

令和7年度 中央公民館 「自主教室」のご案内

「自主教室」は、町民の皆さんが、学び、楽しみながら、教養や文化、体力を向上させ、人生を豊かにするための自主的な活動の場です。

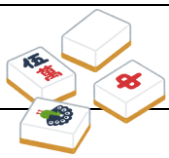
1 音楽	活動日	時間	教室からのコメント
1 アコースティックギター教室 日出	第2・4木曜日	19:00～ 21:00	アコースティックギターによる弾き語りを練習する教室です。初心者の方も大歓迎です。気軽に見学に来てください。
2 オカリナサークル歌音	月曜日	10:00～ 11:00	気軽にご参加ください。
3 岳星会 日出中央支部	毎週金曜日	14:00～ 16:00	詩吟を始めませんか！！お腹の底から声を出すことは、ストレスの解消、健康の維持、老化の防止に役立ちます。
4 日出陽谷フラウエン・コール	第1～3火曜日	19:30～ 21:00	毎月第1～3火曜日の夜7時30分から歌っています。いろいろな曲を皆で楽しく歌うことで、気分もすっきりします。一緒に声を出して歌いませんか。お待ちしております。

2 絵画・書道	活動日	時間	教室からのコメント
1 絵手紙教室	第2・4月曜日	10:00～ 12:00	今日も行くとところがあるよ。友達と話したり描いたり、楽しい時間に参加してみませんか。
2 日本画なごみの会	第1・3金曜日	10:00～ 12:00	月2回、県日本画展等の作品づくりをしながら、和気あいあいとした楽しい教室です。ぜひご参加ください。
3 日出書道愛好会	第2・4木曜日	13:30～ 16:30	脳の活性化を夢みて、みんなで楽しく頑張っています。初心者も大歓迎です。
4 楽画クラブ	第1月曜日	12:30～ 16:30	楽しんで描くことを目的とした会です。初心者も多く、一緒に描くことを励みにして楽しんでいます。あなたも参加してみませんか。

3 工芸・工作・お花	活動日	時間	教室からのコメント
1 小原流生花	第2・4金曜日	10:00～ 11:00	初めての方もお待ちしております。
2 花人	第2火曜日	14:00～ 16:00	臼杵先生の指導もとアレンジフラワーを楽しんでいます。
3 フラワーサークルスピカ	毎週木曜日	10:30～ 14:30	随時、体験・見学できます！お気軽にお声かけください。
4 公民館竹工芸自主教室	毎週火曜日	10:00～ 15:00	長くて丸い竹を切ったり割ったりして好きな大きさのざるやか、バッグ等の作品が出来ます。先輩が優しく教えてくれ、毎週楽しい教室です。
5 陶芸教室	水・金曜日	10:00～ 15:00	土と一緒に遊びませんか！！（水・金どちらかでもOK）
6 和裁教室	毎週木曜日 （月3回）	13:30～ 15:30	縫い物、着物を使って、いろんな小物づくりをします。

令和7年度 中央公民館 「自主教室」のご案内

「自主教室」は、町民の皆さんが、学び、楽しみながら、教養や文化、体力を向上させ、人生を豊かにするための自主的な活動の場です。

4 伝統・文化	活動日	時間	教室からのコメント
1 裏千家茶道教室 	第2・4水曜日	13:00～ 16:00	初心者歓迎しています。
2 茶道教室	第1月曜日	12:00～ 15:00	お茶をたてて、頂いて、楽しい時間を過ごしましょう。初心者の方も大歓迎です。
3 城下真清水俳句会	第2金曜日	13:00～ 15:00	俳句はむずかしくありません。楽しみましょう。
4 日出町短歌同好会	第4火曜日	13:30～ 15:30	1月の短歌会には、百人一首、日出町かるた取りをします。
5 日出萬里川柳会	第1月曜日	10:00～ 11:30	毎回笑いの絶えない楽しい句会です。
6 日出町育碁会	日曜日	13:00～ 16:00	女性、子ども（小中学生）、高齢の方も歓迎します。頭を使って学びましょう。
7 麻雀教室	毎週火曜日 (月3回)	9:30～ 12:30	皆さん、脳活のために遊びましょう。 

5 体操・スポーツ	活動日	時間	教室からのコメント
1 合気道日出道場	毎週水・土曜日	20:00～ 22:00	合気道を始めよう。 
2 ストレッチ & エクササイズ シンビ タイソウ (真美体操)	毎週木曜日	10:00～ 11:00	大きく体を伸ばしてみませんか？いくつになっても動ける体・頭脳でいるために、一緒に健康づくりを楽しみましょう！！
3 日出中央公民館太極拳教室	毎週木曜日	13:30～ 15:30	太極拳は健康体操とも言われ、姿勢をまっすぐに保ち、呼吸を整え、ゆっくりとのびやかに運動しますが、全身の筋肉を使用する、とても良い全身運動です。
4 日出バドミントンクラブ	月・金曜日	20:00～ 22:00	20代から70代と楽しく練習して大会等に参加しています。新人大歓迎です。
5 日出フォークダンス れんげ草	第1～3月曜日	10:00～ 12:00	一緒に楽しく踊りましょう。
6 フレンズ 	毎週月・水・ 金曜日	10:00～ 12:00	30年以上活動している高齢者向け卓球サークルです。「楽しい卓球」がモットーですので、気軽に見学に来てください。お待ちしております。
7 ヨガ基礎教室	毎週水曜日	10:00～ 12:00	初心者の方、体のかたい方、一緒に楽しくマイペースでやりましょう。 

見学・参加を希望される方は、お問合せください。
日出町中央公民館 ☎0977-72-8608