

2026年 前期 カルチャー日程表

2026/6/17 発行

生きがいづくり講座		曜日	時間	時間	4月		5月		6月		7月		8月		9月	
鈴木 信志	火	マンダリン	18:00 ~ 20:00		14	28	12	26	9	23	14	28	11	25	8	22
	月	ハーモニカ(初級)	13:30 ~ 15:30	6	20	4	18	1	15	6	20	3	17	7	21	
	金	ハーモニカ(初級)	18:30 ~ 20:30	3	17	1	15	5	19	3	17	7	21	4	18	
表島 久美子	月	しあわせ朗読サロン	19:00 ~ 20:00	6	20	4	18	1	15	6	13	20	3	17	7	21
溝口 ヨシ子	火	いけ花(小原流)	10:30 ~ 12:00		14	28	12	26	9	23	14	28	4	18	8	29
柿本 浩美	木	言道講座	13:00 ~ 15:00	9	23	14	28	11	18	25	9	23	13	27	10	24
丸山 久美子	木	絵画	13:30 ~ 15:30	2	16	7	21	4	18	2	16	6	20	3	17	
川野 美代子	木	いけ花(池坊)	18:30 ~ 20:00	9	23	14	28	11	25	9	23	13	27	10	24	
森田 美智子	木	手編み	14:00 ~ 18:00	9	23	14	28	11	25	9	23	13	27	10	24	
杉山 ロウエナ	木	日常英会話(初級)	19:00 ~ 20:00	9	16	23	7	14	21	4	11	18	25	2	9	16
		ビジネス英会話	20:00 ~ 21:00	9	16	23	7	14	21	4	11	18	25	2	9	16
	金	英会話(中級)	19:30 ~ 20:30	10	17	24	8	15	22	5	12	19	26	3	10	17
小澤 尚子	金	つまみ細工	13:00 ~ 15:00	10	24	8	22	12	26	10	17	14	28	11	25	
松永 泰子	金	50代から80代までの シニア音楽教室(初級)	9:00 ~ 10:00	3	17	1	15	5	19	3	17	7	28	4	18	
	金	50代から80代までの シニア音楽教室	10:10 ~ 11:10	3	17	1	15	5	19	3	17	7	28	4	18	
川上 愛子	水	ロマン琴(大正琴)で 楽しく学ぶ音楽教室	12:00 ~ 16:30	8	22	13	27	10	24	8	22	12	26	9	30	
蔵谷 久美子	月	脳トレピアノ®	10:00 ~ 11:00 11:00 ~ 12:00	6	20	11	18	1	15	6	13	3	17	7		
	木	脳トレピアノ®	10:00 ~ 11:00 11:00 ~ 12:00	9	23	14	28	11	25	9	23	27	10	24		
	木	脳トレピアノ®	13:00 ~ 14:00	9	23	14	28	11	25	9	23	27	10	24		
中野 満里子 谷永 佐代子	木	前結び着付け教室	18:00 ~ 20:00	4	18	7	21	4	18	2	16	6	20	3	17	

健康づくり講座		曜日	時間	時間	4月		5月		6月		7月		8月		9月									
郷 明子	金	呼吸とMOVE YOGA	18:30 ~ 19:30		24	8	22	12	26	10	14	28	11	25										
	金	アロマ リラックス ヨガ	18:30 ~ 19:30	3	17	1	15	5	19	3	7	21	18											
田邊 真吾	月	からだ硬い人のためのはじめてヨガ	10:45 ~ 11:45	13	27	11	25	8	22	13	27	10	24	14	28									
	金	からだパー®&トランポリン	20:00 ~ 21:15	10	24	8	22	12	26	10	24	14	28	11	25									
園田 知子	月	子どもフィットネス(基礎トレーニング)	18:00 ~ 19:00	13	20	27	11	18	25	8	15	22	6	13	27	17	24	31	7	14	28			
	月	健康ヨーガ	19:10 ~ 20:30	13	20	27	11	18	25	8	15	22	6	13	27	17	24	31	7	14	28			
		はじめての健康ヨーガ	20:30 ~ 21:50	13	20	27	11	18	25	8	15	22	6	13	27	17	24	31	7	14	28			
	火	健康ヨーガ	10:30 ~ 12:00	⑦	14	21	28	12	19	26	2	16	23	30	14	21	28	4	18	25	1	8	15	29
園田 知子	火	楽トレエクササイズ	15:30 ~ 16:50	⑦	14	21	28	12	19	26	2	16	23	30	14	21	28	4	18	25	1	8	15	29
	火	楽トレエクササイズ	20:00 ~ 21:10	⑦	14	21	28	12	19	26	2	16	23	30	14	21	28	4	18	25	1	8	15	29
園田 知子	木	かんたんヨーガ	10:30 ~ 12:00	9	16	23	7	14	28	4	11	25	2	9	16	23	6	20	27	3	10	17	24	
	土	親子フィットネス&ダンス	18:00 ~ 20:00	11	18	25	9	16	23	13	20	27	4	11	18	8	29	5	12	19	26			
	土	子どもフィットネス(スキルアップクラス)	20:30 ~ 21:30	11	18	25	9	16	23	13	20	27	4	11	18	8	29	5	12	19	26			
	日	はじめての健康ヨーガ	18:00 ~ 19:30	12	19	26	10	17	31	7	14	28	5	12	19	9	16	23	6	13	27			
園田 知子	日	健康ヨーガ	19:40 ~ 21:10	12	19	26	10	17	31	7	14	28	5	12	19	9	16	23	6	13	27			
	土	「動きは脳を養える」神経系ポディワーク	16:00 ~ 17:00		18	25	9	23	13	27	11	25	8	5	12	26								
江藤 律子	木	健康太極拳・鞭杆	9:30 ~ 11:30	2	9	16	14	21	28	4	11	18	2	9	16	6	20	27	3	10	17			
有村 春奈	木	キッズクラスHIPHOP	18:00 ~ 19:00	9	16	23	30	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	27	3	10	17
	木	ジュニアクラスHIPHOP	19:00 ~ 20:00	9	16	23	30	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	27	3	10	17
	木	大人クラスHIPHOP	20:00 ~ 21:00	9	16	23	30	14	21	28	4	11	18	25	2	9	16	23	30	6	27	3	10	17
平野 有香	火	大人バレエストレッチクラス	14:00 ~ 14:45	7	14	21	28	12	19	26	2	9	16	23	7	14	21	28	4	18	25	8	15	
	土	キッズバレエクラス	13:15 ~ 14:15	⑧	11	18	25	9	16	30	13	20	27	4	11	18	25	1	8	29	5	12	19	26
	土	ジュニアバレエクラス	14:30 ~ 15:30	⑧	11	18	25	9	16	30	13	20	27	4	11	18	25	1	8	29	5	12	19	26

やさしいパソコン教室		曜日	時間	時間	4月		5月		6月		7月		8月		9月			
碓塚 淳子	火	パソコン入門・活用	10:00 ~ 12:00	⑦	14	21	12	19	26	2	9	16	23	7	14	21		
	火	脳トレパソコン講座	13:30 ~ 15:30	⑦	14	21	12	19	26	9	16	23	7	14	21	28		
	木	パソコン活用	13:30 ~ 15:30	9	16	23	7	14	21	4	11	18	2	9	16	6	20	27
	土	スマホ&タブレット入門	13:30 ~ 15:00	④	11	18	16	23	13	4	11	18	8	29	12	26		

講師名	曜日	講座名	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月									
谷口 尚照	土	挑戦！自分の運命を知る四柱推命基礎講座	10:30 ~ 12:00		25	23	27	25	29	26								
平塚 辰博	火	FPを学び資産運用にトライ ※5名以上登録で開講。初回が説明会	18:30 ~ 20:00	14	21	26	9	16	23	7	14	28	4	18	25	1	8	29

*受講者数が少ない場合、開講しないこともあります。

※○印は後期振替分開講 ※日程は変更になる場合があります。ご了承ください。