

令和4年度 豊田公民館 自主講座

□ 午前 □ 午後 □ 夜

	No	講座名	開催日	開始時間	講座の紹介
音楽	1	ギター弾き語り	第1～4(土)	18:00	基本練習と合奏をします
	2	初級ピアノ	第1・3(水)	9:30	全体練習、個人練習・レッスンをします
	3	二胡	第3(日)	9:30	二胡演奏の基礎と曲の練習 初心者歓迎
	4	豊田日本の心を歌う会	第1～3(金)	13:30	なつかしい歌・童謡などをピアノの伴奏で
	5	カラオケ	第2・4(日)	13:30	講師選定の課題曲をレッスンします
スポーツ	6	初級卓球&ラジボール	第1～4(水)	19:00	基本学習および練習をします
	7	火曜卓球	第1～4(火)	19:00	練習および試合をします
体操	8	リズム健康体操	第1～4(火)	9:30	ストレッチ・ヨガ・筋力運動をします。
	9	軽体操&ストレッチ	第1・2・4(木)	10:00	リズム体操&体幹を鍛える体操をします
	10	水曜ヨガ	第1～4(水)	10:00	呼吸法を学び心身共に健康をめざします
	11	木曜ヨガ	第1～4(木)	13:30	呼吸法を学び心身共に健康をめざします
	12	お父さんのためのヨガ	第3(土)	13:30	ヨガを通しての健康増進・維持
	13	初級太極拳	第2～4(金)	9:30	初級太極拳から総合太極拳まで
	14	ミニランポウオーク	第2・4(土)	10:00	腰やひざの負担が少なく効果的に有酸素運動ができます
ダンス	15	社交ダンス	第1～3(火)	13:30	ワルツ・タンゴ・ルンバ・チャチャなど
	16	フラダンス	第1・3(土)	13:30	アロハの心を大切に楽しく踊ります
美術	17	油絵教室	第2・4(土)	13:30	講師の指導で好きな題材を自由に画く
	18	水彩画	第1・3(土)	13:30	静物や風景をデッサン及び彩色します
	19	はじめての俳画	第1・3(木)	13:30	日本の美しい言葉の響ききを大切にして絵を添えます
趣味	20	つるを編む	第1～3(水)	10:00	つるでかごやバックなどを作ります
	21	おりがみ飾り	第1・3(木)	9:30	季節の飾りや動物・花などを楽しく折ります
	22	お針ごと豊田和裁	第2・4(木)	9:30	着物。浴衣の仕立てをします
	23	フラワーデザイン	第4(土)	13:30	植物素材を使って、いろいろな作品を作ります
	24	囲碁	第1～4(金)	18:30	講師による指導対局と講座生同士の対局
	25	水曜筆ペン	第1・3(水)	9:30	筆ペンを通して漢字の楷書・行書・草書の読み方・書き方を学ぶ
	26	火曜パソコン	第1～3(火)	9:30	パソコン初級技術習得
	27	金曜パソコン	第1～3(金)	13:30	ワード・エクセルの技術習得
文学語学	28	はじめての短歌	第2(木)	13:30	短歌の学習をみんなで楽しみます
	29	やさしいフランス語	第1～4(木)	10:00	簡単な文を聞いて書き取る練習とその文の解説

令和4年度 豊田公民館 自主グループ

午前
 午後
 夜

	No	グループ名	開催日	開始時間	内容紹介
スポーツ	1	卓球同好会	第1~4(水)	14:00	ラリーやゲームを通して卓球を楽しみます
	2	俳句同好会	第3(土)	13:30	句を持ち寄り互選します
文学	3	七宝焼同好会	第2(土)	9:30	七宝焼の作品を作ります
	7	編み物同好会	第1・3(火)	9:30	小物やセーターなど編みたいものを！
趣味	4	大正琴同好会(さつき)	第2・4(水)	9:30	1年で4曲くらいマスター
	5	邦楽をたのしむ 高草会	第1・3(火)	13:30	尺八で本曲・童謡・民謡等を練習します
	6	ハーモニカ フレンズ	第2(土)	13:30	童謡から歌謡曲まで楽しく習います
	8	二胡同好会(豊華蓮)	第3(日)	13:30	技術の向上を目指して楽しく演奏