

新しい施設ではじめる  
もっと“たのしみ秋”

# 受講者募集

「新しい趣味を  
見つけたい」  
「仲間づくりをしたい」  
「何か始めてみたい」  
そんな時は、  
いばSUNホールへ。



楽しく学びながら、充実した時間を一緒に過ごしませんか？  
お気軽にご参加ください♪

裏面では、活動中の自主サークルもご紹介しています。

開催場所：茨城町文化交流会館「いばSUNホール」  
(茨城町小堤1070番地)

## ZUMBA～音楽に合わせて、笑顔で健康づくり～

インストラクター

**NATSUKO 先生**

10/8(木)、22(木)、11/12(木)、19(木)、  
12/10(木)、24(木)、R9/1/7(木)、14(木)、  
2/4(木)、18(木)、3/4(木)、11(木)  
14:00▶15:00

受講料 6,000円(12回分)

対象者 成人(定員 15人)



リズムに乗って楽しく体を動かすフィットネス「ZUMBA」。  
初めての方でも安心して参加でき、無理なく全身運動ができます。  
体力づくりや健康維持はもちろん、ストレス解消や仲間づくり  
にもぴったり！心も体もいきいきとした毎日を始めませんか？

## ピラティス～姿勢を整えて、毎日をもっと軽やかに～

ROOT MOVE代表/ピラティス・ダンスインストラクター

**MIKA 先生**

11/13(金)、27(金)、12/18(金)、25(金)、  
R8/1/15(金)、29(金)  
10:00▶11:00

受講料 3,000円(全6回分)

対象者 成人(定員 15人)



深い呼吸とゆったりとした動きで、姿勢や体幹を整えるピラティス。  
激しい運動ではないので、運動が久しぶりの方でも安心して  
始められます。肩や腰への負担を減らし、いつまでも元気に軽や  
かに動ける体づくりを目指してみませんか？

## 自然を手のひらに。世界に一つだけの苔玉づくり

メイプルフラワースタジオ

**岡崎 ひろみ 先生**

10/21(水)

10:00▶11:30

受講料 2,000円(材料費1,500円含む)

対象者 成人(定員 10人)



写真はイメージです。

土や苔に触れながら、自分だけのオリジナル苔玉を作ってみませんか？  
完成した苔玉は、お部屋を彩るインテリアとしても楽しみ、  
育てる喜びも味わえます。自然に癒やされながら、ものづくりの  
楽しさを体験しましょう！

## 笑って学ぶ、日本の話芸～落語講座～

社会人落語家

**二松亭ちゃん平 先生**

10/12(月)

10:00▶12:00

受講料 500円

対象者 成人(定員 15人)



落語は、たった一人で何人も的人物を演じ分け、聴く人を笑顔  
にする日本の伝統芸能です。  
落語の楽しみ方や見どころを学びながら、実際に声を出したり  
表現したりして、その奥深い魅力を体験します。初めての方も  
大歓迎！落語の世界をもっと身近に感じてみませんか？

## はじめての箏～美しい音色に触れ、心豊かなひとときを～

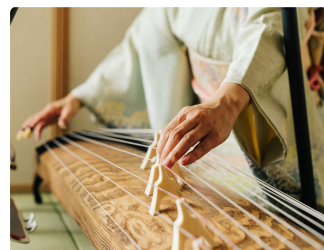
**生田流箏曲 日本当道会  
水戸支部**

11/26(木)、12/10(木)

13:30▶15:30

受講料 1,000円(全2回分)

対象者 成人(定員 10人)



日本の伝統楽器「箏」のやさしい音色に触れながら、心落ち着く時  
間を過ごしませんか？基礎から丁寧に学べますので、どなた  
でも安心してご参加いただけます。指先を使いながら美しい音色  
を奏でる楽しさを味わえ、日本の文化を身近に感じられます。

## もっと身近に、もっと便利に～スマホ講座～

**糸賀 敬子 先生**

11/26(木)、12/3(木)

13:30▶15:00

受講料 1,000円(全2回分)

対象者 成人(定員 10人)



スマホを上手に使えるようになると、家族との連絡やお出かけ先の検索など、  
毎日の暮らしがもっと便利になります。生活で役立つ基本操作を、やさ  
しく分かりやすくお伝えします。ご自身のスマホで学べますので、講座  
終了後も暮らしに活かれます。操作に不安な方も安心してご参加いた  
だけます！ ※スマホの初期設定を済ませてからご参加ください。

## 暮らしにちょっと特別な彩を。プリザーブドフラワーアレンジ

フラワーデザイナー

**舞花 先生**

10/10(土)、11/7(土)、12/12(土)

9:30▶11:30

受講料 6,500円(材料費 5,000円含む。全3回分)

対象者 成人(定員 15人)



ハロウィン・クリスマス・  
お正月に合わせた  
作品を作ります。  
(写真はイメージです。)

季節感あふれる手作りの作品で暮らしを素敵に彩りませんか？  
長く楽しめるプリザーブドフラワー。玄関やリビングなど、ちょっ  
としたスペースに飾るだけで、空間がぐっと華やかになります。  
お1人でも、お友達同士でもお楽しみいただけます。

受講には事前のお申込みが必要です。詳細は裏面をご確認ください。

※申込期限：令和8年9月14日(月)

## 申し込み方法

FAX(029-292-8032)または、インターネット(下記URLまたはコード)より必要事項を記入・入力の上、お申し込みください。 **申込期限: 令和8年9月14日(月)**

【必要事項】①希望講座名、②郵便番号・住所、③氏名(ふりがな)、④年齢、⑤電話番号、  
⑥メールアドレス(インターネット申込時)

【URL】 <https://x.gd/aHglw>



※受講資格は町内に在住・在勤の方となります。複数の講座をお申込みいただけます。

※定員を超えた場合は抽選となる場合があります。また、定員の過半数に満たない場合は、開講しない場合があります。

※受講料等は初回一括払いです。なお、キャンセルに伴う返金はありません。

※講師や会場の都合により開講日時を変更する場合があります。

Pick UP

## 令和7年度町民教養講座から誕生した自主サークルのご紹介

### 身体づくりヨガ

活動日: 第1木曜日

10:30▶11:30

講師: 江幡 春菜 先生

代表者: 平沢 恵子



年齢を重ねることで変化する身体のしくみを知り、ご自分に合ったケアをしていくことが大切です。日常生活にも取り入れやすい簡単なストレッチを行って元気な身体づくりをしていきます。

### ベーシックヨガ

活動日: 第2・4金曜日

19:00▶20:00

講師: 湯原 竜也 先生

代表者: 細谷 絵理



毎日の仕事や家事、育児。気が付いたら身体が固くなっていることはありませんか？1日の終わりに心と身体を整え、ゆっくりほぐしてリラックス。明日を軽やかに迎える準備をする時間を一緒に作りませんか？

### IRT K-POPサークル

活動日: 第1・3日曜日

10:00▶11:30

講師: MIKA 先生

代表者: 小室 忍



人気のK-POPソングに合わせて、楽しく踊ってみませんか？初心者の方も大歓迎！基礎からゆっくり練習するので、初めての方でも安心です。音楽に合わせて身体を動かしながら、仲間と一緒に楽しくK-POPダンスを楽しみましょう♪

## 令和8年度いばSUNホール定期利用団体

|                     |                     |                       |                      |
|---------------------|---------------------|-----------------------|----------------------|
| 茨城獅子頭彫刻研究会<br>茨城町教室 | 将棋クラブ               | 紫芳の字手紙クラブ(火)          | スマイル平成ダンスクラブ         |
| 茨城町囲碁会              | スポーツ吹矢振興協会<br>郡司倶楽部 | 紫芳の字手紙クラブ(土)          | Kids dance club      |
| 茨城町商工会女性部           | 茨城町スポーツ吹矢教室         | 茨城町フラワー<br>アレンジメント華の会 | 長生大学民舞クラブ            |
| ジャニンと楽しく英語で雑談       | ビューティーストレッチ         | 秀丽会小堤教室               | 健康にシェイプアップクラブ        |
| 茨城町演劇倶楽部            | キッズフラ ナナノモエ         | リフレッシュヨガクラブ           | 茨城町エナジーヨガクラブ         |
| 茨城町絵画クラブ            | ハワイアンフラ ロコマイカイ      | 月曜会ダンスクラブ             | 茨城町自彊術こまばクラブ         |
| 墨遊クラブ               | 茨城町折り紙クラブ           | 火曜会ダンスクラブ             | 茨城町押花「バラの会」          |
| 茨城町キーボクラブ           | トールペイントクラブ          | 木曜会ダンスクラブ             | 俳句クラブ                |
| 琴伝流 光栄会             | 茨城町朗読クラブ            | 金曜会ダンスクラブ             | 茨城町パッチワーククラブ         |
| さわやかヨガ              | 大人の塗り絵教室            | Y' ZUMBA              | うるし工芸同好会             |
| 茨城町しじみ合唱団           | 茨城町絵てがみクラブ          | フラワーサークル花水木           | 体幹教室                 |
| 乙女の会                | 大正琴みやびの会            | 楽しい太極拳                | 茨城町生涯学習<br>ふるさと芸能振興会 |

※定期利用団体の活動に興味がある方は以下の問合せ先までご連絡ください。

問合せ先 茨城町教育委員会生涯学習課 ☎ 029-240-7122