

令和5年度

## 教室・同好会等

## 会員募集

～お申し込み～

各教室・同好会への入会は随時受け付けています。

見学や体験も歓迎です。

各教室・同好会に関するお問い合わせは、代表者か岸本公民館までお願いします。

生涯学習のマスコット マナビー



### フラダンス教室

現代フラ(アウアナ)は波間を漂うという意味で、癒しのハワイアン音楽にあわせてゆったり踊るので幅広い年代の方が楽しめます。近年、フラは健康・美容への効果があるとしてとても人気です。

活動日 毎週日曜日  
時間 10:00～11:00  
場所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 月2,000円  
指導者 谷川 啓子先生  
代表者 別所 紀子(68-3760)

### 楽しく学ぼう英会話 & ボイストレーニング

子どもから大人まで誰でも楽しく学べるやさしい英会話と英会話のためのボイストレーニング教室。

活動日 毎月第4日曜日(変更の場合あり)  
時間 15:30～16:30  
場所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 1回 大人1,000円 小人500円  
指導者 Abel Ryu、小徳 浩子先生  
連絡先 小徳 浩子(090-7130-6251)

### お花のおけいこの会

みんなで楽しくお花をいけています。  
初心者大歓迎。

活動日 毎月1回日曜日(不定期)  
時間 15:00～17:00  
場所 岸本公民館 第1会議室  
受講料等 月1,400円、材料費実費  
指導者 内田 暁子先生  
代表者 足立 光子(68-2048)

### 伯耆バフルス

毎週木・土曜日20時からバスケットボールの練習をしています。中学・高校生もスキルアップしたい方はぜひ参加してください。

活動日 毎週木・土曜日  
時間 20:00～22:00  
場所 町民岸本体育館  
受講料等 無料、保険代別途  
代表者 守屋 翔太(080-3053-5534)

### 和太鼓きっず～KORAKU～

身体をいっぱい使って、あの大きな音を鳴らしてみませんか？ 身体能力・リズム感・表現力・コミュニケーション能力…様々な能力アップにつながる和太鼓教室は各地で大人気。お稽古事の一つとして始めてみませんか？

活動日 毎週金曜日  
時間 19:00～20:00  
場所 農村環境改善センター  
受講料等 月4,000円、入会金、保険料など  
指導者 高森 佐千代先生(和楽衣箱 主宰)  
代表者 高森 勲(090-9669-3339)

### 伯耆レジャー サッカーコミュニティクラブ

子どもから大人まで参加できるサッカーコミュニティ。毎週金曜はサッカーまたはフットサル、月・水・土はジュニアサッカースクールを行います。

活動日 毎週月、水、金、土曜日  
時間 18:30～20:00  
場所 町民岸本グラウンド、町民岸本体育館  
受講料等 年10,800円、別途有  
指導者 岡田 大輔先生  
代表者 岡田 大輔(0859-57-7177)

## 子ども習字教室

半紙を前に座り、墨の香りを一瞬でも感じる時間を大切に…。硬筆、書写を中心に基本を大切に丁寧に楽しく指導していきます。(十級より級・段を取得します。)

活動日 毎週火曜日、金曜日  
時間 14:30~18:00  
場所 岸本公民館 中会議室  
受講料等 月3,500円  
指導者 仲田 旭豊先生  
代表者 仲田 旭豊(090-2861-1373)

## 囲碁同好会

初級者から高段者まで、幅広い層で囲碁を楽しんでいます。囲碁に興味のある方は、是非一度お立ち寄り下さい。

活動日 毎週水曜日  
時間 10:00~17:00  
場所 岸本老人福祉センター 2階和室  
受講料等 無料  
代表者 後藤 宣治(68-2108)

## ヨガ倶楽部

ゆったりとした呼吸と、どなたでもできるやさしいポーズで無理なく体を動かします。心と体をリラックスさせましょう。

活動日 毎週土曜日  
時間 18:00~19:45  
場所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 月3,000円  
指導者 楠田 流美子先生  
代表者 原 美恵(57-5692)

## ヨガ同好会

呼吸を基本にした簡単な体操で、関節と内臓を正常にし、血流を良くして活動的な身体を作ります。肩こり、腰痛、不眠等に効果があります。

活動日 毎週木曜日  
時間 18:00~20:00  
場所 岸本公民館 和室  
受講料等 月5,000円  
指導者 松山 定次先生、高虫 賢治先生  
代表者 藤本 政子(68-3152)

## リラックスヨーガ

ゆったりとした呼吸と、どなたでも出来るやさしいポーズで無理なく体を動かします。心と体をリラックスさせましょう。

活動日 毎週火曜日  
時間 9:30~12:00  
場所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 月3,000円  
指導者 楠田 流美子先生  
代表者 廣吉 真智子(68-4512)

## 伯耆オカリナフレンズ

オカリナの素朴で奥の深い音色を楽しみましょう。簡単な曲から広大な自然を想わせるアンサンブルまで一緒に吹きましょう。

活動日 毎月第2・4月曜日  
時間 13:00~15:00  
場所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 無料  
指導者 有田 博美先生  
代表者 有田 博美(080-2880-0411)



## コーカラ健康塾

認知症予防を目的とした頭、身体の体操をベースにした楽しい集いです。忘れがちな笑いでストレスを発散する事で会員のほとんどの方が健康で元気です。

活動日 毎週水曜日  
時間 10:00~12:00  
場所 岸本公民館 大会議室  
参加費 1回800円  
指導者 NPO法人 コーカラ健康塾  
世話人 松岡修二(090-1353-6362)

## 英会話教室

ALTの先生はアメリカハワイ州から来られました。日本語や英語を使ってみんなで楽しくコミュニケーションしましょう。(先生の奥様も一緒に交流しています)お気軽にご参加ください。

活動日 毎週水曜日  
時間 19:00~21:00  
場所 岸本公民館 中会議室  
受講料等 無料  
指導者 岸本中学校ALTの先生  
代表者 森藤 明子(080-5244-0552)

## 森と泉の里合唱団

三密を避け、事前の体調チェック、マスク着用、会場の消毒など感染予防策をとりながら、練習に臨んでいます。早くコロナ禍がおさまり、思いきり歌えますように。

活動日 毎週木曜日  
時間 19:30~21:30  
場所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 月500円、楽譜代、コピー代ほか  
指導者 足立 あつ子先生  
代表者 角谷 美貴(68-2035)

## カラオケ教室

毎週楽しい雰囲気の中で歌っています。懐メロや新曲を歌い声を出すことは健康に最高です。皆様も気軽にご参加ください。

活動日 毎週木曜日  
時間 9:00~15:30  
場所 岸本老人福祉センター 2階和室  
会費 年2,000円  
代表者 勝部 順治(68-3073)

## お箏教室

どなたでもいろいろな曲が弾けます。合奏すればますます楽しくなります。事前の用意は一切不要です。

活動日 毎月第2・4水曜日(不定期)  
時間 13:00~17:00(1人30分程度)  
場所 岸本公民館 和室・調理研修室  
受講料等 大人 月2,000円 子供 月1,000円  
指導者 杉谷 浩子先生  
連絡先 杉谷 浩子(53-4878)

## 大正琴 琴修会 岸本教室

童謡から懐メロ、新しい曲といろいろ弾いて楽しめます。初心者大歓迎!一緒に演奏しましょう。

活動日 毎月第1・3木曜日  
時間 13:00~14:30  
場所 岸本公民館 中会議室  
受講料等 月3,850円、年会費、入会金  
指導者 梅田 美恵子先生  
代表者 田村 由美子(68-4554)

## 手作り教室

季節、季節その時の作品を作ります。2カ月に1回第3木曜日です。楽しい雰囲気でご過ごしています。

活動日 偶数月第3木曜日(2,4,6,8,10,12月)  
時間 13:30~15:30  
場所 岸本公民館 第1会議室  
受講料 1回300円 材料代 1,000円  
指導者 松尾 光荣先生  
代表者 山浦 和江(39-8360)

## 岸本公民館 陶芸教室

「楽しく作品づくり」をモットーにしております。初心者の方でも、すぐに自分だけの作品が作れます。

活動日 毎月第3月・火・水曜日  
時間 9:30~16:00  
場所 岸本公民館 陶芸棟  
受講料等 年2,000円、材料代実費  
代表者 松本 俊明(68-5945)

## パッチワーク同好会

指導者はいませんが会員各自で  
作りたい作品を楽しく作っています。

活動日 毎月第1・3火曜日  
時 間 9:00~11:30  
場 所 岸本公民館 調理・研修室  
受講料等 無料  
代表者 金谷 和子(68-2898)

## アロマ教室

毎回さまざまな材料を使ってアロマクラ  
フトを作ります。楽しく作りながら、アロマ  
セラピーの基本的な事を学びます。

活動日 不定期  
時 間  
場 所 岸本公民館 調理・研修室  
受講料等 材料費による  
指導者 遠藤 貴子先生  
連絡先 遠藤 貴子(090-8241-9767)

## いけばな同好会

みんなで楽しく「いけばな」をしてみませ  
んか？初心者歓迎！お気軽にご参加くださ  
い！

活動日 毎月第3金曜日  
時 間 14:00~17:00  
場 所 岸本公民館 調理・研修室  
受講料等 月1,000円、材料費実費  
指導者 落合 信子先生  
連絡先 落合 信子(68-3795)

## niko yoga

心身共に健康に。

活動日 毎週金曜日  
時 間 9:30~11:00  
場 所 岸本公民館 大会議室  
受講料等 月5,000円  
指導者 新田 恵美子先生  
連絡先 新田 恵美子(090-3638-2399)

## 茶道教室(裏千家)

茶の湯を通じて、四季折々のお茶席を楽  
しみたいと思います。是非ご一緒に。

活動日 毎週木曜日(月4~5回)  
時 間 第1,3木曜日9:00~12:00  
第2,4木曜日13:00~17:00  
場 所 岸本公民館 和室  
受講料等 月2,000円、行事の際実費負担  
指導者 森脇 宗恵先生  
代表者 渡辺 須賀子(57-2113)

## フォトクラブきしもと

カメラを通して、自然の美しさ、人々の生  
活の素晴らしさを発見！一緒に写真を楽  
しみましょう。初心者大歓迎！

活動日 毎月第2水曜日(8・1・2月休み)  
時 間 19:00~20:00  
場 所 岸本公民館 第1会議室  
受講料等 無料  
代表者 安養寺 亨(090-9069-2854)

### 【岸本図書館事業】

## 岸本あたまイキイキ音読教室

音読は脳の活性化にとってもよいと言われ  
ています。昔話や詩を朗読したり、童謡を  
歌ったりして楽しみます。

【開催日】 毎月第4水曜日  
【時 間】 10:30~11:30  
【場 所】 岸本公民館 中会議室  
【参加費】 無料  
【お問合せ】 岸本図書館(68-3605)

### 【お問合せ先】

## 伯耆町立岸本公民館

〒689-4133 伯耆町吉長49番地  
Tel 0859-68-3617  
Fax 0859-39-8017  
E-mail  
kishimotokoumin@houki-town.jp