



講座おたより

横瀬町町民会館
〒368-0072
埼玉県秩父郡横瀬町大字横瀬 2000
☎0494-22-2267

男の料理塾

1/11(木)【第4回】

さやかグループ 井上弘子先生

ガルシヨーク

(つぼ焼ききのこのシチュー)

プチチョコレートケーキ



2/15(木)【第5回】

もへじ 町田広美先生

さばの味噌煮

具たくさん味噌汁



体操教室

1/23(火)~【全3回】

理学療法士 小島ひとみ先生

身体も心もリフレッシュ!!



多肉植物

寄せ植え教室

とても癒やされますね♡

3/3(日)

町田広美先生



書道サークル

毎年お正月、町民会館ホワイエに素晴らしい作品を展示しています。



よこぜ公民館だより vol.20

令和6年4月1日発行

令和6年度 公民館講座予定

★今年度もたくさんの講座を予定しております。

内容や詳細などは広報よこぜ、または町民会館までお問合せください。

日時	講座	定員	内容
5月26日 6月9日、30日 いずれも火曜日 午前10時~11時	日曜 体操教室	一般 15名	身体と呼吸を整えてリフレッシュ! 平日お仕事の方もこの機会にぜひ!!
6月8日(土) 午前10時~12時	ハンギング バスケット教室	一般 15名	飾って、育てて...楽しみいっぱい! 季節を彩るハンギングの寄せ植えです
8月4日(日) 午前10時~12時	こども公夏休み講座	こども 20名	毎年人気のこども講座です みんなで楽しく作ってみよう!
8月4日(日) 午前10時~12時	大人の消しゴムはんこ教室 (こども講座とコラボ企画)	一般 15名	お子さんが工作をしている時間 保護者の方も消しゴムはんこに挑戦してみませんか! 大人の方のみの参加も大歓迎です
10月~2月 日程は未定	男の料理塾	一般 16名	毎年人気の男の料理塾 初心者の方も大歓迎!

文芸横瀬43号発刊

会員の皆さまに作品をお寄せいただき、本年も「文芸横瀬」43号を発刊することができました。

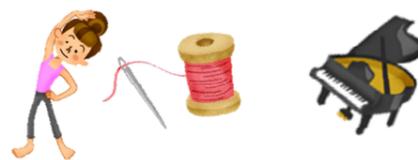
ご協力いただいた先生、会員の皆さまに厚く御礼申し上げます。



1冊 200円

町民会館窓口にて販売中

令和6年度 文化協会サークル一覧



サークル名	開催日・時間	受講料	募集
美術・ 工芸・ 技術	七宝焼サークル	第2・4(水) 10:00~15:00 年 2,000円	要相談
		芦ヶ久保活性化センターで、みんな仲良くやっています。	
	武甲デジカメ写真倶楽部	第2・4(木) 9:30~12:00 年 3,000円	有
		デジカメ写真を楽しみ、明るく楽しいサークル活動をめざしています。毎月町民会館ホワイエに写真を展示しています。デジカメ写真に興味のある方、お気軽に参加してください。	
	横瀬書道サークル	第2(水) 13:00~16:00 6ヶ月5,000円	有
		青山先生の御指導のもと、月1~2回のペースで練習しています。イベントとして11月の文化祭の参加、お正月の書初展をホワイエへ出展しています。平均年齢が高いながらも生涯学習として楽しんで頑張っています。会員募集もしております。気楽にどうぞお待ちしております。	
	よこぜ絵手紙サークル	第1・3(土) 10:00~12:00 月 500円	有
		毎月第1、第3土曜日に季節の草花や果物、野菜など描いて一言言葉を添えて自分にとって大切な人に送ったりして楽しんでいます。	
	パッチワークサークル(午前)	第1・3(木) 10:00~12:00 月 1,000円	有
		皆で楽しくおしゃべりしながら作品作りをしています。	
パッチワークサークル(午後)	第1・3(木) 13:00~15:00 月 1,000円	有	
	手作り、いろいろな布を使い、自分好みの作品を作ってみませんか。		
横瀬陶芸会	第3(金) 13:30~16:00 無	無	
	陶芸好きが集まり、思い思いの作品を作り楽しんでいます。		
横瀬町菊花愛好会	随時実施 年 3,000円	有	
	菊作りを通じて心を癒し、健康作りや仲間作りに、菊花栽培を始めませんか。		
横瀬町盆栽山野草愛好会	随時実施 年 2,000円	有	
	盆栽山野草に興味がある方、入会歓迎します。		
パソコン同好会	月2回(火) 9:00~11:30 月 500円	有	
	Windowsパソコンを使用し「Word」「Excel」の習熟、写真や動画の編集などを通じた作品作り。「初級」と「中・上級」のクラス分けで各々2回/月の活動を原則としている。		
ソーイング教室(午前)	第2・4(木) 10:00~12:00 月 1,000円	要相談	
	"人とくれない""失敗したら笑う"をモットーに毎回楽しく作品をつくっています。		
ソーイング教室(午後)	第2・4(木) 13:00~15:40 月 1,000円	無	
	初心者でも楽しく参加できます。		
横瀬ハンドメイド教室	第2・4(火) 9:00~11:00 月 1,000円	無	
	MIMA先生の4つのモットー「人と比べない・間違えたら笑う・自画自賛・頑張らない」の元初心者、上級者入りまじっていますが和気あいあいと楽しんで活動しています。		
草木染サークル	第1(木) 9:00~12:00 年 6,000円	無	
	横瀬町に生えている草木花で染めています。		
文 化	茶道教室	第2・4(木) 16:30~20:00 月 2,000円	要相談
		月2回第2と第4木曜日お稽古をしております。四季折々の野の花を愛でお軸を拝見し、その読みと意味を先生に教えていただきお釜の湯音を聴きながら一人ひとりお点前をしています。和やかで楽しい茶道教室です。	
	川柳を楽しむ会	第4(水) 14:00~16:00 月 500円	有
		講師から示された課題及び自由題で、毎月5句の川柳をつくり、講師の添削を受けます。この講評をもとに毎月第4水曜日(原則)に月例会を開きます。	
	横瀬町短歌教室	第2(火) 13:00~16:00 年 5,000円	有
		月1回概ね第2火曜日の午後です。日常の喜びや感動を三十一文字で表します。上達する楽しさも味わえます。初心者大歓迎です。	
	横瀬囲碁クラブ	毎週(土) 13:00~17:00 年 1,000円	有
		囲碁愛好者、初心者の方歓迎。大会年3~4回、総当戦 毎月 実施。	
	English Speaking Club	第2・4(火) 18:00~20:00 月 1,200円	有
		教室での会話の他、外での活動も企画しています。	

音 楽	横瀬コーラスサークル	第1・3(金) 19:00~21:00 年 10,000円	有
		歌うことが好きな仲間が集まり、たくさんの歌を楽しく頑張って、曲を仕上げしていくサークルです。	
	小学唱歌と童謡を歌う会	第3(水) 13:30~15:30 年 3,000円	有
		先生を中心に季節の歌を和気あいあいと楽しく歌っています。是非一度歌ってください。	
	パンカリータス フォルクローレMUSICA	毎週(金) 18:00~21:00 年 3,000円	有
		南米の音楽(フォルクローレ)を練習・演奏しています。ケーナ、サンポーニャ、チャランゴ等珍しい楽器を使います。	
	オカリナサークル マザー・グース	第2・4(水) 13:00~15:00 年 8,000円	有
		いつでもどこでも手軽に吹けるオカリナです。懐かしい曲から流行の曲を中心に先生のやさしい指導の元で活動しています。	
	二胡サークル 奏	第1(水) 14:00~17:00 / 17:30~20:30 第3(水) 17:00~20:30 月 2,500円	有
		二胡の哀愁漂う音色が出せるよう練習に励んでいます。また地域での演奏活動にも力を入れています。初心者の方でも基礎から丁寧に指導していただけます。	
よこぜシニアアグリクラブ	第1・3(火) 9:30~11:45 月 1,000円	有	
	現在、会員20名で和気あいあいとやっています。準備運動、ボイストレーニングに約30分かけ練習に取り組み、カンツォーネ・演歌・歌謡曲・唱歌等ジャンルは多士済々。ホールでの練習では、自然と大きな声が出て、健康増進につながっています。		
横瀬民舞会	第2・3・4(土) 13:00~15:30 年 8,000円	有	
	土曜日を稽古日としております。高齢者になり会員数も少なくなりましたが、みんなで楽しく頑張って練習をしています。		
エンジョイダンス	月3回(木) 18:15~19:45 月 2,000円	有	
	リズムカルな楽しいダンスで健康寿命を保ちましょう。興味のある方ご参加ください。		
ときめきストレッチ教室	第2・4(金) 10:00~11:00 年 10,000円	有	
	古川先生のご指導のもと、体幹トレーニング・爽楽健・音楽に合わせてのリズム体操などを行っています。		
舞 踊 ・ ダ ン ス ・ 体 操 ・ 運 動	スター☆キッズ	毎週(金) 19:00~20:30 週 500円	要相談
		小・中学生のキッズダンスチーム。Cダンスやヒップホップを毎週金曜日に練習し、町や秩父郡市のイベントに出演中です。	
	生き生き3Bクラブ	第2・4(火) 14:00~15:30 月 1,000円	有
		3体操はボール、ベル、ベルターを使う健康体操です。子供から高齢者までを対象として気軽に無理なく行えます。会員募集中です。一緒に体操しましょう。	
	横瀬ヨガ愛好会	第1・3(水) 18:30~21:00 月 1,000円	有
		女性ホルモンバランスを整え、姿勢を正し心身をリラックスさせる事が出来ます。	
	骨盤ピラティスA	第1・3(水) 10:00~12:00 年 8,000円	要相談
		内田先生のご指導のもと、ゆっくりとした緩やかな動きで身体の芯を刺激し、正常な機能を取り戻す。心も身体も楽になります。	
	骨盤ピラティスB	第2・4(水) 10:30~12:00 年 7,200円	要相談
		あらゆる方向に身体を動かし、心身共にほぐしていくエクササイズです。	
新・体操ストレッチ	3回/月(木) 10:30~12:00 月 2,000円	有	
	和やかな雰囲気の中、全身のストレッチを行います。血行が良くなり関節の可動域も広がり、気分爽快になります。		
自彊術クラブ	第1・3(火) 10:00~12:00 月 1,000円	有	
	日本で最初にできた健康体操です。31の動作をすることで全身の関節を動かし自律神経が刺激され、心身を整えることができます。		
日本スポーツウエルネス 吹矢協会	毎週(月・木・土) 13:30~15:30 月 1,000円	有	
	スポーツ吹矢を通じ、心身の健康と生きがいを創出し、会員相互の親睦を図ります。		
フラサークルhiehie	毎週(金) 13:15~14:30 6ヶ月 15,000円	有	
	フラの心を大切にしながら楽しくレッスンに励んでいます。		
リフレッシュ・ヨガなごみ	毎週(金) 9:30~12:00 月 1,000円	有	
	ヨガは心が落ち着き、心身がリラックスして体調が整えられます。みんなで和やかに、ゆったりとした和ヨガで気持ちもリフレッシュし、癒されています。		
寺ピスサークル	第1・3(金) 10:00~11:30 年 6,000円	要相談	
	お寺の豊かな雰囲気の中で、四季を感じながらピラティスを楽しんでいます。一緒に心と身体のバランスを整えませんか。		