

# 2026年度定期講座

【矢野公民館】

講座名	学 習 内 容	開設期日	講 師 名	定員(名)
木 彫 り	木彫りの基本技術を学び、作品作りを楽しむ	第1 (水) 9:30~12:00	田原 玲子	12
ビジョンヨガ	身体が硬い・正座ができない・運動が苦手な方にも、気持ち良く受けていただけるシンプルなヨガ	第1 (金) 10:00~11:30	福本 潤子	20
パソコン	パソコンの基本操作、ワード・エクセル、インターネットの利用、その他ソフトの使い方を学ぶ (パソコン持参)	第1 (土) 10:00~12:00	中村 友法	16
ウエルネス	健康増進のためのストレッチ及び筋力トレーニング	第4 (火) 10:00~11:30	溝 渕 紀 子	15
洋 裁 (リフォームⅡ)	着物をほどいて洋服づくりを楽しむ	第2 (金) 9:30~16:00	澤 原 文 子	18
手 描 き 友 禅	手描き友禅の手法を学び、創作を楽しむ	第3 (月) 9:30~16:00	村 尾 富 江	15
活 け 花	基本的な技術を習得し、季節を活ける	第3 (火) 9:30~12:00	坪 田 初 代	15
洋 裁 (リフォームⅠ)	着物をほどいて洋服づくりを楽しむ	第4 (月) 9:30~16:00	澤 原 文 子	18
料 理	季節料理を学び、手作りの楽しさを味わう	第4 (木) 9:30~13:00	竹 本 博 子	16