2・4火曜日	午後2:00 ～4:00	藪上孝子 小和町1376-1 同	23-1173 上	着物の着装と和装のマナーを学んでいます。練習日以外でも希望に応じます。
4	吟詠	毎週土曜日	午後1:00 ～3:30	縄本東嶺 御所市戸毛130 山脇照代 西阿田町961-1	0745-67-0034 080-3112-8138	詩吟の練習をしています。
5	カラオケ 五月会	毎週月曜日	午後1:00 ～4:00	南敬二 二見5-5-4 植田節雄 久留野町1015-2	25-2977 23-2705	カラオケの練習をしています。
6	囲碁	毎週火・木曜日	午前8:00 ～正午	山本雅俊 野原東5丁目479 青木弘臣 住川町466-6	23-1833 23-1148	囲碁を楽しみながら親睦を図っています。
7	未生流 いけばな	第3火曜日	午後6:30 ～9:00	山本育甫 二見4-7-13 同	22-6995 上	未生流いけばなの講座です。
8	瑛伸会	第1・3・4 土曜日	午後1:00 ～5:30	三崎三益子 二見5丁目 栗本ひとみ 西河内町311	090-8240-8340 22-6040	舞踊の練習をしています。
9	ヨガ教室	第1・3日曜日	午前10:00 ～正午	原亜子 御所市東松本69-10 原洋一	090-9219-0594 090-3356-2237	心身のリラックスを行う。
10	四季彩	第4木曜日	午後1:30 ～3:30	鈴木知代子 二見2-4-8 達洋子 近内町623	23-2844 22-5326	絵手紙、水彩画、油絵などいっしょにかきませんか。
11	いきいき 百歳体操	毎週水曜日	午後2:00 ～4:00	窪ひとみ 久留野町1146	22-0740	"百歳まで元気で動けるように"をめざして体操をしています。
12	大正琴秋桜	第1・3土曜日	午後7:00 ～9:30	辰谷栄子 野原西5-5-25 植田久仁子 久留野町1015-2	23-2671 23-2705	大正琴を楽しく学習しています。
13	北宇智 歌ごえ会	第4火曜日	午後1:30 ～3:30	西口佳宏 大阪府藤井寺市大井2-237-301号 永栄ひろ子 住川町91-49	070-5438-4365 23-5121	思い出の童謡・唱歌の曲の特徴を学びながら、みんなで楽しく歌っています。
14	書道教室	第1・3月曜日	午前10:00 ～正午	櫻井裕篁 小和町782 同	22-4303 上	文化書道を基礎から学んでいます。

## ◆南宇智公民館

● 館長連絡先：橋本重夫 五條市霊安寺町 409 ☎ 22-6312  
● 公民館連絡先： 五條市霊安寺町 2016-3 ☎ 24-4246

1	手芸・編物 サークル	第1・3火曜日	午前10:00 ～午後3:30	西北千代子 霊安寺町1945 藤井ヒサ子 霊安寺町2030-1	090-6604-8936 24-3722	編み物、パッチワーク、ミシンキルト、ソーイング等色々な手芸を楽しみます。
2	生花クラブ	第2・4土曜日	午後1:30 ～3:30	南井秀子 霊安寺町2106 同	22-1598 上	生花を楽しみながら学習します。
3	料理クラブ	第1又は 第2月曜日	午前10:00 ～午後4:00	榎田純代 丹原町777 同	22-0329 上	調理実習を行いながら親睦を図っています。
4	いきいき体操 サロン	毎週木曜日	午後1:00 ～3:00	山田千恵子 霊安寺町837 巽利雄 霊安寺町1733-4	22-3961 24-2316	いきいき百歳体操を通して体力UPとコミュニケーション
5	だめんず くらぶ	第3月曜日	午前9:00 ～正午	巽利雄 霊安寺町1733-4 同	24-2316 上	うどん・そばをはじめ種類を手打ちしたり粉モノを楽しんだり、地域・会員・仲間の交流を図る。
6	ミシン使い 方教室	第2・4火曜日	午前10:00 ～午後3:30	西北千代子 霊安寺町1945 堀田信子 上之町1032	090-6604-8936 22-4535	ミシンを使ってみよう！調整から小物作り、着物のリメイクやロックミシンの使い方などおどろきの縫製方法を楽しみ学びます。



## ◆南阿太公民館

●館長連絡先：小西 樞 五條市滝町 372  
●公民館連絡先： 五條市滝町 504

☎ 22 - 7463  
☎ 25 - 0695

コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時間	指導者		学習内容
				代表者	又は連絡先	
1	生花	毎週金曜日	午後7:00 ～9:00	玉置充代 滝町540	22-7166	生花を楽しみながら 学習します。
				同	上	
2	いきいきお話 ひだまりサロン	毎月第1月曜日 但し1月は第2月曜日	午後1:30 ～4:00	水本百合子 滝町528	22-7463	井戸端会議の復活をテーマに 色々な会話を通じて 交流を図ります。
				山内貞子 滝町569		
				小西佐知子 滝町372		

## ◆大阿太公民館

●館長連絡先：井元克己 五條市西阿田町 611-2 ☎ 22 - 7282  
●公民館連絡先： 五條市西阿田町 729 ☎ 22 - 9634

1	生花教室	第2水曜日	午後7:00 ～9:00	津本絹代 住川町91-113	22-7417	生花を楽しみながら 学習します。
				同	上	
2	歴史探究会	第3金曜日 ※休止中	午後7:00 ～10:00	角田博文 東阿田町842	22-7081	阿太の歴史を勉強し ています。
				同	上	
3	料理教室	第3日曜日	午前9:00 ～午後4:00	北山硯子 西阿田町228	25-2581	調理実習を行いながら 親睦を図っています。
				同	上	

## ◆田園公民館

●館長連絡先：藏永明美 五條市田園2丁目 26-2 ☎ 22 - 4640  
●公民館連絡先： 五條市田園4丁目 14-3 ☎ 23 - 1511

1	詩吟 (みどり会)	第1・3月曜日	午前9:30 ～11:30	清水祐治 田園2-33-3	22-8618	関心流詩吟を練習し ます。
				同	上	
2	田園水彩画 同好会	第1・3月曜日	午後1:00 ～4:00	真屋好孝 吉野郡大淀町北野133-24	0746-32-8550	水彩画を描く学習を します。
				今井京子 二見2-6-4	080-1422-3187	
3	初心者 俳句教室	第2・4月曜日	午前10:00 ～正午	竹村律子 田園4-48-8	25-4638	初心者同士俳句を通 じて親睦を図ります。
				同	上	
4	らくらく 体操教室	毎週月曜日	午後1:00 ～2:00	林 恵子 田園2-22-7	080-5633-4281	椅子に座って簡単な 全身運動を行います。
5	大正琴クラブ	第1・3土曜日	午後1:00 ～4:00			大正琴の練習をし ます。
				福井春子 田園2-2-3	25-0860	
6	パッチワーク	第2・4水曜日	午後1:00 ～4:00	山際清榮 田園4-29-16	23-2906	パッチワークによる 作品作り
				山本和代 田園4-26-1	23-0592	
7	田園婦人会	随時				田園の主婦達の楽しい 生活学習の集いです。
				藏永明美 田園2-26-2	090-1243-3135	
8	かな書道 (初歩)	第2・4水曜日	午後1:00 ～3:30	高田節子 田園3-19-11	22-4945	硬筆、毛筆で小文字 (初歩)の練習
				林 淑子 田園2-30-2	090-6984-6508	
9	ちぎり絵 サークル	第3水曜日	午後1:00 ～4:00			ちぎり絵を楽しみ ながら学習しています。
				佐々木照子 田園3-12-6	22-2806	
10	おどりの会	第2木曜日	午前10:00 ～正午			日本舞踊の練習をし ています。

コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時 間	指 導 者		学 習 内 容
				代 表 者 又 は 連 絡 先		
11	シニア・ フラダンス	第1・3木曜日	午後1:30 ～4:00	堀 栄子 二見2-5-12	22-5646	フラダンスを学習し健康と親睦を図ります。
				高田節子 田園3-19-11	22-4945	
12	カラオケ (みどり会)	毎週金曜日	午後1:30 ～4:30			カラオケを楽しむ中から親睦を深めます。
13	女声コーラス (ポポロ)	第2・4金曜日	午後8:00 ～10:00	春名美雅子 霊安寺町2114-1	24-2116	女性だけの合唱グループです。
				松本けい子 田園2-43-13	24-5252	
14	ヨガ サークル	毎週土曜日	午前10:00 ～11:30	山本正子 御所市三室658-20	070-5659-4596	ヨガポーズを修得し、健康的な体作りをしています。
				秋山安子 田園2-33-5		
15	田園 空手道	毎週土曜日	午前9:00 ～正午	木村正夫 田園4-30-17	22-6002	剛柔流の技法で心身を鍛える幼児から大人まで参加可
				同	上	
16	オカリナ クレッシェンド	第2・4土曜日	午後1:30 ～4:00			オカリナを用いて皆さんと楽しく演奏しています。
				杉本喜世子 田園1-7-3	080-1424-3510	
17	花工房 サークル	第3水・木曜日	午前10:00 ～正午			アーティフィシャルフラワー(造花)やプリザーブドフラワーを使ったレッスン
				藏永明美 田園2-26-2	22-4640	
18	ヨガ	毎週木曜日	午後0:30 ～4:00	竹本智子 田園4-7-4	090-2709-5626	ゆっくり動くヨガです。ストレス解消しましょう。
				同	上	
19	カラオケ (シニア)	毎週火曜日	午前9:00 ～午後3:00	石河勝美 田園1-18-4	080-5331-1718	シニア中心でカラオケを楽しんでいます。
20	子供書道教室	毎週土曜日	午後1:00 ～5:00	徳本佐代子 田園4-14-12	26-1718	小学生及び中学生に筆を持つ楽しさを学習していきたい。
				同	上	
21	デコ巻き寿司 サークル	随時			デコ巻き寿司マイスターによる指導のもとで調理します。	
			津野佐知子 田園3-23-1	090-3979-1978		
22	和装サークル	第1・3土曜日	午前10:00 ～正午	中村静代 なつみ台1-22-3	22-8683	着物の着付を通じて和の文化に触れる。
23	太極拳	毎週水曜日	午後1:30 ～3:30	島田陽夫 今井2-9-22	22-3983	気功、太極拳を始め健康的な暮らしを
				東浦真弓 田園1-6-7	25-1796	
24	読書クラブ	第3火曜日	午後1:00 ～3:00			古典文学作品の輪読
				松浦俊美 田園4-35-13	25-4866	
25	はじめての ウクレレ	毎週火曜日	午前9:00 ～正午	今田直美 小島町100-30	090-4277-8724	ウクレレ練習演奏活動
				新田康子 田園3-19-1	090-5462-8683	
26	スマイル 健康体操	第1・2・3・4 水曜日	午前10:00 ～正午	西田佐智代 田園3-19-15	080-5343-9914	ラジオ体操を中心に健康維持をめざします。
				同	上	
27	Happy Dream ハッピードリーム出合い	随時			五條の若者を中心とした季節のイベントを考えていく。	
			加藤由香 田園4-29-13	090-8384-4728		
28	手話コーラス	第2・4木曜日	午前10:00 ～正午	馬場恵美子 なつみ台2-6-7	090-7961-0523	手話で歌を歌います。
		毎週金曜日		西田佐智代 田園3-19-15	080-5343-9914	
29	己書講座	第2火曜日	午後2:00 ～4:00	山田憲正 榎原市白檀町1-8-2		己書を通じて親睦を深めていく。
				岩井君予 田園3-25-4	090-1679-9780	

コース No.	クラブ・ サークル名	開催日	時間	指 導 者		学 習 内 容
				代 表 者 又 は 連 絡 先		
30	シニアいきいき 100歳体操	毎週火曜日	午前9:00 ~10:00	石河勝美	田園1-18-4 080-5331-1718	シャキシャキ体操 かみかみ100歳体操
31	田園手話 クラブ	毎週土曜日	午前10:00 ~正午	行本弓美子	田園2-24-2 080-1485-6416	手話で楽しむ会
				西田和子	田園4-43-17 090-9616-3385	
32	ウクレレ kusuda	第1・3・5 金曜日	午後7:30 ~9:30	楠田慶子	田園3-24-8 22-8178	ウクレレ練習
				同	上	
33	田園卓球 クラブ	毎週月曜日	午前9:30 ~11:00	藏永龍輝	田園2-26-2 090-1243-3135	初心者から上級者ま で指導します。
				同	上	
34	ふれあい カフェ	毎週木曜日	午後1:00 ~3:00			地域の方々のコミュニ ティ作りを目指します。 誰でも参加可能です。

## ◆賀名生公民館

- 館長連絡先：山本吉昭 五條市西吉野町和田 422-8 ☎ 32-0017
- 公民館連絡先： 五條市西吉野町和田 298-1 ☎ 32-0001

1	カッキークラブ 交流会	第1水曜日	午後7:00 ~9:00	井田栄子	西吉野町茄子原628 33-0035	おはなし会等のボラ ンティア活動
2	賀名生 書道教室	第2・4火曜日	午後7:30 ~9:30	岡本凌徑	霊安寺町1914 22-4392	毛筆の練習
				福田香代	野原西6-1-20 24-4016	
3	光世流詩吟 賀名生吟詩会	第2・4木曜日	午後7:30 ~9:30	中谷光梓	野原西4-15-2 22-0033	光世流の詩吟の練習 をしています。
				西恵美子	西吉野町北曾木965 32-0456	
4	日本舞踊 菊紫榮会	第1・3月曜日	午前10:00 ~午後4:00	西井良栄	山陰町164 24-3516	新舞踊の練習をしています。 子供舞踊を募集しています。
				井ノ上ミサヲ	西吉野町ハツ川418-2 34-0354	
5	フラワー ヨガ体操	月2回木曜日	午後7:30 ~9:00	林 恵子	田園2-22-7 080-5633-4281	楽しく健康維持
				辻内さえ子	西吉野町和田179 32-0005	

## ◆宗椏公民館

- 館長連絡先：西林隆次 五條市西吉野町宗川野 14 ☎ 33-0202
- 公民館連絡先： 五條市西吉野町宗川野 97 ☎ 33-0425

1	西吉野郷土芸能 保存会	第2・4土曜日	午後7:00 ~9:00	福井成子	西吉野町平雄1042-1 33-0323	西吉野音頭や昔から踊り伝 えられたヤッチョン踊り等、 郷土芸能を研究伝承する会
				薄谷 勝	西吉野町向加名生110-8 32-0348	
2	いきいき 百歳体操	第2・4水曜日	午後1:00 ~2:00	成亥和代	西吉野町宗川野57-2 33-0260	健康長寿をめざす軽 い体操
3	西吉野 大正琴教室	第2金曜日	午後1:00 ~3:00	薄谷百合子	西吉野町向加名生110-8 32-0348	大正琴を4パートで弾け ることを目標にして練習 しています。
				同	上	

## ◆白銀南公民館

- 館長連絡先：西 啓助 五條市西吉野町十日市 414 ☎ 34-0857
- 公民館連絡先： 五條市西吉野町十日市 228-3 ☎ 34-0217



## 生涯学習のマスコット マナビィ

文部科学省の依頼により、「仮面ライダー」「サイボーグ009」でお馴染みの漫画家の故・石ノ森章太郎氏が無償でデザインした生涯学習のマスコットマークです。生涯学習の「学ぶ」と蜜蜂の「Bee」を合わせ、「マナビィ」と名付けられました。蜜蜂の触角は2本ですが、「学」という字の頭に角が3本あるように、学ぶことの好きな「マナビィ」には触角が3本あります。そして、老若男女がいつでもどこでも楽しく学び活動するといった生涯学習のイメージを浸透させることに大きな役割を果たしています。

「マナビィ」が持っている「壺」に入っているものは、一見ハチミツにも見えますが、実は、「マナ」（コエンドロ（コリアンダー））という植物の実で、イスラエルの民がエジプトを脱出し、荒野を旅していたときに天から授かり、以後40年間、この「マナ」だけを食べて生き延びたと言われている食べ物だそうです。石ノ森章太郎氏は、「学び」は人々が生きていく上で欠かせないものであるというメッセージを、我々に託されたのでしょう。