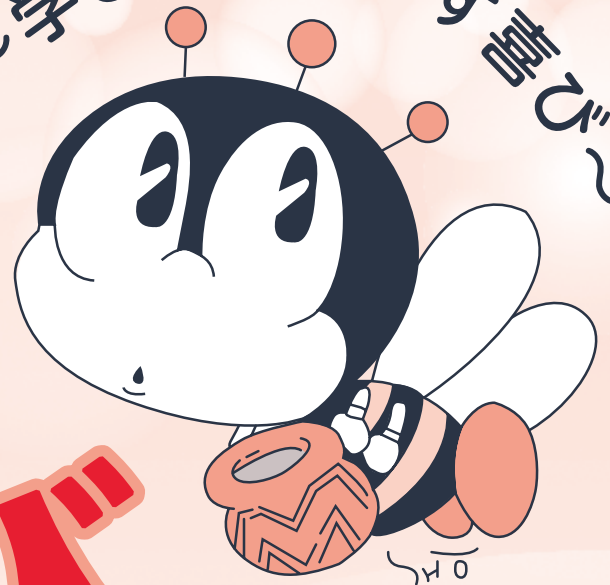
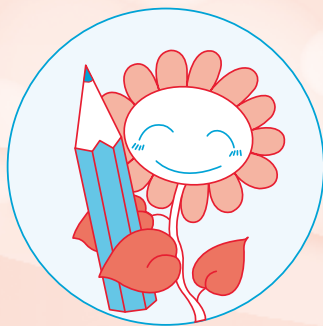


# まなびい

～学び心と生かす喜び～



## ★生涯学習通信「まなびい」とは？

津山市の生涯学習に関する講座や、  
公民館活動などを紹介しています！  
興味のあるイベントなどをチェック  
してね♪

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況に  
よっては、感染症拡大防止のため、掲載  
している講座等の予定（開催時期、回数  
など）を変更する可能性があります。

## 目次

生涯学習リクエスト大学（出前講座）…………… 1 2

### 公民館主催講座・利用サークル（公民館別）

|                |                |               |
|----------------|----------------|---------------|
| 中央公民館…………… 3   | 院庄公民館…………… 3   | 田邑公民館…………… 4  |
| 一宮公民館…………… 4   | 高田公民館…………… 4   | 高倉公民館…………… 5  |
| 高野公民館…………… 5   | 河辺公民館…………… 5   | 大崎公民館…………… 6  |
| 広野公民館…………… 6   | 清泉公民館…………… 7   | 東苫田公民館…………… 7 |
| 二宮公民館…………… 7   | 佐良山公民館…………… 7  | 福南公民館…………… 8  |
| 成名公民館…………… 8   | 西苫田公民館…………… 8  | 城西公民館…………… 9  |
| 津山東公民館…………… 10 | 加茂町公民館…………… 10 | 阿波公民館…………… 11 |
| 勝北公民館…………… 11  | 久米公民館…………… 12  |               |

令和4年度 生涯学習ガイド  
（講座・イベントなど）

|                  |
|------------------|
| 幼児・少年少女…………… 13  |
| 親子…………… 13       |
| 一般…………… 13 14 15 |

# 生涯学習リクエスト大学(出前講座)



市民のみなさんの希望(メニュー表から選ぶ)に応じて、市職員を派遣する制度です。市職員が講師となり、皆さんが聞きたいこと、知りたいことをお届けします。メニュー以外の講座についても、ご相談させていただきますので、皆さんのご利用をお待ちしております。

- 対象 10人以上で構成された団体、グループ
- 時間・場所 午前9時～午後9時(2時間以内)、場所は市内に限ります。
- 費用 無料(材料費等実費)

生涯学習リクエスト大学(出前講座)のお申し込みは、メニュー表にある担当課に書面または電話でお願いします。

## 生涯学習リクエスト大学(出前講座)メニュー表

| 分類                      | 講座名             | 講座内容                                                                          | 担当課(申込先)                                                                   |
|-------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| Ⅰ 子育て環境の充実と人と文化を育むまちづくり | 子育て応援講座         | 子育て支援の制度の紹介や子育てに関するアドバイスなどを行います。                                              | 子育て推進課 ☎32-2179<br>こども保育課 ☎32-7039<br>こども子育て相談室 ☎32-7027<br>健康増進課 ☎32-2069 |
|                         | 人間関係づくり         | 学齢期の子どもたちのすこやかな成長を促すための関わり方等についてお話をします。                                       | 学校教育課 ☎32-2114                                                             |
|                         | みんなで育てよう地域の子ども  | 青少年の健全な育成をしていくための地域や家庭での大人の役割について話します。                                        | 青少年育成センター ☎32-2120                                                         |
|                         | 生涯学習について        | 津山市の生涯学習の取組みについて説明します。津山市の特色を生かした生涯学習社会の実現に向けて、行政と市民が一緒になって考え、行動していくきっかけにします。 | 生涯学習課 ☎32-2118                                                             |
|                         | 子どものすこやかな成長を願って | 学齢期の子どもに対する理解を深め、すこやかな成長を図れるよう家庭や地域の子どもへのかかわり方について話します。                       | 鶴山塾 ☎22-2523                                                               |
|                         | 津山の歴史と文化財       | 原始・古代から近現代に至る津山の歴史と文化財について解説します。                                              | 津山郷土博物館 ☎22-4567                                                           |
|                         | 津山の遺跡           | 津山市内の遺跡の発掘調査成果について話します。                                                       | 弥生の里文化財センター ☎24-8413                                                       |
|                         | 津山城の発掘調査と整備     | 史跡津山城跡の発掘調査成果と整備について話します。                                                     | 弥生の里文化財センター ☎24-8413                                                       |
|                         | 津山洋学の歴史         | 幕末から明治にかけて活躍した津山の洋学者の業績について話します。                                              | 津山洋学資料館 ☎23-3324                                                           |
|                         | 津山市の多文化共生       | 津山市の多文化共生の現状についてお話しします。                                                       | 地域づくり推進室 ☎32-2032                                                          |
| Ⅱ 健やかで安心できる支え合いのまちづくり   | 福祉サービス          | 児童福祉・障害福祉・高齢者福祉などの福祉サービスのあれこれについて説明します。                                       | 子育て推進課 ☎32-2065<br>こども保育課 ☎32-7028<br>高齢介護課 ☎32-2066<br>障害福祉課 ☎32-2067     |
|                         | 出前健康づくり講座       | 新型コロナウイルス感染症の予防や栄養、運動、休養等の健康づくりに関してお話しします。                                    | 健康増進課 ☎32-2069                                                             |
|                         | ノルディックウォーク体験会   | ノルディックウォークの体験ができます。                                                           | 健康増進課 ☎32-2069                                                             |
|                         | 国保・高齢者医療講座      | 国民健康保険・後期高齢者医療制度のしくみ、運営状況、特定健診や高齢者健診、生活習慣病予防等について説明します。                       | 医療保険課<br>国民健康保険係 ☎32-2071<br>高齢者医療係 ☎32-2073                               |
|                         | 介護保険講座          | 介護保険のしくみ、津山市介護保険事業の状況、サービスの利用方法について説明します。                                     | 高齢介護課 ☎32-2070                                                             |
|                         | みんなで考える地域福祉講座   | 「津山市地域福祉計画」に基づき、福祉の視点から地域での支え合い・助け合いの仕組みづくりなどについてお話しします。                      | 生活福祉課 ☎32-2063                                                             |
|                         | 自立相談支援事業について    | 生活困窮者への支援事業である自立相談支援事業について、津山市の支援内容を説明します。                                    | 生活福祉課<br>自立相談支援センター ☎32-2133                                               |
|                         | 人権尊重の明るいまちづくり   | 差別や偏見のない民主的で明るいまちをつくるための講義・ビデオ・話し合いなど、肩のこらない講座です。                             | 人権啓発課 ☎31-0088                                                             |
|                         | 男女共同参画出前講座      | 学校の授業や、事業所、公民館の研修にご利用ください。「ワーク・ライフ・バランス」「デートDV」「セクハラ防止」など、テーマは相談に応じます。        | 津山男女共同参画センター「さん・さん」 ☎31-2533                                               |
|                         | 広報紙づくりのポイント     | お知らせやチラシづくりに役立つ、市の広報紙作成のポイントを紹介します。                                           | 秘書広報室(広報担当) ☎32-2029                                                       |

| 分 類                       | 講 座 名                  | 講 座 内 容                                                                                                          | 担当課（申込先）                     |
|---------------------------|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Ⅲ 雇用の創出とにぎわいのあるまちづくり      | 新規就農<br>～はじめての一步～      | 新規就農についての支援や情報について紹介します。                                                                                         | 農業振興課<br>☎32-2079            |
|                           | 集落営農法人<br>～はじめての一步～    | 集落営農と農業法人について紹介します。                                                                                              | 農業振興課<br>☎32-2079            |
|                           | 地球環境と森林                | 森林の地球温暖化防止機能などについて説明します。                                                                                         | 森林課<br>☎32-2078              |
|                           | 津山の観光資源                | 津山の観光資源について、写真を交えながら紹介します。                                                                                       | 観光振興課<br>☎32-2082            |
|                           | つやま産業支援センターによる産業振興     | 津山市の中小企業の活性化と創業支援によって雇用創出を目指す産業支援センターの取り組みを紹介。                                                                   | みらい産業課<br>☎24-0740           |
|                           | 就職のサポート<br>（高校生・大学生等）  | 就職を希望する高校生や大学生等を対象とした就職支援事業や、最近の就活状況について説明します。                                                                   | 仕事・移住支援室<br>☎24-3633         |
|                           | 就職のサポート<br>（一般）        | 第二新卒や女性、高齢者の雇用を推進する事業や津山広域事務組合の「無料職業紹介事業」について説明します。                                                              | 仕事・移住支援室<br>☎24-3633         |
|                           | 住まい情報バンクについて           | 「住まい情報バンク」への空き家の登録方法や、掲載情報の利用方法、移住者向けの補助制度について説明します。                                                             | 仕事・移住支援室<br>☎24-3633         |
| Ⅳ 豊かな自然環境の保全と快適に暮らせるまちづくり | ごみの減量とリサイクル            | 循環型社会の構築には、1人ひとりができるだけごみを出さない、ごみを分別し資源化物をリサイクルする取り組みが大切です。ごみ問題への関心を深め、ごみの減量・リサイクルを推進するため、津山市のごみの分別・出し方について説明します。 | 環境事業課<br>☎32-2203            |
|                           | 地球温暖化対策のお話             | 地球温暖化のメカニズム、及ぼす影響、身近なところからできる取り組みについて説明します。                                                                      | 環境生活課<br>☎32-2051            |
|                           | 公園・緑地のお話               | 公園・緑地の現状についてのお話です。                                                                                               | 都市計画課<br>公園緑地係<br>☎32-2097   |
|                           | 水道局の仕事                 | 上水道の概要や水道局の仕事、浄水場で水道水ができるまでを説明します。                                                                               | 水道局水道施設課<br>☎32-2108         |
|                           | 津山市の下水道について            | 下水道の概要・役割や工事の手法、汚水処理の方法・しくみについて説明します。                                                                            | 下水道課<br>☎32-2100             |
|                           | 合併処理浄化槽設置整備事業          | 合併処理浄化槽のしくみや補助金交付事業の概要について説明します。                                                                                 | 下水道課<br>☎32-2100             |
| Ⅴ 災害への備えと都市機能の充実したまちづくり   | 防災のお話                  | 地震や風水害に対して、1人ひとりが備えるべきことや地域としてどのように対応すればよいかをお話しします。                                                              | 危機管理室<br>☎32-2042            |
|                           | 消費生活のお話                | 悪質商法等から身を守る方法についてお話しします。                                                                                         | 消費生活センター<br>☎32-2057         |
|                           | 交通安全のお話                | 交通指導員が屋内外で視覚教材等を用いて楽しくわかりやすく交通安全指導や啓発を行います。                                                                      | 環境生活課<br>☎32-2056            |
|                           | 公共交通乗り方教室              | 路線バスやJRなどの公共交通の状況と乗り方について話します。                                                                                   | 商業・交通政策課<br>☎32-2075         |
|                           | 「町並保存」について             | 津山のまちづくりで欠かすことのできない重要な資源である「歴史的な町並み」を、保存・継承していくための方法・制度について解説します。                                                | 歴史まちづくり推進室<br>☎32-7000       |
|                           | まちづくりと都市計画             | 津山の都市計画の現状、今後のまちづくりについて話します。                                                                                     | 都市計画課<br>計画係<br>☎32-2096     |
|                           | 住まいの安心・安全の確保           | 建築物の地震に対する安全性の向上に関する基礎知識について説明します。                                                                               | 都市計画課<br>建築指導審査係<br>☎32-2099 |
|                           | 津山市総合計画の概要             | 津山市がめざすまちの姿とその具体的な取り組みの指針である「津山市第5次総合計画」について概要を説明します。                                                            | みらいビジョン戦略室<br>☎32-2027       |
| Ⅵ 推進方策                    | 津山市の財政計画について           | 津山市の財政計画や、財政状況について説明します。                                                                                         | 財政課<br>☎32-2020              |
|                           | 津山市の公共施設マネジメントについて     | 津山市の公共施設の現状やファシリティマネジメントの取り組みについて説明します。                                                                          | 財産活用課<br>☎32-2122            |
|                           | 行財政改革について              | 津山市行財政改革の推進状況について説明します。                                                                                          | 行財政改革推進室<br>☎32-2028         |
|                           | ふるさと納税                 | ふるさと納税のしくみや取り組み状況について説明します。                                                                                      | 商業・交通政策課<br>☎32-2081         |
|                           | 市議会について～議会議事ってどんなところ？～ | 議会のしくみ、議員の仕事などについて説明します。                                                                                         | 議会事務局<br>☎32-2140            |
|                           | 選挙のお話                  | 選挙をもっと身近なものとして感じてもらえるように、選挙の基礎知識や投票の意義について話します。                                                                  | 選挙管理委員会事務局<br>☎32-2143       |



# 公民館主催講座・利用サークル（公民館別）

申し込み等についての問い合わせは各公民館にご連絡ください。

## ★中央公民館（津山市大谷600、☎24-5111）

### 公民館主催講座

| 教室・講座名              | 活動内容                   | 活動日程等                                     |
|---------------------|------------------------|-------------------------------------------|
| 童謡唱歌教室<br>すずめ・かんたんて | 童謡百年！身体作りで楽しく歌ってリフレッシュ | 6～2月<br>月2回第1・3火曜日<br>10:00～11:30         |
| 腹話術にチャレンジする会        | 腹話術を学び活用する             | 6～2月<br>月1回第3土曜日<br>10:00～15:00           |
| 津山史跡探訪の会            | 郷土の歴史・史跡の学習<br>4月5日～申込 | 5～12月8回コース<br>開催月の第2金曜日（予定）<br>8:30～12:00 |
| 楽しく学ぶ絵画教室           | 絵画全般を学ぶ（墨絵、パステル、水彩画）   | 6～2月<br>月1回第2火曜日<br>10:00～12:00           |

### 公民館利用サークル

| 団体名等            | 活動内容             | 活動日程等                     |
|-----------------|------------------|---------------------------|
| 津山市民コール『アンダンテ』  | 混声合唱団として活動       | 毎週金曜日<br>19:30～21:30      |
| 津山混声合唱団         | コーラスの練習          | 毎月第2・4火曜日<br>19:30～21:30  |
| グレース            | ゴスペルや様々なジャンルの合唱  | 第1・3木曜日<br>19:00～21:00    |
| 楽しいハングルサロン      | ハングルの勉強会         | 月3回火曜日<br>14:30～16:30     |
| パソコン教室          | パソコンの学習          | 毎週月曜日<br>13:30～15:30      |
| ヴォイストレーニング津山    | 発声のトレーニングと歌唱     | 月1回土または日曜日<br>13:30～17:30 |
| かくざんフォトクラブ      | 写真学習             | 毎月第2金曜日<br>15:00～17:00    |
| 絵手紙教室           | 楽しく書いてみませんか      | 毎月第1・3金曜日<br>10:00～12:00  |
| ゼロから始めるヨーガ教室    | 誰でも始められる基礎からのヨーガ | 毎月第3日曜日<br>10:00～11:30    |
| 生命の貯蓄体操 大谷教室    | 健康づくり体操          | 毎週月曜日<br>19:30～21:30      |
| 切絵同好会           | 切絵の勉強・実習         | 毎月第2木曜日<br>10:00～12:00    |
| 中高年から始めるらくらくピアノ | ぼけ防止にらくらくピアノ     | 毎月第1・3金曜日<br>10:00～11:30  |
| 津山キッズ将棋教室       | 小中学生中心の教室        | 毎月2回日曜日<br>9:00～12:00     |

## ★院庄公民館（津山市神戸187-4、☎28-0335）

### 公民館主催講座

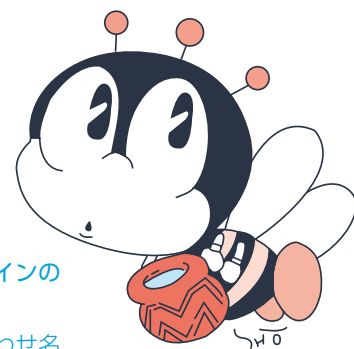
| 団体名等    | 活動内容      | 活動日程等   |
|---------|-----------|---------|
| にこにこクラブ | 未就園児親子の交流 | 毎月第2月曜日 |

### 公民館利用サークル

| 団体名等            | 活動内容       | 活動日程等                    |
|-----------------|------------|--------------------------|
| 院庄さくら           | 大正琴演奏・発表指導 | 毎月第2・4水曜日<br>9:30～11:30  |
| コールさくら          | コーラスの練習指導  | 毎月第2・4火曜日<br>14:00～15:30 |
| 菊水流剣詩舞教室        | 剣舞の練習・発表指導 | 毎週水曜日<br>19:00～21:00     |
| カラオケ山本教室        | カラオケ指導・親睦  | 第1・3月曜日<br>13:00～15:00   |
| 音楽教室            | 個人レッスン     | 毎週火～木曜日<br>15:00～19:30   |
| 書道教室            | 毛筆・硬筆指導・出品 | 月3回木曜日<br>15:00～18:00    |
| 囲碁・将棋クラブ        | 対面対局・親睦    | 毎週土曜日<br>13:00～17:00     |
| オカリナ悠           | オカリナ指導・親睦  | 毎週月曜日<br>10:00～12:00     |
| 中高年から始めるらくらくピアノ | キーボードピアノ   | 毎月第1・3火曜日<br>10:00～11:30 |
| ふれあいサロン高徳会      | 高齢者交流・健康維持 | 毎月第1月曜日<br>13:30～15:30   |

| 教室・講座名     | 活動内容                                 | 活動日程等                                |
|------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| かんたん薬膳教室   | 身近なもので作れる薬膳を学ぶ<br>広報津山でお知らせ          | 年4回5・8・11・2月<br>第4木曜日<br>10:00～12:00 |
| ベビーマッサージ講座 | 赤ちゃんのマッサージと母親のコンディショニング<br>広報津山でお知らせ | 年数回開催予定                              |
| すこやかハツラツ講座 | 日常生活で関心あることの学習（陶芸、手芸など）<br>広報津山でお知らせ | 年数回開催予定                              |
| 子ども体験の国    | 親子のふれあい<br>広報津山でお知らせ                 | 年数回開催予定                              |

| 団体名等               | 活動内容                          | 活動日程等                                        |
|--------------------|-------------------------------|----------------------------------------------|
| 津山木版画会             | 版画の制作                         | 毎月第2土曜日・第4日曜日<br>13:30～15:30                 |
| グループF              | 日本画の研修                        | 毎月第1木曜日<br>13:30～16:30                       |
| 混声合唱団<br>エミキネンクワイア | 豊かなハーモニーの合唱作り<br>初心者大歓迎（HPあり） | 毎週火曜日<br>19:30～21:30                         |
| 絵画の研究を楽しむ会         | 絵を描き、講評してもらう                  | 月1回不定期<br>12:30～15:30                        |
| 津山ギターアンサンブル        | クラシックギター合奏                    | 毎週土曜日<br>18:30～20:30                         |
| NPO法人岡山県津山断酒新生会    | 酒を止めたい人たちの会                   | 第1日曜日<br>15:00～20:00<br>第3日曜日<br>18:00～20:00 |
| 津山伝統文化茶道教室         | 文化庁伝統文化親子教室事業                 | 毎週日曜日<br>10:30～12:30                         |
| 津山茶道教室             | 中学生～一般対象10名定員。茶道を愛好し学ぶ意欲のある者。 | 月2回日曜日                                       |



### マナビィ

故石ノ森章太郎氏デザインの生涯学習のマスコット  
「学ば」と「Bee」を合わせ名づけられました。「学」のように頭に触覚が3本あります。

| 団体名等         | 活動内容          | 活動日程等                     |
|--------------|---------------|---------------------------|
| こけないからだ教室    | 高齢者交流・健康維持    | 毎週金曜日<br>9:30～11:30       |
| 絵手紙          | 季節の花を題材に作成    | 毎月第3土曜日<br>13:00～17:00    |
| プリザーブドフラワー教室 | 季節を題材にした創作    | 月1回<br>13:00～15:30        |
| 囲碁教室（NO.2）   | 初心者を対象        | 毎月第1・3日曜日<br>13:00～15:00  |
| 銭太鼓 さくら教室    | 銭太鼓の練習        | 毎週金曜日<br>19:00～21:00      |
| 詩吟 桜華流       | 詩吟の練習         | 毎週金曜日<br>10:00～12:00      |
| ストレッチ体操      | 体操            | 月2回第2・4月曜日<br>13:30～15:00 |
| 高齢者スポーツ      | 高齢者の健康づくりスポーツ | 毎月第3水曜日                   |
| 歴史研究会        | 地域の歴史研究       | 年4回から5回程度                 |

★田邑公民館（津山市下田邑114-1、☎28-0902）

公民館主催講座

| 団 体 名 等 | 活動内容      | 活動日程等       |
|---------|-----------|-------------|
| 田邑市民学級  | 各分野の学習と親睦 | 月1回程度<br>随時 |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等   | 活動内容       | 活動日程等                |
|-----------|------------|----------------------|
| 田邑はつらつ会   | こけない体操     | 毎週水曜日<br>9:30～11:00  |
| 田邑いきいき会   | 中高齢者趣味健康作り | 月1回程度<br>随時          |
| お花を生ける会   | 生け花教室・親睦   | 月2回<br>13:00～16:00   |
| 南京玉すだれ研究会 | 南京玉すだれ練習   | 月1回程度 随時             |
| 西尾書道教室    | 幼～大人 毛筆・硬筆 | 毎週水曜日<br>16:00～18:00 |
| 田邑女性会     | 交流会・趣味活動   | 月1回程度 随時             |

★一宮公民館（津山市東一宮84-1、☎27-0390）

公民館利用サークル

| 団 体 名 等        | 活動内容         | 活動日程等                                           |
|----------------|--------------|-------------------------------------------------|
| 一宮卓球クラブ        | 親睦と技術の向上     | 毎週月曜日<br>13:00～16:00                            |
| 卓楽クラブ          | 卓球による健康増進    | 毎週水曜日<br>9:00～12:00                             |
| 一宮卓伸会          | 卓球技術の向上、健康増進 | 毎週日曜日<br>9:00～12:00                             |
| 生命の貯蓄体操一宮教室    | 健康づくり体操      | 毎週月曜日<br>19:00～21:00                            |
| 絵手紙教室          | 心を送る絵手紙      | 毎月第1・3木曜日<br>10:00～12:00                        |
| 一宮陶芸教室         | 釉薬使用の作品づくり   | 毎月第2・4火曜日<br>9:30～16:30                         |
| 一宮登山クラブ        | 親睦、健康、体力づくり  | 月1回日曜日                                          |
| 一宮社交ダンス教室      | リズムダンスを楽しむ   | 毎週月曜日<br>18:00～20:00                            |
| フラワーサークルmaron  | のんびり楽しく練習    | 毎週水曜日<br>9:30～12:00                             |
| 生花教室           | 小原流          | 土曜日<br>15:30～18:30                              |
| うのは太鼓          | 太鼓と笛で地域に貢献   | 毎月第2・4木曜日<br>19:30～21:30                        |
| 習字教室（頼経習字教室）   | 小学生、毛筆、硬筆    | 月3回月曜日<br>15:00～17:00                           |
| 書道教室           | 子供と大人の習字教室   | 月3回<br>木曜日<br>16:00～18:00<br>金曜日<br>18:00～20:00 |
| ふらっと           | 楽しいおしゃべりと唄   | 毎月第4火曜日<br>13:00～15:00                          |
| 一宮やまなみコーラス     | ポピュラー曲を混声で   | 毎月第1・3火曜日<br>19:00～20:30                        |
| ハミングバードな・か・や・ま | 童謡からポップスまで   | 毎月第2・4木曜日<br>10:00～11:30                        |

★高田公民館（津山市下横野855-2、☎27-0371）

公民館主催講座

| 団 体 名 等   | 活動内容   | 活動日程等              |
|-----------|--------|--------------------|
| 高田歴史研究部会  | 歴史の研究  | 月1回<br>13:30～      |
| 高田高齢者市民学級 | 高齢者の研修 | 年8回<br>10:00～12:00 |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等  | 活動内容      | 活動日程等                    |
|----------|-----------|--------------------------|
| 上横野大正琴教室 | 大正琴の練習    | 毎月第2・4木曜日<br>13:30～15:30 |
| スマイリー    | 料理教室・手芸教室 | 月1回<br>10:00～16:00       |
| 3B体操     | 健康と美の体操   | 毎月第2・4火曜日<br>19:30～21:00 |
| 書道教室     | 親子で書道の学習  | 月3回金曜日<br>19:00～20:00    |
| パソコン教室   | パソコンの習得   | 毎週木曜日<br>14:00～16:00     |

| 団 体 名 等  | 活動内容                | 活動日程等       |
|----------|---------------------|-------------|
| 田邑ちびっ子学級 | 育児・健康・遊び・仲間作りに関すること | 月1回程度<br>随時 |

| 団 体 名 等  | 活動内容         | 活動日程等                    |
|----------|--------------|--------------------------|
| こうのとりの会  | コーラス・親睦・健康管理 | 毎月第1・3金曜日<br>13:30～15:00 |
| 田邑太極拳クラブ | 健康づくり        | 毎週木曜日<br>19:30～21:00     |
| みんなの卓球部  | 卓球技術の向上、親睦   | 毎週月・金曜日<br>19:30～21:30   |
| 田邑卓球クラブ  | 健康づくり・親睦     | 毎週火・金曜日<br>9:30～11:00    |
| Pフレンド    | 卓球技術の向上、親睦   | 毎月4回程度、随時                |

| 団 体 名 等          | 活動内容          | 活動日程等                    |
|------------------|---------------|--------------------------|
| 一宮短歌教室           | 短歌を作って楽しむ     | 毎月第3火曜日<br>13:00～16:00   |
| 俳句教室             | 俳句の創作         | 毎月第2土曜日<br>13:30～15:30   |
| 津山檜盆栽教室          | 盆栽を楽しむ        | 毎月第2土曜日<br>9:00～12:00    |
| S K B体操教室        | 若さと健康づくり体操    | 毎週木曜日<br>13:00～15:00     |
| おっはなし会           | 絵本の勉強会        | 毎月第2金曜日<br>10:00～12:00   |
| 津山さくら会一宮支部       | 銭太鼓・傘踊り       | 毎月第2・4土曜日<br>19:30～21:00 |
| 押花教室             | 押花を額などに仕上げる   | 毎月第1日曜日<br>9:30～12:30    |
| 小倉百人一首を楽しむ会      | 百人一首のかかるた取り   | 毎月第2・4金曜日<br>13:00～16:00 |
| 珠算教室             | 児童を対象         | 毎週木曜日<br>17:00～19:00     |
| 飛掲二胡の会           | 中国楽器二胡の練習     | 毎月第2・4日曜日<br>12:00～15:00 |
| 日本舞踊秋桜の会         | 民謡や歌謡曲に合わせて   | 毎月第2・4金曜日<br>19:00～21:30 |
| 中高年から始めるらくらくピアノ  | 簡単に楽しむキーボード   | 毎月第1・3月曜日<br>11:00～12:30 |
| 美作一宮の遺産を見つける会    | 広報及び次世代への伝承   | 毎月第3金曜日<br>13:30～16:00   |
| Kids Chorus NICO | こどもコーラス・リトミック | 毎週土曜日<br>9:30～10:30      |

| 団 体 名 等    | 活動内容     | 活動日程等                |
|------------|----------|----------------------|
| つやまN-1あぐり  | 地域の特産品研究 | 第1月曜日<br>19:00～ 他随時  |
| 高田放課後子ども教室 | 囲碁他      | 毎週水曜日<br>14:30～16:30 |

| 団 体 名 等     | 活動内容    | 活動日程等                |
|-------------|---------|----------------------|
| ピラティスの会     | 体操で体の改善 | 毎週火曜日<br>10:00～11:30 |
| 絵画教室        | 絵画制作    | 月2回<br>第1・3月曜日       |
| 高田地区こけない体操  | 体操      | 毎週月曜日<br>10:00～11:00 |
| 高田町民の健康を守る会 | 卓球      | 毎週木曜日<br>10:00～12:00 |

★高倉公民館（津山市下高倉西58-4、☎29-1513）

公民館主催講座

| 団 体 名 等      | 活動内容    | 活動日程等    |
|--------------|---------|----------|
| 読み聞かせの会 うりぼう | 読み聞かせ活動 | 毎月<br>随時 |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等       | 活動内容       | 活動日程等                    |
|---------------|------------|--------------------------|
| コーラス「七色の風」    | 練習・指導      | 毎月第2・4木曜日<br>13:30～15:30 |
| 習字教室          | 子供対象に毛筆、硬筆 | 月3回月曜日<br>15:00～17:30    |
| 高倉旬菜クラブ       | 料理教室       | 月1回日曜日<br>随時             |
| 高倉陶芸同好会       | 練習・指導      | 毎週水・土曜日<br>9:00～12:00    |
| 民謡・尺八教室       | 練習・指導      | 毎月第1・3木曜日<br>10:00～12:00 |
| 少林寺拳法教室       | 子供対象に練習、指導 | 毎週火・木曜日<br>19:00～20:30   |
| 太極拳教室         | 練習・指導      | 毎週金曜日<br>13:30～15:30     |
| 卓球クラブ         | 練習・指導      | 毎週水曜日<br>10:00～12:00     |
| 郷土の歴史と文化を訪ねる会 | 地域の歴史研究    | 毎月第2水曜日<br>13:00～16:00   |

★高野公民館（津山市高野本郷1683-2、☎26-1056）

公民館主催講座

| 団 体 名 等   | 活動内容          | 活動日程等                 |
|-----------|---------------|-----------------------|
| 高野花木園芸友の会 | さつきや菊の栽培研究    | 月1回月曜日<br>13:30～15:30 |
| 高野高齢者市民学級 | 高齢者の生涯学習や地域活動 | 月1回                   |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等    | 活動内容               | 活動日程等                    |
|------------|--------------------|--------------------------|
| 高野古文書講座    | 古文書の基礎的学習会         | 月1回<br>13:30～15:30       |
| わかば会       | ぼかしづくり             | 隔月1回水曜日<br>8:30～10:00    |
| なかよしストレッチ  | ストレッチ体操で健康づくり      | 毎週木曜日<br>13:00～15:00     |
| さつき会       | 銭太鼓や舞踊の練習          | 月2回月曜日<br>10:00～15:00    |
| 鶴山吟友会鴨川支部  | 鶴山流の詩吟の練習          | 毎週土曜日<br>10:00～12:00     |
| 高野手話サークル   | 手話の学習と交流           | 月2回火曜日<br>19:00～21:00    |
| 高野短歌会      | 短歌の創作や研修           | 月1回<br>10:00～15:30       |
| 明泉会民謡      | 民謡や三味線の稽古          | 月2回火曜日<br>9:00～15:00     |
| 南毎水墨画教室    | 水墨画の基礎と描き方         | 毎月第2・4水曜日<br>10:00～12:00 |
| さくら会       | 日本舞踊の練習            | 月3回火曜日<br>10:00～12:00    |
| 中高年カラテクラブ  | 空手道を通しての生きがいと健康づくり | 毎週木曜日<br>19:00～21:00     |
| 安来節保存会津山支部 | 安来節の保存・伝承、練習       | 月1回日曜日<br>13:00～17:00    |
| サライ        | 歌唱・合唱で親睦           | 月1回<br>13:00～16:30       |

★河辺公民館（津山市国分寺505、☎26-6512）

公民館主催講座

| 団 体 名 等 | 活動内容        | 活動日程等                  |
|---------|-------------|------------------------|
| 防犯・防災講座 | 防犯・防災講習、訓練  | 年4回予定                  |
| なでしこクラブ | コンディショニング教室 | 毎月第3金曜日<br>13:30～15:00 |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等 | 活動内容    | 活動日程等                  |
|---------|---------|------------------------|
| 俳画教室    | 俳句、画の創作 | 毎月第3月曜日<br>13:00～16:00 |

| 団 体 名 等     | 活動内容     | 活動日程等                  |
|-------------|----------|------------------------|
| 高倉みんなで脳トレ講座 | ゲーム感覚の講座 | 毎月第4火曜日<br>10:00～12:00 |

| 団 体 名 等     | 活動内容  | 活動日程等                    |
|-------------|-------|--------------------------|
| 茶道教室        | 練習・指導 | 毎月第3火曜日<br>13:30～15:00   |
| 水墨画教室       | 練習・指導 | 毎月第1・3水曜日<br>19:30～21:00 |
| パンフラワー      | 練習・制作 | 毎月第4水曜日<br>10:00～15:00   |
| 傘踊り・銭太鼓教室   | 練習・指導 | 毎月第1・3金曜日<br>19:00～21:30 |
| オカリナ かのん    | 練習・指導 | 毎月第2・4金曜日<br>19:30～21:00 |
| 書道創言会       | 練習・指導 | 毎週土曜日<br>15:00～18:00     |
| フラワーアレンジメント | 練習・指導 | 毎月第3水曜日<br>19:00～20:30   |

| 団 体 名 等 | 活動内容          | 活動日程等                  |
|---------|---------------|------------------------|
| たんぽぽクラブ | 地域委員による育児支援活動 | 毎月第2木曜日<br>10:00～12:00 |
| 高野元気組   | 地域の母親と乳幼児の交流  | 月1～2回<br>10:00～12:00   |

| 団 体 名 等    | 活動内容           | 活動日程等                     |
|------------|----------------|---------------------------|
| ジュニア3B体操   | ジュニアとその親の3B体操  | 月2回月曜日<br>16:30～18:00     |
| ストレッチ体操クラブ | ストレッチ体操で健康づくり  | 毎週火曜日<br>19:30～20:30      |
| 3B体操高野教室   | 3B体操による健康づくり   | 毎週水曜日<br>14:00～16:00      |
| 若桜卓球会      | 卓球による健康づくり     | 毎週木曜日<br>9:00～12:00       |
| リラックスヨーガ   | ヨーガによる健康づくり    | 月3回水曜日<br>13:30～15:30     |
| ヨーガサークル    | ヨーガによる健康づくり    | 毎週木曜日<br>18:30～20:30      |
| 下北山貯筋会     | 重りを使って筋肉トレーニング | 毎週水曜日<br>9:00～12:00       |
| ビリヤード同好会   | 技術の向上と親睦       | 毎週月・水・金曜日<br>13:00～16:00  |
| ベリーズ       | 楽しくダンスの練習      | 毎週月曜日<br>18:00～21:00      |
| すすめの学校     | コーラス           | 月2回月曜日<br>10:00～12:00     |
| ai - ai    | プリザーブドフラワー教室   | 月1回日曜日<br>14:00～16:00     |
| カラオケ同好会    | カラオケの練習        | 月2回火曜日<br>20:00～22:00     |
| 居合い        | 居合いの練習         | 月3～4回土・日曜日<br>15:00～17:00 |

| 団 体 名 等    | 活動内容           | 活動日程等 |
|------------|----------------|-------|
| 河辺趣味いきいき講座 | 趣味を通じて交流と健康づくり | 随時    |

| 団 体 名 等  | 活動内容       | 活動日程等                  |
|----------|------------|------------------------|
| 俳句会「しゃら」 | 俳句づくり「勉強会」 | 毎月第1日曜日<br>13:00～16:00 |

| 団 体 名 等   | 活動内容        | 活動日程等                                                        |
|-----------|-------------|--------------------------------------------------------------|
| 日本舞踊      | 民謡演歌に合わせて扇舞 | 毎週水曜日<br>10:00～12:00                                         |
| 押花アート彩葉   | 押花作品の創作     | 毎月第3金曜日<br>13:00～16:00                                       |
| 囲碁同好会     | 囲碁の練習、大会    | 毎週土曜日<br>13:00～17:00<br>年4回(6・9・12・3月)に大会                    |
| 習字教室      | 習字の練習       | 毎週火・水曜日<br>14:00～17:00<br>毎週土曜日<br>8:30～11:00<br>17:00～19:30 |
| 和みのヨガサークル | ヨガによる健康づくり  | 毎月第2・3・4火曜日<br>19:15～20:45<br>毎月第2・3・4日曜日<br>9:30～11:00      |
| ドレミカラオケ教室 | カラオケの練習     | 毎週木曜日<br>13:30～15:00                                         |

## ★大崎公民館 (津山市福力221、☎26-1420)

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等   | 活動内容       | 活動日程等 |
|-----------|------------|-------|
| 大崎高齢者市民学級 | 健康づくりとふれあい | 随時    |

### 公民館利用サークル

| 団 体 名 等         | 活動内容        | 活動日程等                    |
|-----------------|-------------|--------------------------|
| ドレミファたんぽぽ       | 童謡唱歌を歌う会    | 毎月第2・4土曜日<br>10:00～11:30 |
| 華道教室            | 嵯峨御流の華道教室   | 毎月第2・4水曜日<br>18:30～20:00 |
| 生命の貯蓄体操普及会      | 健康づくり体操     | 毎週木曜日<br>19:00～21:00     |
| 大崎陶芸同好会         | 作品づくりと展示発表  | 毎週土曜日<br>13:00～16:00     |
| グラウンドゴルフ同好会     | 愛好者の大会      | 月2回 随時<br>9:00～11:30     |
| 初心者グラウンドゴルフ教室   | 基礎から指導      | 随時                       |
| クラフト教室          | 作品作り        | 毎週月曜日<br>13:00～16:00     |
| 習字教室            | 習字の練習       | 毎週月・金曜日<br>15:00～17:00   |
| 押し花教室           | 押し花を使って額を作成 | 毎月第3木曜日<br>10:00～15:00   |
| うたでえ・ほっと・ステーション | 楽しく元気に歌います  | 毎月第3金曜日<br>14:00～16:00   |
| 大崎地区歴史を考える会     | 大崎地域の歴史を学ぶ  | 月1回<br>随時                |

## ★広野公民館 (津山市田熊1963-1、☎29-0380)

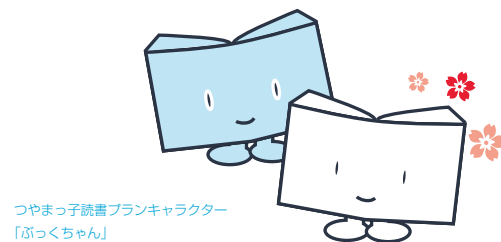
### 公民館主催講座

| 団 体 名 等              | 活動内容             | 活動日程等            |
|----------------------|------------------|------------------|
| 広野子ども教室<br>“チャレンジャー” | 児童生徒の居場所づくり・学習支援 | 年5回以上<br>随時      |
| 広野高齢者学級              | 知識の取得と会員相互の親睦    | 年8回以上<br>不定期開催   |
| 広野カトリア学級             | 教養の向上・会員の親睦      | 年8回以上<br>不定期開催   |
| 交通安全教室               | 高齢者の交通安全教室       | 年1回<br>高齢者を対象に開催 |
| 健康増進講座               | 生活習慣病の予防講座       | 年1回<br>町内を対象に開催  |

### 公民館利用サークル

| 団 体 名 等 | 活動内容          | 活動日程等                  |
|---------|---------------|------------------------|
| 囲碁      | 囲碁を通して相互親睦を図る | 毎週火曜日<br>13:00～19:00   |
| 大正琴     | 大正琴の練習        | 月2回木曜日<br>13:30～15:30  |
| 生命の貯蓄体操 | 生命の貯蓄体操       | 毎週水曜日<br>13:00～15:30   |
| 絵手紙教室   | 絵手紙を描く        | 月2回月曜日<br>13:30～15:30  |
| 花みずき会   | 趣味を通じた親睦会     | 月1回<br>不定期開催           |
| 空手道同好会  | 少年少女の空手道      | 毎週水曜日<br>19:00～21:00   |
| 韓国語教室   | 韓国語講座         | 毎月第4土曜日<br>14:00～15:30 |
| 津山洋ラン会  | ランを楽しむ        | 第4木曜日<br>13:30～15:30   |

| 団 体 名 等       | 活動内容                  | 活動日程等                                              |
|---------------|-----------------------|----------------------------------------------------|
| グラウンドゴルフ同好会   | グラウンドゴルフの指導・競技等       | 随時                                                 |
| 短歌会「つくしんぼ」    | 短歌の創作指導・発表            | 毎月第1月曜日<br>13:00～16:00                             |
| 詩吟教室          | 詩吟の練習・発表              | 毎週木曜日<br>13:30～16:00                               |
| ユーティフル        | フィットネスダンス「ZUMBA GOLD」 | 毎週木曜日<br>10:00～11:00<br>毎月第2・4・5月曜日<br>10:00～11:00 |
| 読書会           | 読書                    | 随時                                                 |
| ウクレレワークショップ   | ウクレレの練習・講座            | 随時                                                 |
| 子どもパソコン教室     | パソコン教室(プログラミング等)      | 毎月第2・4土曜日<br>13:30～15:30                           |
| 笑いヨガクラブ「ゆいまる」 | 笑いヨガのエクササイズ           | 毎月第3土曜日<br>14:00～15:00                             |



| 団 体 名 等         | 活動内容         | 活動日程等                    |
|-----------------|--------------|--------------------------|
| 中高年から始めるらくらくピアノ | 脳の活性化のために    | 毎月第1・3水曜日<br>13:30～15:00 |
| 子供教室ピアノレッスン教室   | ピアノを初歩から学ぶ   | 毎週火・日曜日<br>15:00～19:00   |
| プリ花サークル         | プリザーブドフラワー教室 | 毎月第1水曜日<br>10:00～12:00   |
| ヨーガ教室           | 健康ヨーガ        | 毎月第1・3土曜日<br>9:30～11:00  |
| 水墨画教室           | 指導と学習及び展示発表  | 毎週火曜日<br>10:00～12:00     |
| 子供教室そろばん教室      | そろばんとあんざん    | 毎週火・金曜日<br>15:00～17:30   |
| 子供教室習字教室        | 毛筆・硬筆幼児から    | 月3回水曜日<br>15:00～17:00    |
| 子供教室英語教室        | 楽しく英語を学ぶ     | 毎週水曜日<br>16:00～17:00     |
| 卓球教室            | 基礎から卓球指導     | 毎週土曜日<br>14:00～16:00     |

| 団 体 名 等    | 活動内容         | 活動日程等            |
|------------|--------------|------------------|
| 悪徳商法講座     | 悪徳商法の被害防止    | 年1回<br>町内を対象に開催  |
| 男性の料理教室    | 男性に料理作りを伝授   | 年1回<br>男性を対象に開催  |
| 健やか料理教室    | 高齢者対象の料理教室   | 年1回<br>高齢者を対象に開催 |
| 親子ふれあい料理教室 | 若い母親に料理作りを指導 | 年2回<br>親子を対象に開催  |
| 中学生講師の講座   | 中学生を講師とした講座  | 不定期開催            |

| 団 体 名 等 | 活動内容           | 活動日程等                                            |
|---------|----------------|--------------------------------------------------|
| 大人のピアノ  | 大人から始めるピアノ     | 毎月第2木曜日<br>10:00～12:00<br>毎月第4木曜日<br>13:30～15:00 |
| ヨーガ教室   | 呼吸と身体を感じてリラックス | 毎週火曜日<br>10:00～11:30                             |
| 津山鶴丸太鼓  | 太鼓の練習          | 毎週火・土曜日<br>19:00～21:30                           |
| 合気道     | 稽古・指導          | 毎週水・木曜日<br>17:30～18:30                           |
| 卓球      | 卓球をひたすら楽しむ     | 毎週月曜日<br>13:00～15:00                             |
| 俳句研究会   | 俳句を作って楽しむ      | 月1回<br>不定期開催                                     |



★清泉公民館（津山市堀坂256-8、☎29-1516）

公民館主催講座

| 団 体 名 等   | 活動内容    | 活動日程等                 |
|-----------|---------|-----------------------|
| 清泉高齢者市民学級 | 生涯学習・親睦 | 年8回 随時<br>10:00～12:00 |

| 団 体 名 等      | 活動内容      | 活動日程等                 |
|--------------|-----------|-----------------------|
| ふれあいサロン「加茂川」 | 研修・ふれあい活動 | 年8回 随時<br>10:00～12:00 |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等  | 活動内容     | 活動日程等                    |
|----------|----------|--------------------------|
| 清泉短歌会    | 作歌の添削と指導 | 月1回水曜日<br>9:30～11:00     |
| 神滝囲碁クラブ  | 相互の対局    | 毎週木曜日<br>13:00～16:00     |
| 手芸教室     | 自由作品の創作  | 毎月第1・3金曜日<br>13:00～16:00 |
| 琴伝流大正琴清泉 | 大正琴の練習   | 毎月第1・3日曜日<br>13:30～15:30 |

| 団 体 名 等     | 活動内容         | 活動日程等                      |
|-------------|--------------|----------------------------|
| 楽しいパソコン教室   | パソコンの習得      | 毎月第1・2・3月曜日<br>14:00～15:30 |
| 生命の貯蓄体操     | 丹田呼吸法で心身ケア   | 毎週火曜日<br>13:30～15:30       |
| プリザーブド・フラワー | 長期保存ができる花の作成 | 毎月第1金曜日<br>10:00～12:00     |
| 音楽教室        | ピアノの習得       | 毎週金曜日<br>15:00～18:00       |

★東苅田公民館（津山市勝部20-7、☎22-2686）

公民館利用サークル

| 団 体 名 等     | 活動内容       | 活動日程等                 |
|-------------|------------|-----------------------|
| ハニーフレンズ     | ヨガ体操       | 月3回火曜日<br>14:00～15:30 |
| 志戸部教室       | 生命の貯蓄体操    | 毎週月曜日<br>10:00～12:00  |
| なないろパレット倶楽部 | パステル画水彩画教室 | 月2回<br>14:00～16:00    |

| 団 体 名 等 | 活動内容        | 活動日程等               |
|---------|-------------|---------------------|
| パソコン教室  | パソコンの使い方を学ぶ | 毎週土曜日<br>9:30～11:30 |
| ピンポン津山  | 卓球教室        | 週2回程度<br>1回に2～3時間   |

★二宮公民館（津山市二宮1982-2、☎28-3292）

公民館主催講座

| 団 体 名 等 | 活動内容      | 活動日程等                      |
|---------|-----------|----------------------------|
| かきかた教室  | 幼稚園年中以上対象 | 毎月第1・2・3金曜日<br>14:30～15:30 |

| 団 体 名 等      | 活動内容    | 活動日程等     |
|--------------|---------|-----------|
| 公民館新暮らしの学習講座 | 生涯学習ルーム | 年4～6回程度随時 |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等           | 活動内容      | 活動日程等                                        |
|-------------------|-----------|----------------------------------------------|
| 二宮囲碁クラブ           | 囲碁クラブ     | 毎週土曜日<br>12:00～16:00                         |
| 大正琴 琴和会           | 大正琴演奏     | 毎月第2・4月曜日<br>10:00～13:00                     |
| オカリナ・コカリナ<br>サークル | オカリナ・コカリナ | 毎週月曜日<br>19:30～20:45<br>毎週土曜日<br>14:00～16:00 |
| 津山マンドリンオーケストラ     | マンドリン     | 毎月第3土曜日<br>18:00～22:00                       |
| らくらくピアノ教室         | 初心者でも大丈夫  | 毎月第1・3水曜日<br>10:00～11:30                     |
| しの笛教室             | しの笛       | 毎月第2・4土曜日<br>10:00～12:00                     |
| 押し花教室・A           | 押し花作りを楽しむ | 毎月第3木曜日<br>10:00～12:30                       |
| 押し花教室・B           | 押し花作りを楽しむ | 毎月第2月曜日<br>10:00～12:30                       |
| 編み物クラブ            | 毛糸編み物     | 毎月第1・3水曜日<br>13:00～16:00                     |
| 布あそび              | パッチワーク他編物 | 毎月第2・4火曜日<br>10:00～12:00                     |
| 二宮水墨画教室           | 基礎から練習します | 毎月第1・3土曜日<br>10:00～12:00                     |
| 3B体操              | 健康ストレッチ   | 毎週水曜日<br>9:30～11:00                          |
| こけない体操二宮支部        | 健康増進      | 毎週木曜日<br>10:00～11:30                         |
| ヨーガサークル           | ヨーガセラピー   | 毎週火曜日<br>14:00～15:00                         |

| 団 体 名 等    | 活動内容                | 活動日程等                                |
|------------|---------------------|--------------------------------------|
| 笑いヨガ       | 笑いの体操               | 毎月第3火曜日＆最後<br>の金曜日<br>10:30～11:30    |
| ストレッチヨガ    | 健康促進                | 毎月第1・3 or 第2・4<br>金曜日<br>19:00～20:00 |
| 初心者ヨガ教室    | ヨガ運動                | 毎月第1・2・3金曜日<br>10:30～11:30           |
| ユーティフル     | ZUMBA・筋トレ・スト<br>レッチ | 毎週月・水曜日<br>19:30～20:30               |
| エアロビクス教室   | エアロビ、筋トレ、スト<br>レッチ  | 毎週月曜日<br>9:15～10:30                  |
| ピンポンサークル   | 健康卓球                | 毎週木曜日<br>14:00～15:30                 |
| パソコン教室     | 楽しい脳トレ              | 毎週水曜日<br>10:15～12:00                 |
| PMパソコン教室   | パソコン実習              | 毎月第1・3・5火曜日<br>19:00～20:30           |
| 中高年初級PC教室  | パソコンの基本と応用          | 毎週金曜日<br>19:00～21:00                 |
| PCわがまま教室   | 学びたいことを自由に          | 毎週月曜日<br>18:30～20:30                 |
| 子どもパソコンクラブ | タイピング技法から           | 毎月第1・3土曜日<br>10:00～12:00             |
| 子どもダンス     | ヒップホップ              | 毎月第2土曜日<br>17:00～18:00               |
| 親子3B体操     | 親子で楽しく体操            | 毎週水曜日<br>11:00～12:00                 |

★佐良山公民館（津山市平福562、☎28-2543）

公民館主催講座

| 団 体 名 等    | 活動内容                  | 活動日程等              |
|------------|-----------------------|--------------------|
| 絹の会        | 甘酒・とうふ・こんにゃく<br>づくりなど | 月1回<br>9:00～12:00  |
| 佐良山史跡めぐりの会 | 史跡の学習と保存              | 年8回<br>10:00～12:00 |
| 地域で育てる会    | 小学生の育成と交流             | 随時                 |

| 団 体 名 等   | 活動内容         | 活動日程等                |
|-----------|--------------|----------------------|
| さら山カナリヤの会 | 小学生・幼児の体験と遊び | 第2土曜日<br>10:00～12:00 |
| 佐良山つくしクラブ | 未就園児親子の交流    | 第3金曜日<br>10:00～11:00 |



## 公民館利用サークル

| 団 体 名 等   | 活動内容                | 活動日程等                                                       |
|-----------|---------------------|-------------------------------------------------------------|
| 佐良山健康体操の会 | 健康づくり               | 毎週日曜日<br>16:00~17:00                                        |
| 嵯峨山吟友会    | 詠いながら漢詩の勉強          | 毎週水曜日<br>9:30~12:00                                         |
| 大正琴佐良山教室  | 大正琴アンサンブル           | 第2・4水曜日<br>13:30~15:00                                      |
| うた佐良      | 中高年の楽しい歌            | 毎月第2・4水曜日<br>10:00~11:30                                    |
| 書道教室      | 幼~大人までの毛・硬筆         | 毎週火曜日<br>16:00~18:00<br>20:00~22:00<br>毎週土曜日<br>10:30~12:00 |
|           | 毛筆硬筆指導用品            | 月3回火曜日<br>15:00~18:00                                       |
| 生命の貯蓄体操   | 健康づくり体操             | 毎週水曜日<br>19:15~21:15                                        |
| パソコン教室    | パソコンの基礎             | 第1・3・5火曜日<br>13:30~15:30                                    |
| 編み物クラブ    | 編み物                 | 毎週火曜日<br>13:00~16:30                                        |
| そろばん教室    | そろばんの勉強             | 月4回月または金曜日<br>月8回月・金曜日<br>15:30~18:00                       |
| あじさい会     | 手芸等                 | 月2回<br>9:30~14:00                                           |
| ヨーガレッスン   | ヨガ&ストレッチ健康づくりのアドバイス | 第2金曜日<br>10:00~11:00                                        |

## ★福南公民館（津山市押淵376、☎23-6374）

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等    | 活動内容             | 活動日程等 |
|------------|------------------|-------|
| 福南バラの会市民学級 | 押し花・手芸・干支額・竹細工 他 | 年8回   |

## 公民館利用サークル

| 団 体 名 等     | 活動内容   | 活動日程等                    |
|-------------|--------|--------------------------|
| 福南ゲートボール同好会 | ゲートボール | 毎週日曜日<br>9:00~12:00      |
| 福南ヨーガの会     | ヨーガ    | 毎月第1・3火曜日<br>10:00~12:00 |

## ★成名公民館（津山市野村134-3、☎29-3207）

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等    | 活動内容      | 活動日程等 |
|------------|-----------|-------|
| 成名シルバー市民学級 | 高齢者の各学習活動 | 年7回程度 |

## 公民館利用サークル

| 団 体 名 等    | 活動内容       | 活動日程等                    |
|------------|------------|--------------------------|
| 水墨画教室      | 水墨画基礎の練習   | 毎月第1・3水曜日<br>10:00~12:00 |
| 野村元気会      | こけない体操     | 毎週水曜日<br>10:00~12:00     |
| 津山刀禅稽古会    | 武術の練習      | 毎週日曜日<br>13:30~17:00     |
| サタデーフラワーの会 | プリザーブドフラワー | 隔月第1土曜日<br>10:00~12:00   |
| 生命の貯蓄体操    | 健康づくり体操    | 毎週木曜日<br>13:15~15:15     |
|            |            | 毎週金曜日<br>13:30~15:30     |

## ★西苔田公民館（津山市小原67-1、☎24-3210）

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等 | 活動内容         | 活動日程等                    |
|---------|--------------|--------------------------|
| 囲碁入門教室  | 幼児・小学生から大人まで | 毎月第1・3土曜日<br>13:30~15:30 |

## 公民館利用サークル

| 団 体 名 等   | 活動内容         | 活動日程等                   |
|-----------|--------------|-------------------------|
| 着付教室「葵の会」 | 楽しく簡単に着付けの練習 | 月1~2回 水曜日<br>9:30~12:30 |

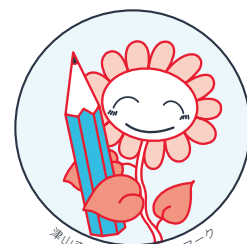
| 団 体 名 等    | 活動内容          | 活動日程等                    |
|------------|---------------|--------------------------|
| 生花教室       | カリキュラムに添って生ける | 月2回木曜日<br>17:30~20:30    |
|            | 暮らしの花を生ける     | 月2回<br>13:30~15:30       |
| 佐良山むつみ会    | とうふづくりなど      | 随時                       |
| 絵手紙教室      | 「ヘタがいい!」絵手紙   | 月1回土曜日<br>14:00~16:00    |
| 3B体操       | 楽しく元気に3B体操    | 月2回月曜日<br>13:30~14:30    |
|            |               | 月1回金曜日<br>19:00~20:00    |
| ウクレレ&仲間たち  | ウクレレの練習       | 月2回<br>13:30~15:30       |
| エコクラフト     | クラフト作品作り      | 第1・3水曜日<br>13:00~15:30   |
| フラサークルコメット | フラダンス         | 第2・4火曜日<br>10:00~11:00   |
| てるてるくらぶ    | 朗読の練習         | 第2火・金曜日<br>14:00~16:00   |
| スイートピーの会   | エレクトーンで音楽を楽しむ | 月1回土曜日<br>11:00~11:40    |
| らくらくピアノ    | 中高年の楽しいピアノ    | 毎月第1・3金曜日<br>10:00~11:30 |
| 佐良山歩こう会    | 地域を歩き楽しむ会     | 月1回<br>10:00~12:00       |
| 苔玉クラブ      | 苔玉づくり         | 第4木曜日<br>13:30~15:30     |

| 団 体 名 等     | 活動内容                        | 活動日程等 |
|-------------|-----------------------------|-------|
| 福南老人クラブ市民学級 | 三世代交流行事・グラウンドゴルフ大会・健康管理講座 他 | 年8回   |

| 団 体 名 等   | 活動内容 | 活動日程等                |
|-----------|------|----------------------|
| 福南ピンポン同好会 | ピンポン | 毎週木曜日<br>10:00~12:00 |

| 団 体 名 等     | 活動内容               | 活動日程等 |
|-------------|--------------------|-------|
| 成名フォースタークラブ | 青壮年者が地域の歴史と文化などを学習 | 年7回程度 |

| 団 体 名 等      | 活動内容           | 活動日程等                   |
|--------------|----------------|-------------------------|
| パソコン教室       | パソコンの学習        | 毎週火・金曜日<br>10:00~12:00  |
|              |                | 毎週金曜日<br>13:00~15:00    |
| 詩吟の会         | 詩吟の練習          | 毎週月曜日<br>13:30~15:30    |
| 護身道場 無我無心塾   | 護身技術の稽古及び研究    | 毎週土曜日<br>18:30~21:30    |
| 成名グランドゴルフクラブ | 練習と競技大会への参加・親睦 | 毎週火・木・土曜日<br>9:00~11:30 |
| 成名卓球クラブ      | 健康づくりと親睦       | 随時                      |



| 団 体 名 等 | 活動内容         | 活動日程等                    |
|---------|--------------|--------------------------|
| 葵流      | 剣舞・詩舞・琵琶調・民謡 | 毎月第1を除く金曜日<br>9:30~12:00 |

| 団 体 名 等      | 活動内容             | 活動日程等                        |
|--------------|------------------|------------------------------|
| 日本舞踊子供教室     | 日本舞踊             | 毎月第2土曜日・第4日曜日<br>10:00～12:00 |
| オカリナ・A・K・A・音 | オカリナの練習          | 毎月第2・4月曜日<br>9:00～12:00      |
| 琴修会ひまわり教室    | 大正琴の練習           | 毎月第1・3金曜日<br>13:00～16:30     |
| グリーンエコー      | コーラス・市民音楽祭参加     | 毎月第2・4・5木曜日<br>13:15～14:45   |
| 楽しいカラオケ教室    | 新しく楽しい唄の教室       | 毎週土曜日<br>10:00～12:00         |
| 吟道鶴誠流        | 吟詠を通じ親睦を図る       | 毎週水曜日<br>19:30～21:30         |
| 鶴山吟友会        | 健康のために詩吟の練習      | 毎週木曜日<br>16:00～18:00         |
| あさかげ短歌会      | 月1回短歌会、<br>初心者歓迎 | 毎月第2日曜日<br>13:00～16:00       |
| 読書会みのむし      | 本を読む             | 毎月第4土曜日<br>13:30～15:30       |
| 福田習字教室       | 初歩から漢字・仮名を       | 毎月第1・3火曜日<br>13:30～16:00     |
| 硬筆習字教室       | 子ども硬筆習字教室        | 毎週木曜日<br>15:30～17:30         |
| パソコン倶楽部      | 初心者の方も歓迎         | 月3回火曜日<br>10:00～12:00        |
| 西苫田囲碁同好会     | 囲碁の技量向上と親睦       | 毎週月・木曜日<br>12:00～17:00       |
| 津山キッズ将棋教室    | キッズ将棋教室(初級以下)    | 月2回土曜日<br>9:00～11:30         |
|              | キッズ将棋教室(中級以上)    | 月2回土曜日<br>12:30～15:00        |
| 気軽に描くスケッチ画   | 風景・静物のスケッチ水彩     | 月3回金曜日<br>10:00～12:00        |
| 気軽に描くスケッチ画Ⅱ  | 風景・静物のスケッチ水彩     | 毎月第2・4火曜日<br>14:00～16:00     |
| 絵画教室         | 初心者水彩画教室         | 毎月第3木曜日<br>10:00～12:00       |
| 小原流          | 季節の花を生ける         | 月3回土曜日<br>14:00～19:00        |
| フラワーサークル     | フラワーアレンジメント      | 毎週火曜日<br>10:00～12:00         |
| 神楽尾木彫会       | 木彫・漆塗り等の作成       | 毎週木曜日<br>10:00～12:00         |
| カトレアグラス      | ステンドグラス制作        | 月3回金曜日<br>13:00～16:30        |
| 模型サークルミートボール | 模型作りの情報交換会       | 月1回日曜日<br>14:00～17:00        |
| 令和卓球倶楽部      | 卓球               | 毎週金曜日<br>15:00～17:00         |
| 三球会①         | 障害者卓球教室          | 月1回日曜日<br>10:00～12:00        |
| 三球会②         | 卓球               | 毎週木曜日<br>15:00～18:00         |
| 山北卓球クラブ      | 中・高齢者卓球教室        | 毎月第2を除く土曜日<br>10:00～12:30    |

## ★城西公民館（津山市小田中1312-10、☎31-0102）

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等      | 活動内容     | 活動日程等                  |
|--------------|----------|------------------------|
| 男性料理教室       | 男性の料理教室  | 毎月第2月曜日<br>10:00～13:00 |
| ふれあいサロン スマイル | 趣味や教養の講座 | 毎週金曜日<br>10:00～12:00   |

### 公民館利用サークル

| 団 体 名 等       | 活動内容    | 活動日程等                      |
|---------------|---------|----------------------------|
| 華道小原流         | 華道      | 毎月第2・4火曜日<br>13:00～18:00   |
| 生命の貯蓄体操 城西教室  | 健康づくり体操 | 毎週水曜日<br>9:00～12:00        |
| 津山マンドリンオーケストラ | マンドリン   | 毎週水曜日<br>18:30～21:30       |
|               |         | 毎月第2・4土曜日<br>18:00～22:00   |
| 城西太極拳教室       | 太極拳教室   | 毎週木曜日<br>13:00～16:00       |
| 津山さくら会        | 銭太鼓     | 毎週土曜日<br>10:30～12:30       |
| 卓球ひまわり会       | 卓球      | 毎週火曜日<br>13:30～15:30       |
| オカリナなかま       | オカリナ演奏  | 毎月第1・2・3水曜日<br>10:30～19:30 |
| ウクレレはじめよう     | ウクレレ    | 毎週月曜日<br>13:30～15:30       |
|               |         | 毎月第2・4金曜日<br>20:00～21:30   |
| ZEAL津山        | フラダンス   | 毎週土曜日<br>12:00～14:30       |
| 楽しいストレッチ      | ストレッチ体操 | 毎週金曜日<br>13:30～15:30       |

| 団 体 名 等       | 活動内容                  | 活動日程等                    |
|---------------|-----------------------|--------------------------|
| 生命の貯蓄体操中央教室   | 健康づくり体操               | 毎週木曜日<br>9:30～11:30      |
| 生命の貯蓄体操小原教室   | 健康づくり体操               | 毎週木曜日<br>19:00～21:30     |
| 生命の貯蓄体操西苫田教室  | 健康づくり体操               | 毎週金曜日<br>9:00～11:30      |
| 生命の貯蓄体操すこやか教室 | 健康づくり体操               | 毎週火曜日<br>9:30～11:30      |
| 健康づくり体操教室     | ストレッチ体操               | 毎月第1・3木曜日<br>13:30～15:00 |
| 土曜クラブ         | 3B体操                  | 毎週土曜日<br>15:00～17:00     |
| はつらつクラブ       | 健康体操                  | 毎週火曜日<br>14:00～16:00     |
| 小原東すみれ会       | こけない体づくり              | 毎週金曜日<br>10:00～11:00     |
| 太極拳同好会        | 太極拳を楽しむ               | 毎週金曜日<br>13:00～15:00     |
| 笑いヨガ          | 笑う健康法                 | 毎週金曜日<br>13:30～15:00     |
| ソーシャルダンス      | ソーシャルダンスの練習           | 毎週火曜日<br>18:30～21:30     |
| ローズダンス        | ソーシャルダンス              | 毎週土曜日<br>13:00～15:00     |
| スポーツ吹矢教室      | 健康と生きがいづくり            | 毎月第2日曜日<br>13:00～16:00   |
| 徹心会津山         | 空手教室                  | 毎週水・金曜日<br>17:30～19:30   |
| 津山ドッグトレーナーズ協会 | 犬の躾と健康を学ぶ会            | 毎月第2火曜日<br>19:00～21:00   |
| 憲法を学ぶ市民の会     | 憲法の学習                 | 毎月第2水曜日<br>13:30～15:30   |
| NPO法人津山国際交流の会 | 多文化共生社会の推進            | 毎月第2・4火曜日<br>19:30～21:30 |
| オレンジカフェ吉井川    | 認知症予防のカフェ             | 毎月第2水曜日<br>13:30～15:30   |
| メンタルサポートの会    | ひきこもり家族のつどい           | 毎月第3水曜日<br>13:00～16:00   |
| 山北シニア卓球同好会    | 高齢初心者卓球               | 毎週火曜日<br>10:00～12:30     |
| ぴっころ          | ベビーマッサージ              | 毎月第4木曜日<br>10:00～11:30   |
| 絵手紙の会         | 絵手紙                   | 毎月第2・4木曜日<br>13:00～15:00 |
| 白鳳流吟詠会        | 楽しい詩吟教室               | 月2回土曜日<br>16:00～18:00    |
| 西苫田卓球クラブ      | 高齢初心者卓球               | 毎週水曜日<br>13:00～16:00     |
| 紬バンド          | ギターとオカリナの練習           | 毎週火曜日<br>13:00～16:30     |
| 津山手をつなぐ親の会    | 知的、発達障害のある本人<br>と家族の会 | 毎月第2金曜日<br>10:00～13:00   |
| 市民合唱団「はるか」    | 混声四部合唱の練習             | 毎週月曜日<br>19:00～21:00     |

| 団 体 名 等 | 活動内容         | 活動日程等                  |
|---------|--------------|------------------------|
| 楽膳クッキング | 一人暮らしの方の料理教室 | 毎月第2木曜日<br>10:00～13:00 |
| 城西歴史講座  | 講義とグランドワーク   | 月1回程度<br>(9月～2月)       |

| 団 体 名 等          | 活動内容         | 活動日程等                       |
|------------------|--------------|-----------------------------|
| 言の葉倶楽部           | 読み聞かせ        | 毎月第2・4金曜日<br>13:30～15:30    |
| 津山語りの会 いろいろばた    | 語りの会         | 毎月第1金曜日<br>10:30～12:00      |
| クラフトクラブ          | 小物づくり        | 毎週火曜日<br>13:00～16:00        |
| つやま民話の語り「でこでこでん」 | 民話の語り        | 毎月第1月曜日<br>13:30～15:30      |
| みずえ              | 水彩画          | 毎月第4日曜日<br>13:00～15:00      |
| 書道教室             | 書道           | 毎月3回金曜日<br>14:30～17:30      |
| 子育てサロン“さくらんぼ”    | 親子のサロン       | 毎週火曜日<br>10:00～12:00        |
| 絵手紙を楽しむ会         | 絵手紙          | 毎月第3木曜日<br>13:00～16:00      |
| ララ・カント           | ヴォイストレーニング   | 第3日曜日<br>10:00～12:00        |
| つるし飾りサークル        | 古布でつるし飾りをつくる | 毎月第1金曜・第3水曜<br>日13:30～16:00 |
| デジタルアートクラブ       | 子ども向パソコンアート  | 毎週木曜日<br>16:30～19:00        |

| 団 体 名 等      | 活動内容 | 活動日程等                  |
|--------------|------|------------------------|
| エンジョイイングリッシュ |      | 第2・4火曜日<br>12:30～14:30 |
| かざぐるま        | 創作童話 | 毎月第3土曜日<br>14:00～16:00 |

| 団 体 名 等   | 活動内容 | 活動日程等                    |
|-----------|------|--------------------------|
| 若柳会       | 日舞   | 毎週木曜日<br>13:00～16:00     |
| 城西公民館俳句講座 | 俳句   | 毎月第1・3月曜日<br>13:30～16:00 |

## ★津山東公民館（津山市川崎796-2、☎32-1511）

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等 | 活動内容            | 活動日程等                  |
|---------|-----------------|------------------------|
| 郷土の歴史講座 | 郷土の歴史           | 第2月曜日<br>10:00～12:00   |
| 津山東将棋教室 | 将棋を通じての地域の三世代交流 | 第2・4日曜日<br>13:30～16:00 |
| 囲碁入門教室  | 子どもから大人対象の囲碁教室  | 第2・4土曜日<br>13:30～15:30 |

| 団 体 名 等   | 活動内容          | 活動日程等      |
|-----------|---------------|------------|
| 生き生き子ども教室 | 小学生の宿題応援・体験学習 | 夏休み等の時期に数回 |
| Try大人の学習  | まち歩き、陶芸など     | 年に数回       |
| キャリア学習    | 中学生・高校生の様々な学び | 夏休み等の時期に数回 |

### 公民館利用サークル

| 団 体 名 等        | 活動内容          | 活動日程等                                            |
|----------------|---------------|--------------------------------------------------|
| いけばな教室         | 小原流華道         | 月3回火曜日<br>18:30～21:30                            |
| 緑水会            | 漢字書道          | 毎週木曜日<br>10:00～12:00                             |
| 香燿会            | 子ども対象の毛筆・硬筆教室 | 月3回月曜日<br>16:00～18:00<br>月3回木曜日<br>16:00～18:00   |
| 鶴山短歌研究会        | 短歌の研究・実作      | 第1・3木曜日<br>10:00～15:00                           |
| 南窓水墨画教室        | 水墨画           | 第1・3木曜日<br>10:00～12:00                           |
| 南桜墨画会          | 水墨画           | 第1・3金曜日<br>13:00～15:00<br>第1・3土曜日<br>10:00～15:00 |
| 林田同好会          | 水墨画           | 第1・3水曜日<br>13:00～16:00                           |
| あゆみ会           | 日本画レッスン       | 第1・3火曜日<br>10:00～12:00                           |
| 津山ボタニカルアートの会   | 植物を正確で緻密に描く   | 第2・4木曜日<br>13:30～15:30                           |
| らくらくピアノ        | 中高年からのピアノ教室   | 第1・3月曜日<br>9:20～12:30<br>2班編成                    |
| ♪Nuance(ニュアンス) | コーラス          | 月3回 火曜日(午前)<br>土曜日(夜)                            |
| 津山東囲碁同好会       | 囲碁            | 毎週水曜日<br>12:30～16:00                             |
| マクラメサークル       | 手芸製作          | 毎週水曜日<br>13:30～16:30                             |
| 銭ZENI太鼓レッスン    | 子ども対象の銭太鼓教室   | 第2・3水曜日<br>16:30～18:00                           |
| 生命の貯蓄体操 東雲教室   | 健康づくりの体操      | 毎週月曜日<br>19:00～21:00                             |
| 生命の貯蓄体操 東松原教室  | 健康づくりの体操      | 毎週水曜日<br>13:00～15:30                             |
| 3B体操フレッシュクラブ   | 3B体操による健康づくり  | 第2・4火曜日<br>10:00～11:30                           |
| フラワーアレンジメント教室  | フラワーアレンジメント   | 月1回日曜日<br>13:30～15:30                            |

| 団 体 名 等       | 活動内容                    | 活動日程等                  |
|---------------|-------------------------|------------------------|
| フォークダンスとレクの会  | 世界のダンスの練習<br>ボランティア育成   | 毎週火曜日<br>13:30～15:30   |
| スポーツウェルネス吹矢   | 吹き矢を通じての健康保持<br>や楽しみづくり | 第4木曜日<br>13:30～16:30   |
| 元気づくりジムKIDS   | 運動能力を遊びながら高める子ども教室      | 毎週水曜日<br>16:00～18:00   |
| 津山東ピンポンズ      | 卓球（上級者向き）               | 毎週火曜日<br>13:30～16:30   |
| 津山TTC         | 卓球（上級者向き）               | 毎週金曜日<br>9:00～12:00    |
| ホームヨーガ        | 健康維持のヨガ                 | 月1回<br>19:00～20:30     |
| 一慶日本画教室       | 日本画の制作                  | 第1土曜日<br>12:30～16:00   |
| 桜華流華の音        | 詩吟                      | 第2・4月曜日<br>13:00～15:00 |
| 津山朗読同好会SAKURA | 朗読                      | 第2月曜日<br>15:00～15:45   |
| 津山マンドリンオーケストラ | マンドリン練習                 | 第1・5土曜日<br>18:00～22:00 |
| 絵てがみの会        | 絵手紙                     | 第2火曜日<br>10:00～12:00   |
| こむらさき会        | 日本舞踊                    | 不定期                    |
| CoderDojo 津山  | 子ども対象のプログラミング道場         | 第2土曜日<br>10:00～12:00   |
| 趣味の水彩画教室      | 水彩画                     | 第1・3月曜日<br>13:00～15:00 |
| 謡の会           | 謡の練習                    | 毎週火曜日<br>10:00～12:00   |
| きさらぎ会         | 写真の勉強                   | 第1水曜日<br>19:00～21:00   |
| 木曜会           | 俳句                      | 第3木曜日<br>13:30～15:30   |
| パソコン教室1       | 初心者向き                   | 第2・4金曜日<br>10:00～12:00 |
| パソコン教室2       | 中級者向き                   | 毎週金曜日<br>13:30～15:30   |
| 初めての盆栽教室      | 小学生から大人対象の自然盆栽          | 月1回土曜日<br>13:30～15:30  |

## ★加茂町公民館（津山市加茂町塔中104、☎42-3035）

### 公民館主催講座

| 団 体 名 等  | 活動内容   | 活動日程等                  |
|----------|--------|------------------------|
| 男の料理教室   | 和洋食    | 毎月第3土曜日<br>10:00～13:00 |
| 古文書入門講座  | 古文書    | 毎月第2土曜日<br>9:30～11:30  |
| パッチワーク教室 | パッチワーク | 毎月第1火曜日<br>13:30～15:30 |

| 団 体 名 等    | 活動内容   | 活動日程等                    |
|------------|--------|--------------------------|
| 切り絵教室      | 切り絵アート | 毎月第2・4火曜日<br>13:30～15:30 |
| シルバー生きがい教室 | 講座     | 随時                       |
| 加茂煎茶教室     | 茶道     | 毎月第2金曜日<br>13:00～16:30   |

### 公民館利用サークル

| 団 体 名 等   | 活動内容 | 活動日程等                    |
|-----------|------|--------------------------|
| 絵手紙教室     | 絵手紙  | 毎月第3火曜日<br>13:30～16:30   |
| 書道倶楽部     | 書道   | 毎月第1・4土曜日<br>13:30～16:00 |
| 淡雪会       | 日本画  | 毎月第4火曜日<br>9:30～12:00    |
| 鶴山吟友会加茂支部 | 詩吟   | 随時（月4回）                  |

| 団 体 名 等    | 活動内容 | 活動日程等                    |
|------------|------|--------------------------|
| 加茂俳句会      | 俳句   | 毎月第1火曜日<br>12:30～16:30   |
| 民謡舞踊の会     | 舞踊   | 毎月第1・3金曜日<br>19:00～21:00 |
| お菓子作りを楽しむ会 | 和洋菓子 | 月1回<br>13:00～            |
| 寿扇会        | 舞踊   | 毎月第2・4金曜日<br>19:00～21:00 |

| 団 体 名 等      | 活動内容      | 活動日程等                    |
|--------------|-----------|--------------------------|
| 太極拳講習会       | 太極拳       | 毎週水曜日<br>19:00～20:30     |
| かたばみ会        | 舞踊        | 毎月第2・4火曜日                |
| 大正琴加茂教室      | 大正琴アンサンブル | 毎月第2・4土曜日<br>13:30～15:00 |
| 生命の貯蓄体操      | 生命の貯蓄体操   | 毎週木曜日<br>13:30～15:30     |
| 加茂町公民館「KK60」 | カラオケ      | 毎月第1・3火曜日<br>9:00～15:00  |
| 加茂コーラス「虹」    | 女性コーラス    | 毎月第1・3火曜日<br>19:30～21:30 |
| 加茂花会         | 水墨画       | 毎月第2・4土曜日<br>9:30～11:30  |

★阿波公民館（津山市阿波1204-1、☎32-7044）

公民館主催講座

| 団 体 名 等    | 活動内容     | 活動日程等                    |
|------------|----------|--------------------------|
| 手芸教室       | 手芸の作品づくり | 毎週月・木曜日<br>9:30～15:30    |
| リフレッシュ体操教室 | 健康体操     | 毎月第2・4水曜日<br>13:30～15:00 |
| カラオケ教室     | カラオケ     | 月1回<br>13:30～16:00       |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等    | 活動内容   | 活動日程等                           |
|------------|--------|---------------------------------|
| 阿波ボランティアの会 | こけない体操 | 毎週金曜日<br>(4～12月)<br>13:30～15:00 |

★勝北公民館（津山市新野東584、☎36-2101）

公民館主催講座

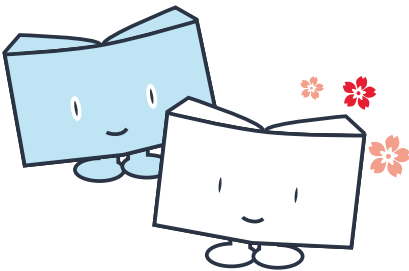
| 団 体 名 等       | 活動内容      | 活動日程等 |
|---------------|-----------|-------|
| 勝北地域歴史講座      | 地域の歴史学習   | 随時    |
| ターゲットバードゴルフ教室 | 楽しいレッスン教室 | 随時    |
| 古文書教室         | 近世の古文書解読  | 随時    |
| 男のエプロン教室      | 料理教室      | 年5回   |

公民館利用サークル

| 団 体 名 等           | 活動内容        | 活動日程等                                            |
|-------------------|-------------|--------------------------------------------------|
| 楽しいパソコンサークル（3クラス） | パソコンで作品づくり  | 毎週土曜日                                            |
| 橘流剣詩舞             | 剣詩舞の教室      | 毎週金曜日<br>19:00～22:00                             |
| 大正琴勝北さつき会         | 大正琴教室       | 毎週木曜日<br>9:00～12:00                              |
| 俳画教室あきつ会          | 俳画教室        | 毎月第3金曜日<br>9:30～12:00                            |
| 勝北習字教室            | 習字教室        | 月2回水曜日<br>13:00～15:00                            |
| 書道教室              | 習字教室        | 月2回火曜日<br>13:30～15:30                            |
| 硬筆習字教室            | 子ども硬筆習字教室   | 毎月第1金曜日<br>16:00～18:00<br>毎月第3金曜日<br>16:00～19:00 |
| 勝北手芸クラブ           | 手芸教室        | 月2回金曜日<br>13:00～16:00                            |
| ちくちくぬ～の結          | パッチワーク教室    | 月2回木曜日<br>13:30～15:30                            |
| フラワーサークル          | フラワーアレンジメント | 毎週金曜日<br>13:30～15:30                             |
| ちぎり絵サークル          | ちぎり絵教室      | 毎月第2・4金曜日<br>13:00～15:00                         |
| 押し花教室 たんぽぽの会      | 押し花教室       | 月1回土曜日<br>10:00～15:00                            |
| 勝北短歌会             | 詩を通して頭の体操   | 月1回<br>13:30～16:00                               |
| 囲碁クラブ             | 囲碁を通して頭の体操  | 毎週火曜日<br>13:00～17:00                             |
| コール風のまち           | 歌で仲間づくり     | 毎月第2・4木曜日<br>14:00～15:30                         |

| 団 体 名 等 | 活動内容     | 活動日程等                    |
|---------|----------|--------------------------|
| ブレイド    | 子どもダンス   | 毎週水曜日<br>17:30～19:30     |
| なかよし会   | こけない体操   | 毎週金曜日<br>10:00～11:00     |
| 着付け教室   | 着付け      | 月1回木曜日<br>19:00～21:00    |
| 木香      | コカリナ     | 毎月第2・4土曜日<br>13:30～15:00 |
| ギター教室   | ギター・ウクレレ | 毎月第2・4火曜日<br>11:00～12:00 |
| 英会話教室   | 初級英会話    | 毎月第1・3月曜日<br>11:00～12:00 |

| 団 体 名 等      | 活動内容    | 活動日程等                               |
|--------------|---------|-------------------------------------|
| 大人の折り紙・ぬりえ教室 | 折り紙・ぬりえ | 毎月第1・3水曜日<br>(4～12月)<br>13:30～15:00 |



| 団 体 名 等     | 活動内容                                     | 活動日程等       |
|-------------|------------------------------------------|-------------|
| 消費生活講座      | 消費者問題を学ぶ                                 | 年1回         |
| 知っておくと便利講座  | 日常生活に役立つことを学ぶ                            | 年1～2回程度随時   |
| 夏休みふれあい工作デー | 親子でものづくりに挑戦<br>(津山っ子を守り育てる市民の会勝北ブロックと共催) | 年1回（夏休み期間中） |

| 団 体 名 等            | 活動内容                | 活動日程等                                                                |
|--------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------|
| 女性ゼミナール            | 楽しい研修と学習            | 随時                                                                   |
| ジュニアダンス教室          | 小学生のダンス教室           | 毎週日曜日<br>13:00～14:30                                                 |
| 風神太鼓教室             | 風神のような和太鼓教室         | 毎週火・土曜日<br>19:00～21:00                                               |
| 勝北民舞保存会            | 勝北の文化の伝承・保存         | 毎月第2・4火曜日<br>19:30～21:00                                             |
| 元氣ZZひろば            | 子どもの居場所づくり          | 毎週水曜日<br>15:00～17:00                                                 |
| 50歳からの健康教室（3B体操）   | ストレッチで健康づくり         | 毎週火曜日<br>10:00～11:30                                                 |
| 50・60ストレッチ教室（3B体操） | ストレッチで健康づくり         | 毎週金曜日<br>13:30～15:00                                                 |
| スマイル絵画クラブ          | 絵を通してのふれあい          | 毎月第3・4水曜日<br>9:00～12:00                                              |
| ハッピートレーニング         | 笑顔で体操               | 毎週金曜日<br>10:00～12:00                                                 |
| らくらくピアノ教室          | 認知症予防のために           | 毎月第1・3木曜日<br>10:00～11:30                                             |
| たのしむカラオケ教室         | 歌で健康づくり             | 毎月第2・4火曜日<br>13:00～15:00                                             |
| やさしいピラティス教室        | 心身の調和で健康づくり         | 毎週木曜日<br>13:30～14:30<br>毎週金曜日<br>10:30～11:30<br>毎週日曜日<br>10:00～11:00 |
| 津山《風と光と心の劇場》実行委員会  | ミュージカルを通して人づくりまちづくり | 毎週土曜日<br>14:00～17:00                                                 |



| 団 体 名 等         | 活動内容           | 活動日程等         |
|-----------------|----------------|---------------|
| 勝北ふれあいウォーキングクラブ | ウォーキングを通して生涯学習 | 奇数月第3土曜日(変更有) |
| 勝北ブックくらぶ        | 読み聞かせボランティア    | 随時            |
| 風..             | ジャズを楽しむ        | 随時            |

| 団 体 名 等    | 活動内容            | 活動日程等                |
|------------|-----------------|----------------------|
| 小・中学生茶道教室  | 小中高生対象の伝統文化茶道教室 | 毎週土曜日<br>10:00～15:00 |
| 国風会美東分会雅支部 | 漢詩と吟詠の学習        | 月2回<br>10:00～12:00   |

## ★久米公民館 (津山市中北下1271、☎57-2936)

### 公民館主催講座・利用サークル

| 団 体 名 等         | 活動内容         | 活動日程等                    |
|-----------------|--------------|--------------------------|
| 大人の楽しいピアノ教室(1班) | ピアノ演奏を楽しむ    | 毎月第2・4水曜日<br>10:00～12:00 |
| 大人の楽しいピアノ教室(2班) | ピアノ演奏を楽しむ    | 毎月第2・4金曜日<br>15:30～17:00 |
| 篠笛教室            | 篠笛の作成と演奏練習   | 毎月第1・3土曜日<br>9:00～11:00  |
| 文化箏教室           | 半分の大きさの箏で演奏  | 毎月第2・4月曜日<br>9:30～11:00  |
| 久米仙人太鼓          | 和太鼓の練習と会の親睦  | 毎週金曜日<br>19:30～21:00     |
| 書道教室            | 書に親しみ文化交流を行う | 毎月第2・4金曜日<br>19:00～21:00 |

| 団 体 名 等     | 活動内容          | 活動日程等                    |
|-------------|---------------|--------------------------|
| 絵画教室        | 油絵、水彩画の鑑賞と実習  | 毎月第2・4木曜日<br>13:30～16:00 |
| パステル画教室     | パステル画の鑑賞と実習   | 毎月第2・4土曜日<br>9:00～12:00  |
| 切り絵教室       | 切り絵の実習        | 毎月第1土曜日<br>9:30～11:30    |
| 竹工教室        | 竹の花器、行灯などの制作  | 毎月第2・4水曜日<br>13:30～16:30 |
| 津山ビデオクラブ    | イベントなどの記録撮影   | 毎月第1水曜日<br>13:30～16:00   |
| 川柳教室        | 川柳に親しみ文化交流を行う | 隔月 随時<br>13:00～15:00     |
| さくらんぼ リズム教室 | 幼児対象のリズム運動    | 毎月第2・4水曜日<br>16:00～18:00 |

## 津山市生涯学習人材バンクの利用と登録をしませんか？

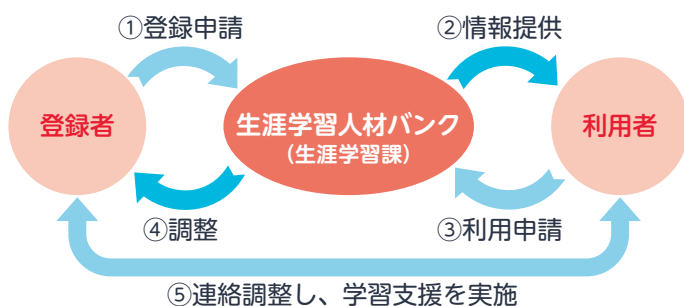
津山市生涯学習人材バンクは、自分の知識や技術、経験を活かしたい個人や団体・企業などを登録し、必要に応じて、地域コミュニティや町内会、各種団体などが開催する講演会や学習会などで、講師や指導者として活躍してもらう制度です。

地域のサークルや行事、子ども会・PTAのレクリエーションなどで、講師や指導者を探している方は、ぜひ人材バンクをご利用ください。



また、「学んできたことを活かして多くの人に伝えたい」「こんなことなら教えられるよ」「うちの事業所ならこんな手助けができる」と思う方は、ぜひ人材バンクへの登録をお願いします。

### ＜人材バンク利用の流れ＞



詳しくは、津山市生涯学習課 (☎32-2118) までお問い合わせください。

# 令和4年度 生涯学習講座ガイド

## 幼 児・少年少女

| 教 室・講座名           | 時期(回数)時間                                    | 場 所            | 対象・定員                      | 内 容・講師名                                                                               | 参加費                    | 申込期限・申込先・☎                             |
|-------------------|---------------------------------------------|----------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|----------------------------------------|
| つやま子ども野外塾         | 5月～7月(日程未定)<br>サマーキャンプ8月(日程未定)              | 中央公民館ほか        | 小学校4年生～<br>6年生<br>50名程度    | 5月から7月にかけて毎月1回キャンプに役立つ技術を身につけ、8月のキャンプに臨みます。                                           | 5月～7月無料<br>8月は7,000円程度 | 4月下旬<br>次世代育成課<br>☎32-2009             |
| 江戸時代の化学書からの再現実験教室 | 8月上旬(予定)<br>10:00～12:00<br>13:30～15:30      | 津山洋学資料館        | 小学校4・5・<br>6年生<br>30名      | 宇田川榕菴『舎密開宗』からの再現で化学実験をします。<br>講師：津山高専・津山高校教師                                          | 無料                     | 7月下旬<br>津山洋学資料館<br>☎23-3324            |
| からだのしくみを学ぼう!      | 8月土曜日いずれか1回(予定)<br>10:00～11:30              | 津山洋学資料館        | 小学校1～6年生<br>15名            | クイズや工作を通じて、人体のしくみやはたらきについて学びます。<br>講師：川崎医科大学現代医学教育博物館職員                               | 無料                     |                                        |
| 児童水泳教室(加茂)        | 7月(全6回)(予定)                                 | 加茂町スポーツセンタープール | 市内在住の小学生1年～3年生(各学年15人程度予定) | 小学生1年～3年生を対象に、水泳を通して水に慣れその楽しさを体験し、あわせて水の安全について理解を深め、水から自分自身を守る能力を高める。<br>講師：スポーツ指導員ほか | 500円(予定)               | 6月上旬(予定)<br>津山市加茂町スポーツセンター<br>☎42-3358 |
| 津山伝統文化茶道教室        | 4月1日～翌1月31日(30回) 毎週日曜日<br>10:30～12:30       | 津山市中央公民館       | 小・中学・高校生<br>19名            | 「文化庁伝統文化親子教室事業」のホームページを閲覧ください。<br>伝統文化茶道を計画的・継続的に体験。                                  | 1回200円                 | 4月上旬～下旬<br>(定員になり次第終了)<br>☎29-2410     |
| 小・中学生茶道教室         | 4月1日～翌1月31日(30回) 毎週土曜日<br>10:30～15:00までの2時間 | 津山市勝北公民館       |                            |                                                                                       |                        |                                        |

## 親 子

| 教 室・講座名          | 時期(回数)時間                                                     | 場 所           | 対象・定員                            | 内 容・講師名                                                     | 参加費                  | 申込期限・申込先・☎                                                    |
|------------------|--------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------|
| 親子でヒンデローペンの作品づくり | 7月30日(予定)                                                    | 津山洋学資料館       | 小学校4・5・6年生の親子<br>10組20名          | オランダの伝統的な絵付けヒンデローペンを体験します。<br>講師：kinukoヒンダローペンスタジオ 永江絹子氏    | 実費<br>(2,000～3,000円) | 7月下旬<br>津山洋学資料館<br>☎23-3324                                   |
| チャレンジクラブ         | (前期)5月～7月(予定)<br>(後期)10月～12月(予定)<br>土曜日(各期8回)<br>10:00～11:30 | 津山総合体育館ほか     | 市内在住の保育園・幼稚園年長と小学1年生の親子 各学年30組程度 | いろいろな運動や遊びを体験することにより基礎体力の向上と親子のふれあいを深めます。<br>講師：津山市スポーツ推進委員 | 親子で<br>4,000円(予定)    | (前期)4月上旬～4月中旬(予定)<br>※後期は未定(9月頃)<br>スポーツ課<br>☎24-0202         |
| ファミスポクラブ         | (前期)6月～7月(予定)<br>(後期)10月～11月(予定)<br>金曜日(各期6回)<br>19:00～20:30 | 久米総合文化運動公園体育館 | 市内在住の小学校1年生～3年生の親子20組程度          | いろいろな運動や遊びを体験することにより基礎体力の向上と親子のふれあいを深めます。<br>講師：津山市スポーツ推進委員 | 親子で<br>2,500円(予定)    | (前期)4月上旬～4月下旬(予定)<br>※後期は未定(9月頃)<br>久米総合文化運動公園体育館<br>☎57-2900 |

☆親子クラブ 子育ての喜びや悩みを分かち合いながら楽しく子育てができるよう、地域ぐるみで子育てを進める自主的なグループです。お気軽にご連絡ください。

| 教 室・講座名      | 時期(回数)時間                         | 場 所      | 対象・定員   | 内 容・講師名                        | 参加費                            | 申込期限・申込先・☎                     |
|--------------|----------------------------------|----------|---------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| 東津山チューリップクラブ | 第2・4月曜日                          | 主に津山東公民館 | 乳幼児と保護者 | 育児、健康、遊びに関すること、仲間作りに関すること。     | 年500円                          | 健康増進課<br>☎32-2069              |
| 西苦田アクティブKids | 第1・3月曜日                          | 主に北園会館   |         |                                | 年500円                          |                                |
| 院庄にこにこクラブ    | 第2月曜日                            | 主に院庄公民館  |         |                                | 無料                             | 健康増進課☎32-2069<br>院庄公民館☎28-0335 |
| 佐良山つくしクラブ    | 第3金曜日                            | 主に佐良山公民館 |         |                                | 無料                             | 健康増進課<br>☎32-2069              |
| 田邑ちびっ子学級     | 月1回～2回                           | 主に田邑公民館  |         |                                | 無料                             |                                |
| 一宮ラッコクラブ     | 月2回程度<br>(主に月曜日)                 | 主に一宮公民館  |         |                                | 半期300円                         |                                |
| 成名なかよしKids   | 月1～2回<br>(主に火曜日)                 | 主に成名公民館  |         |                                | 無料                             |                                |
| 高野元気組        | 第2・4金曜日                          | 主に高野公民館  |         |                                | 無料                             |                                |
| 広野ひまわり市民学級   | 月1回程度(土)(日)(祝)                   | 主に広野公民館  |         |                                | 無料                             | 健康増進課☎32-2069<br>広野公民館☎29-0380 |
| 大崎ゆりかご会      | 月2回(主に水曜日)                       | 主に大崎公民館  | 年500円   | 健康増進課☎32-2069<br>大崎公民館☎26-1420 |                                |                                |
| 河辺ほほえみ会      | 会員数の都合で活動休止中ですが、入会希望者があれば再開予定です。 |          |         |                                | 健康増進課☎32-2069<br>河辺公民館☎26-6512 |                                |

## 一 般

| 教 室・講座名         | 時期(回数)時間                                                    | 場 所                     | 対象・定員                   | 内 容・講師名                                                                            | 参加費        | 申込期限・申込先・☎                                            |
|-----------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------|
| 津山市青年学級         | 原則第4日曜日<br>10:00～12:00                                      | 中央公民館ほか                 | 16歳以上の知的障害の青年とその家族      | 青年・保護者を中心となって、レクリエーション・ものづくりなどの文化活動と一緒に楽しみます。ボランティアもお手伝いします。ボランティア募集中!             | 年会費500円と実費 | 生涯学習課<br>☎32-2118                                     |
| ふれあいグラウンド・ゴルフ教室 | (前期)4月～6月(予定)<br>(後期)9月～11月(予定)<br>水曜日(各期10回)<br>9:30～11:30 | 中央公園グラウンドほか             | 市内在住または通勤している人(定員40人予定) | グラウンドゴルフを通じて心身の向上と明るく楽しい仲間づくりをし、スポーツの生活化、生涯スポーツの普及を図ります。<br>講師：津山市スポーツ推進委員         | 3,000円(予定) | (前期)3月中旬～3月下旬(予定)<br>※後期は未定(8月頃)<br>スポーツ課☎24-0202     |
| にこにこ体カトレーニング教室  | (前期)4月～7月(予定)<br>(後期)9月～12月(予定)<br>金曜日(各期10回)<br>9:30～11:00 | 津山総合体育館                 | 市内在住の人(定員60人予定)         | 基礎的なスポーツ活動を通じて、心身の向上と明るく楽しい仲間づくりをし、スポーツの生活化、生涯スポーツの普及を図ります。<br>講師：津山市スポーツ推進委員      | 3,000円(予定) | (前期)3月中旬～3月下旬(予定)<br>※後期は未定(8月頃)<br>スポーツ課☎24-0202     |
| エンジョイ・ニュースポーツ   | (前期)5月～6月(予定)<br>(後期)10月～11月(予定)<br>木曜日(各期4回)<br>9:30～11:30 | 中央公園グラウンド・津山総合体育館 剣道場ほか | 市内在住(在勤)の人(定員20人予定)     | ニュースポーツのルール説明や簡単なゲームを紹介しながらニュースポーツの普及の促進を図り、生涯スポーツに対する意識向上を促します。<br>講師：津山市スポーツ推進委員 | 1,200円(予定) | (前期)4月上旬～4月中旬(予定)<br>※後期は未定(9月頃)<br>スポーツ課<br>☎24-0202 |

一般

| 教室・講座名               | 時期(回数)時間                                                                | 場 所                                             | 対象・定員              | 内 容・講師名                                                    | 参加費                  | 申込期限・申込先・☎                     |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------|
| 大人のまなびい教室            | 年4回程度                                                                   | 市内各所                                            | 一般<br>30名程度        | 生涯を通じて広く学ぶことの楽しさを再発見します。                                   | 実費徴収<br>(材料代)        | 生涯学習課<br>☎32-2118              |
| 美作学講座                | 年3回程度                                                                   | 美作大学                                            | 一般                 | 津山の郷土史に関連した講座です。                                           | 無料                   |                                |
| 古文書講座「美作の古文書を読む」     | 年9回<br>(5・6・7・9・10・11・1・2・3月)                                           | 津山郷土博物館                                         | 一般40名<br>(予定)      | 美作地域に関する古文書の解説<br>講師：津山郷土博物館職員                             | 1,000円               | 津山郷土博物館<br>☎22-4567<br>随時受付    |
| 文化財めぐり               | 年3回                                                                     | 市内各所ほか                                          | 友の会会員              | 津山市内各所ほかの文化財をめぐるハイキング                                      | 友の会会費<br>年1,000円     |                                |
| 美作考古学談話会             | 年4回<br>(原則7・9・11・1月の土曜日)                                                | 津山弥生の里文化財センターほか                                 | 一般<br>15名          | 美作の遺跡についての話題検討や発掘調査の現地見学などを行います。                           | 年<br>400円            | 随時<br>津山弥生の里文化財センター☎24-8413    |
| 千寿会                  | 毎月第2・4水曜日<br>13:30～15:30                                                | 加茂町公民館                                          | 一般                 | 書道教室<br>講師：平井美代子氏                                          | 実費                   | 随時<br>加茂支所地域振興課<br>☎32-7032    |
| うた声教室                | 毎月第1木曜日                                                                 | 加茂町公民館                                          | 一般                 | コーラス<br>講師：神田裕一氏                                           | 年3,000円              | 随時<br>加茂支所地域振興課<br>☎32-7032    |
| 陶芸教室                 | 毎月第2・4土曜日<br>13:00～                                                     | まなび館                                            | 一般<br>15名程度        | 陶芸の作品づくり<br>講師：圓東秀章氏                                       | 実費                   | 随時<br>加茂支所地域振興課<br>☎32-7032    |
| ヒンデローペン<br>絵付け体験教室   | 7月31日(予定)                                                               | 津山洋学資料館                                         | 一般<br>20名          | オランダの伝統的な絵付けヒンデローペンを体験します。<br>講師：kinukoヒンダローペンスタジオ永江絹子氏    | 実費<br>(2,000～3,000円) | 7月下旬<br>津山洋学資料館<br>☎23-3324    |
| 津山日本語教室              | ①毎週火曜日<br>10:00～11:00<br>②毎週木曜日<br>10:15～11:15<br>③毎週木曜日<br>20:00～21:10 | ①高野公民館<br>②アルネ・津山「さん・さん」<br>③グリーンヒルズ津山リージョンセンター | 津山市もしくは近隣市町村在住の外国人 | 津山にほんごの会(ボランティア)による外国人のための日本語教室<br>(バス旅行、料理パーティなどのイベントもあり) | 200円                 | 地域づくり推進室もしくはは直接教室に<br>☎32-2032 |
| 津山文化教室 日本画           | 毎月第2・4土曜日<br>10:00～12:00                                                | 津山市総合福祉会館                                       | 一般<br>20名          | 日本画講座<br>講師：矢野律 氏                                          | 月3,000円              | 文化課<br>(定員に次り次第締切)<br>☎32-2121 |
| 津山文化教室 書道            | 毎月第2・4土曜日<br>10:00～12:00                                                | 美作教育会館                                          | 一般<br>15名          | 書道講座<br>講師：阿形雅山 氏                                          | 月2,000円              |                                |
| 勝北シルバー大学             | 年間8回開催                                                                  | 勝北文化センター                                        | 勝北地域在住の概ね65歳以上の方   | 学生の希望に応じて文化・歴史・健康・交通安全など、様々な分野の研修を行っている。                   | 年2,000円              | 第1回講座(5月)まで<br>勝北シルバー大学事務局     |
| 格致大学                 | 年間8回開催                                                                  | 久米公民館など                                         | 久米地域在住の概ね60歳以上の方   | 現代社会に対応するため、様々な分野の学習会を行っている。                               | 年800円                | 4月上旬<br>格致大学事務局                |
| まなびカフェ 小中学校<br>校学び直し | 週1回                                                                     | 津山市総合福祉会館など                                     | 20歳未満              | 小中学校の国語算数の学び直し、文字の読み書き                                     | 無料                   | 随時<br>青少年育成センター<br>☎32-2120    |

☆**児童館** 子どもなら誰でも利用できる遊び場です！

○中央児童館 ☎22-2099

| 教室・講座名           | 活動日程                            | 活動内容                                          |
|------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------|
| 児童館子育てクラブ「すくすく会」 | 週1回<br>(水・金いずれか)<br>10:30～11:30 | 遊びを通して親子で交流や親睦、研修活動を行います。<br>年会費1,000円保険料別途必要 |
| 親子で遊ぼう           | 毎月第3日曜の翌月曜日                     | 親子で歌ったり体を動かして楽しく遊びます。                         |
| お話タイム            | 毎月第2水曜日、第4金曜日<br>13:00～13:30    | 絵本や紙芝居、パネルシアターを見たり、折紙を折ったりします。                |
| 赤ちゃん広場           | 毎月第2木曜日<br>11:00～11:30          | ゆったりとした雰囲気親子遊びを楽しめます。                         |

○南児童館 ☎24-4400

| 教室・講座名             | 活動日程                            | 活動内容                                           |
|--------------------|---------------------------------|------------------------------------------------|
| 児童館子育てクラブ「ワイワイクラブ」 | 週1回<br>(火・木いずれか)<br>10:30～11:30 | 遊びを通して親子で交流や親睦、研修活動を行います。<br>年会費1,000円保険料別途必要。 |
| 赤ちゃんあそぼ！           | 毎月第2水曜日<br>10:30～11:30          | ゆったりとした雰囲気親子遊びを楽しめます。                          |
| 絵本タイム              | 毎月第1木曜日、第3火曜日<br>13:15～13:45    | 絵本や紙芝居を見たり簡単な折紙または工作をします。                      |

○加茂児童館 ☎42-3168

| 教室・講座名                | 活動日程                                                 | 活動内容                                           |
|-----------------------|------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| 児童館子育てクラブ「グーチョキパークラブ」 | 週1回<br>(水・金いずれか)<br>10:30～11:30                      | 遊びを通して親子で交流や親睦、研修活動を行います。<br>年会費1,000円保険料別途必要。 |
| お話タイム                 | 毎月2回<br>第1金曜日<br>13:15～13:45<br>第4日曜日<br>10:45～11:00 | 絵本や紙芝居の読み聞かせ、折紙や簡単な工作。                         |

○阿波児童館 ☎46-2076

| 教室・講座名  | 活動日程   | 活動内容                  |
|---------|--------|-----------------------|
| わくわくタイム | 月1回 随時 | 季節の遊びや簡単な手芸工作などを行います。 |

| 教室・講座名     | 活動日程                     | 活動内容                      |
|------------|--------------------------|---------------------------|
| 七夕お話の会     | 7月7日(木)<br>11:00～11:30   | 七夕の由来を知るなど伝承行事を楽しめます。     |
| クリスマスお話の会  | 12月10日(土)<br>13:30～14:30 | クリスマスのお話を聞くなどしてみんなで楽しめます。 |
| とんど        | 1月14日(土)<br>14:00～15:00  | お飾りや書き初めを燃やし、とんどをします。     |
| 豆まきお話の会    | 2月2日(木)<br>11:00～11:30   | 節分の由来を知るなど伝承行事を楽しめます。     |
| スプリングコンサート | 3月11日(土)<br>13:30～14:00  | 内容未定                      |

| 教室・講座名   | 活動日程                                      | 活動内容                           |
|----------|-------------------------------------------|--------------------------------|
| ぺったん！の日  | 毎月第3日曜の翌月曜日<br>10:30～12:00<br>13:00～14:00 | 手型足型をスタンピングして子どもの成長記録を自由に作ります。 |
| いっぱいあそぼ♪ | 毎月第3水曜日<br>10:30～11:30                    | 親子でいっぱい遊びます。                   |

| 教室・講座名                                                         | 活動日程                                           | 活動内容                |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------|
| エアーマット・デー<br>※現在、感染症対策のため休止しております。再開時には、館だより、ホームページにてお知らせ致します。 | 毎月2回 第1土曜日、第4日曜日<br>11:00～11:30<br>14:00～14:30 | 遊戯室にエアーマットを出して遊びます。 |
| 手型・足型アート                                                       | 毎月1回 第3日曜の翌月曜日<br>10:30～12:00                  | お子さんの手型足型を作品にします。   |

| 教室・講座名 | 活動日程  | 活動内容             |
|--------|-------|------------------|
| ふれあいデー | 月1回程度 | 地域の方と交流しながら遊びます。 |



☆津山総合福祉会館（津山市社会福祉協議会） ☎23-5130

| 講 座 名 | 時期(回数)時間                            | 内 容                                                                |
|-------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| ホームヨガ | 毎週金曜日<br>10:30～12:00<br>12:50～14:20 | 「ゆったりと自然に微笑んで」美容と健康のためのヨガ3ヶ月11回11,000円（無料体験有）<br>高橋 ☎090-8241-9075 |
| 点字講座  | 10月～12月<br>(8回)                     | 視覚障害者支援のための点字技術訓練<br>講師：津山点字グループ(キタキの会)<br>全8回1,000円               |
| 朗読講座  | 10月～12月<br>(8回)                     | 視覚障害者支援のための朗読技術訓練<br>講師：元RSKアナウンサー 森くにえ<br>全8回2,000円               |

| 講 座 名                         | 時期(回数)時間        | 内 容                                                                         |
|-------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 文字通訳養成講座<br>(要約筆記奉仕員<br>養成講座) | 5月～10月<br>(18回) | 聴覚障害者支援のための知識と技術習得、(文字による通訳)、要約筆記ボランティア養成講座。<br>講師：津山要約筆記サークル<br>全18回5,000円 |
| 手話奉仕員養成講座<br>(基礎課程)           | 5月～12月<br>(28回) | 聴覚障害者支援のための手話ボランティア養成講座<br>講師：岡山県聴覚障害者福祉協会<br>美作支部 全28回4,000円               |

☆さら楽（津山老人福祉センター） ☎28-1781

| 講 座 名            | 時期(回数)時間                 | 内 容                                       |
|------------------|--------------------------|-------------------------------------------|
| ふるさと歴史見学会<br>第1班 | 年8回第2水曜日<br>9:00～12:00   | 美作の神々（神社めぐり）<br>年5,000円、実費、<br>傷害保険、交通費   |
| ふるさと歴史見学会<br>第2班 | 年6回第4水曜日<br>8:30～12:00   | 美作の大庄屋（菩提寺めぐり）<br>年4,000円、実費、<br>傷害保険、交通費 |
| 療法ヨガ講座           | 毎月第1・3土曜日<br>10:00～11:30 | 講義と実習<br>講師：川島和子<br>1回750円                |
| 保存食伝承講座          | 隔月第4木曜日<br>9:00～12:00    | 保存食をみんなで作って楽しむ<br>6か月1,500円実費             |
| パソコン講座           | 毎月第1・3土曜日<br>13:00～15:00 | 講義と実習<br>講師：井上高志<br>1回1,000円              |
| 演歌教室             | 毎月第2・4火曜日<br>9:30～15:00  | 歌唱指導講師：朝田秀亮<br>月600円                      |
| 書道講座             | 毎月第1・3土曜日<br>9:30～11:30  | 講義と実習<br>講師：安田申南<br>月500円教材費              |

| 講 座 名      | 時期(回数)時間                 | 内 容                                    |
|------------|--------------------------|----------------------------------------|
| 将棋同好会      | 毎週木曜日<br>9:30～14:30      | 相互対局と研究<br>実習費程度                       |
| 木彫同好会      | 毎週土曜日<br>9:00～11:00      | 講義と実習<br>月1,000円教材費                    |
| 陶芸講座       | 毎週木曜日<br>9:30～12:00      | 実習<br>月2,000円                          |
| 華道(嵯峨御流)講座 | 毎月第1・3火曜日<br>9:30～11:30  | 講義と実習<br>講師：西本千代甫<br>月1,000円教材費        |
| 御殿まり講座     | 毎月第2・4金曜日<br>10:00～14:00 | 講義と実習<br>教材費                           |
| ソーイング同好会   | 毎月第2・4火曜日<br>9:30～11:30  | 講義と実習<br>3ヶ月3,000円                     |
| スケッチ講座     | 毎月第2・4金曜日<br>13:30～15:30 | 定員10人 1回1,000円<br>静物等のスケッチ<br>講師：下山中先生 |

☆津山ふれあいサロン ☎24-3600

| 講 座 名               | 時期(回数)時間                              | 内 容                                                        |
|---------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| 高齢者パソコン教室<br>(初級部)  | 毎月第4週<br>水・木・金曜日<br>9:30～12:00        | 初心者向けパソコン教室、<br>主に文章入力、簡単な案内状・チラシ・年賀状作成。<br>月謝2,000円お飲み物代  |
| 高齢者パソコン教室<br>(研修部)  | 毎月第2・3週<br>月曜日<br>13:30～16:00         | 初心者向けパソコン教室、<br>写真や画像の編集、案内状・チラシ・年賀状作成。<br>月謝2,000円お飲み物代   |
| 松翠書院                | 第1・3週月曜日<br>9:30～11:30<br>18:00～20:00 | 子どもから大人までの書道教室。<br>有料制                                     |
| 手づくりの会              | 第1・3週月曜日<br>9:30～12:30                | 洋服や小物の手づくり教室。<br>お茶代                                       |
| 生命の貯蓄体操<br>桶屋町教室    | 毎週木曜日<br>18:45～20:45                  | 健康づくり体操。<br>有料制                                            |
| 楽描きルーム              | 第2・4週 木曜日<br>13:30～16:00              | はがき絵の教室。初心者も大歓迎。<br>お茶代                                    |
| 緑風会                 | 毎週木曜日<br>12:00～16:00                  | 謡曲の練習・発表                                                   |
| アリコベール・ビ<br>リヤード同好会 | 毎週木曜日<br>9:00～16:00                   | 老化防止と仲間との交流を目的とする。女性も多く、初心者も大歓迎。午前と午後どちらに参加してもよい。年会費3,000円 |
| サキクサ短歌会             | 第1週木曜日<br>9:30～12:00                  | 初心者からベテランまでの短歌教室。                                          |
| 碁楽会                 | 毎週金曜日<br>13:00～18:00                  | 囲碁の研鑽。                                                     |

| 講 座 名               | 時期(回数)時間                 | 内 容                                                        |
|---------------------|--------------------------|------------------------------------------------------------|
| 川柳を楽しむ会             | 第2週水曜日<br>13:00～16:00    | 川柳の作句と鑑賞<br>初心者大歓迎                                         |
| ちりめんサークル            | 第2・4週土曜日<br>13:00～16:00  | 仲間と楽しく手芸をしています。<br>見学OK                                    |
| リフォーム教室             | 第2・4週月曜日<br>9:00～12:00   | 洋服のリフォーム教室<br>お茶代                                          |
| 喜謡会                 | 第1・3週水曜日<br>10:00～12:00  | 謡曲の練習・発表                                                   |
| 春栄会                 | 第2・3・4週木曜日<br>9:30～11:30 | 謡曲の練習・発表                                                   |
| 花月会                 | 毎週水曜日<br>10:00～12:30     | 謡曲の練習・発表                                                   |
| 水謡会                 | 第1・3週水曜日<br>13:00～16:00  | 謡曲の練習・発表                                                   |
| 音楽特化型デイサ<br>ロン スマイル | 第1・3週金曜日<br>13:00～14:00  | 音楽と一緒に楽しく脳トレ！ちょこっとしたこと笑顔に花が咲きます！一緒にチャレンジしてみませんか？<br>1回500円 |
| あけぼの短歌会             | 第3週月曜日<br>13:00～16:00    | 短歌の教室<br>なごやかに3時間と一緒に楽しみましょう。                              |
| 雅舟教室                | 毎月3回金曜日<br>10:00～12:00   | 仲間と趣味で習字を学んでいる。                                            |

ここに載っている講座以外にも、  
図書館や津山高専、美作大学など  
で様々な講座を開催しています。  
毎月の広報や各団体のHPなどを  
ご覧ください。

