



令和8年度 柳河市民センター

# 定期講座受講生募集

～皆様の生涯学習を応援いたします～

受付期間 令和8年3月16日（月）～3月23日（月）

9：00～16：00まで（土・日・祝日を除く）



## 申込方法

- ・直接市民センター窓口へお申し込み下さい。  
\* 電話での受け付けは致しません。

## 会 費

- ・開講後、それぞれの講座の会計係に納入して下さい。
- ・途中退会する際は、場合により返金できないことがあります。
- ・受講者数等により年会費が多少前後することがあります。
- ・教材費は別途負担となります。

## その他

- ・募集定員になり次第締め切ります。
- ・定員に満たないときには、中止になる場合もあります。
- ・各講座の日程は、市民センター行事等で変更になる場合があります。
- ・感染症拡大防止のため、体調不良の場合は参加を御遠慮ください。

**各講座の内容については、裏面をご覧ください。**



**いきいき健康クラブ** 毎月第1・3月曜日 10：00～11：30

【認知症・転倒予防】【自立性促進】 対象：おおむね65歳以上の方  
口腔ケア、脳トレ、リハビリ体操やゲームなどを通して、筋肉・骨・関節を柔軟強化！皆さんと一緒に楽しく活動しましょう。



**子育て広場** 毎月第2火曜日 10：00～11：30

子育て中の親子が集い、交流できる遊び場を開放中！お気軽にお越しください。未就学児と保護者の方が対象です。



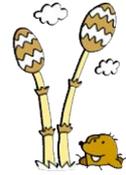
**各種講座のご案内**

高齢者学級・女性教養講座・夏休み子ども教室などの講座を計画しています。

**【問合せ】 水戸市柳河市民センター 電話 029-231-6559**



# 令和8年度 定期講座一覧



## 教室(初心者対象)

開催期間令和8年4月～令和9年3月  
(4月より順次開講)

	教室名	開催日	時間	年会費(円)	定員	募集人数	開講日	講師名	内容
水	パソコン	第1・3	10:00～12:00	14,000	10	10	5/20	矢野 眞 (アシスタント2名)	基礎から活用・楽しみ方を学びます。 教材費等は別途負担となります。
木	フラワー デコレーション	第1	10:30～12:00	5,000	20	20	4/16	白田 美穂	季節とトレンドにあわせて、アレンジメント・苔玉・プリザーブドなど楽しく制作します。 材料費別途負担となります。

## クラブ(経験者・初心者可)

	クラブ名	開催日	時間	年会費(円)	定員	募集人数	開講日	講師名	内容
月	ヨーガ	第2・4	10:00～11:30	8,000	20	8	5/11	鯉沼 千加子	心身の強化, 柔軟性, バランスを整えます。初心者歓迎! 自分のペースでOKです。
火	太極拳	第1・3	10:00～11:30	8,000	16	5	5/19	海老根 康夫	心を癒やし体を健康にし, すがすがしい日々を味わいます。
	手編	第1・3	10:00～12:00	10,000	18	8	4/7	渡辺 紀美子	編み方から学べます。マフラー, セーターなど色々楽しく作りましょう。
	吹矢	第1・3	13:30～15:30	6,000	15	8	5/19	小堀 淳子	年齢に関係なく手軽に楽しめます。楽しく心身を鍛えましょう。
水	骨盤体操	第1・3	13:00～14:15	10,000	15	2	4/15	根本 貴世子	骨盤まわりの筋肉をほぐし左右均等に整えます。肩こり腰痛冷え等の改善にも。楽しくストレッチしましょう。
	歌謡	第1・3	15:15～17:15	10,000	25	11	4/1	金沢 はるみ	本格的な発声方法を学びながら, 演歌を楽しみませんか?
	卓球	第2・4	9:00～12:00	3,000	23	1	4/8	横倉 久 (他コーチ2名)	卓球上達と健康維持を目標に, みんなで楽しく練習しましょう。
	空手道	毎週	19:00～21:00	12,000 小学生 6,000	20	8	4/1	中山 親	空手・古武道の基礎から学びます。小学生～高齢者の方まで, 女性の方も大歓迎です。
金	囲碁	毎週	13:00～16:00	3,000	18	8	4/3	—	脳の活性化と老化防止。仲間と楽しみましょう。
土	グラウンド ゴルフ ※	毎週	13:00～16:00	3,000	30	13	5/9	—	笑顔・健康・交流できる, 楽しいグラウンドゴルフをやってみませんか?

※ 場所: 柳河小学校