



たてやま町民カレッジ 2024受講生募集！

町では、町民の皆さんが充実した日々を過ごせるよう、様々な教室を開いています。
町内に在住または在勤の方は、どなたでも受講できます。

リラックスヨガ教室

30名

ポーズとともにゆっくりと呼吸をして心も体もリラックス。

時 6/4、6/11、6/18、6/25、7/2、7/9、7/16、7/23、7/30、8/6
15時 15分～16時 ※火曜日

所町武道館

持ヨガマット(バスタオル)、飲み物

講大井 紀子(ヨガインストラクター)

やさしい太極拳、気功講座

20名

伝統武術をつかった、身体と心の健康法です。

時 6/15、6/22、6/29、7/6、7/13、7/20、7/27、8/3、8/10、8/17
10時～11時半 ※土曜日

所町武道館

持滑り止め靴下、タオル、飲み物

講池田 美保子

(日本武術太極拳連盟 A級指導員 4段)

撮影して学ぶ写真講座

12名

楽しく撮影技術を磨ける講座です。

時 6/23、7/14、7/28、8/25、9/8、9/22、10/13、10/27、11/3
13時半～16時 ※日曜日

所町元気交流ステーション(奇数回)

撮影実習：参加者の希望する撮影場所(偶数回)

持カメラ、筆記用具

講中村 高志(日本写真協会正会員)

毛筆の楽しみ方

10名

楷書や行書、かななど自分の得意分野を見つけて作品にしてみませんか。

時 6/5、7/3、8/7、9/4、10/9、11/6、12/4

9時半～11時半 ※水曜日

所町勤労青少年ホーム

持小筆、墨汁、書道用下敷、文鎮、半紙

講喜多埜 草萌

(日本北陸書道院常任理事)

オカリナ入門教室

10名

オカリナの指使いなど基礎から学び、数曲吹けるようになることを目指します。

時 6/20、7/4、7/18、8/1、8/22、9/19、10/3、10/17 10時～11時半 ※木曜日

所町元気交流ステーション

持筆記用具、(お持ちの方)オカリナ AC普

講柴田 明子

(ライリッシュオカリナ連盟富山支部)

費 1,650円(楽譜代など)

からだポカポカ体操(秋冬)

30名

たたみの上で、リズム体操。全身をほぐし、ストレッチで整えます。

時 10/1、10/8、10/15、10/22、10/29、11/5、11/12、11/19、11/26、12/3

15時 15分～16時 ※火曜日

所町武道館

持ヨガマット(バスタオル)、飲み物

講大井 紀子(ヨガインストラクター)

越中八尾おわら踊り

10名

風の盆で輪踊りに参加できるようになりましょう。

時 6/13、6/27、7/11、7/25、8/8、8/22

14時～15時 ※木曜日

所町武道館

持足袋

講北川 由美子

(越中八尾おわら道場 女踊り師範)

菊作り教室

20名

簡単なドーム菊から観賞用大菊の作り方まで。

時 5/30、6/13、6/27、8/22、9/19、10/17、10/28

19時半～21時 ※木曜日または月曜日

所町元気交流ステーション

持筆記用具

講實田 昭男(全日本菊花連盟公認指導員)

費教材費 500円(初回集金)

はじめてのパン作り

10名

フォカッチャ、塩パン、オニオンハムロール、ベーコンエビ、はちみつくるみパン、編みパン。

時 6/27、7/25、8/29、9/26、10/17、11/28 18時半～21時 ※木曜日

所町元気交流ステーション 調理室

持エプロン、手ふきタオル

講岩田 緑(パン教室 リヒト)

費 18,000円(初回集金)

お腹と骨盤体操教室

15名

運動不足やお腹まわりの筋力不足を改善。

時 6/5、6/12、6/19、6/26、7/3、7/10、7/17、7/24

13時～14時 ※水曜日

所町勤労青少年ホーム

持ヨガマット(バスタオル)、飲み物

講海老 美奈子(ヨガ療法士)

フラワーアレンジメント教室

9名

季節の花と緑のある暮らしを楽しみましょう。

時 6/19、7/17、8/21、9/25、10/23、11/20 10時～11時半 ※水曜日

所町元気交流ステーション

持はさみ(花用)、タオル、筆記用具

講尾谷 直美(1級フラワー装飾技能士)

費 4,000円/回

(3回分ずつ6月・8月に集金)

ビーズ手芸講座

7名

ビーズ手芸を一緒に楽しみましょう。

時 6/9、7/14、9/8、10/13、11/3、12/8

10時半～12時半 ※日曜日

所町元気交流ステーション

持手芸用はさみ、ビーズマット、針、糸など

講常川 俊子

費 1作品につき 2,000円程度

季節の食の手作り教室

20名

季節ごとの保存食や常備菜など、作ることの楽しさをお伝えします。

時 6/21(梅干し)、9/6(常備菜)、11/22(キムチ)、12/13(味噌)

10時～12時 ※金曜日

所町元気交流ステーション 調理室

持エプロン、材料費

講浅野 恭子(手作り工房 風の薫り)

費 3,500円/1回

申し込み方法(①または②)

たてやま町民カレッジ 申し込み

検索

①オンライン申し込み

②受講申込書を教育課へ提出(受付 8時半～17時15分)

※申込書は、教育課生涯学習係窓口または郵送にて取得できます。

申込書が必要な方は、お問い合わせください。

※定員を超える場合は抽選となります。

※定員に満たない場合は、開講後も随時お申し込みいただけます。



申し込みフォーム

申込期間

受講料

※受講決定後、納付書にて支払い

1講座につき 300円(参加負担金・保険料を含む)

※別途教材費がかかるものは、受講の際に直接講師にお支払いください。

5月7日(火)

～5月21日(火)