



公民館登録グループ生募集中！！

参加・見学は随時可能です。体験もできます。各公民館までお問合せ下さい。



館名

中：中央公民館

善：善防公民館

南：南部公民館

北：北部公民館



内容	館名	グループ名	開催日	時間	グループコメント	
作品をつくる（書・絵画・写真・版画）						
書道	中	春陽会	1・3	水	9：30～	書を愛する経験豊かな人たちと共にあなたも楽しみませんか
		実用書道	2・4	土	9：30～	大筆小筆を使い月2回の稽古で自分の楽しさを見つけて書く
	北	善 土筆	1・3	木	9：30～	大筆小筆を使い月2回の稽古で書を一緒に楽しみましょう
		南 墨香（小筆教室）	2・4	水	9：00～	仮名や実用の書など初級から個別の課題で書を楽しんでいます
		初心者美文字レッスン（ペン字・筆ペン）	2・4	木	13：30～	ペン字を習ってみませんか 練習でくせ字も徐々に直りますよ
やさしい書道	1	木	9：30～	仲間は30～70代 課題は自由 楽しくゆったり時間の時間です		
その他絵画	中	カムカムお絵描き	1・3	金	13：00～	誉めて育てる講師の下 初心者も楽しく制作できる教室です
		たんぼぼ（絵てがみ）	1・3	土	9：00～	身近なモチーフを描いて贈る絵手紙で心のお洒落始めませんか
	南 南部水彩画教室	1	金	13：30～	四季の彩る思いを筆に綴り細やかなひとときを楽しんでいます	
	北 絵手紙教室「綾の会」	2・4	木	9：30～	花や風景・季節に誘われて 描く楽しさを味わってみませんか	
写真	善	フォトトラベル	1・3	土	13：30～	私達は 毎月1回の撮影会と勉強会活動を楽しんでおります
版画	北	木版画かさい	2・4	火	13：30～	自分の思いを板に彫って作品を作りませんか 年賀状も版画で
作品をつくる（手工芸）						
手編み	中	虹の会	2・4	月	13：00～	毛糸を編みながら 楽しい時間を皆とともに過ごしましょう
		善 ニット友の会	2・4	水	13：00～	おしゃべりしながら手を動かすのも脳トレで楽しいですよ
和裁	中	みやび	毎週	土	13：00～	タンスに眠っている着物の寸法を直して着てみませんか
表装	中	趣味の表装教室「和」	1・3	木	13：00～	掛軸・屏風・パネル・色紙掛け・壁掛けを作ってみませんか
		善 表装教室	1	水	9：00～	伝統的掛軸からタペストリーまで製作を自由に楽しみましょう
木工	中	中央きぼり会	2・4	金	13：00～	彫刻刀とノミで作品を作る楽しさを味わってみませんか
		若竹（竹細工）	1・3	土	13：00～	老若男女を問わず竹細工を楽しんでいます お気軽にどうぞ
	北 木彫教室	2・4	水	14：00～	木彫をやってみませんか はじめは簡単な小物やレリーフから	
手その芸他	善	ねひめ陶工房（陶芸）	1・2・3	月	9：30～	粘土で作陶を楽しんでいます一緒に造りませんか待っています
		さをり彩の糸（さをり織り）	毎週	土	10：00～	自由に自分の感性で世界に一つだけの織物を作ってみませんか
作法を学ぶ						
茶道	中	茶道同好会	1・3	土	13：30～	初めての方経験のある方気軽にどうぞ 土曜日午後に変更です
		善 善美也会	1・3	土	13：00～	裏千家茶道を習ってみませんか 抹茶は健康にいいですよ
その他	中	装道会（着付け）	2・4	土	9：30～	箆笥に眠る着物を着て あなたの魅力を発見してみませんか
		南 小原の会（華道）	1	月	19：30～	美しい草花が玄関をさりげなく安らぎの空間に変えてくれます
	北 指圧マッサージ教室	1	土	13：30～	心身の健康のため指圧を学習しませんか 基礎からやります	



NEW : 新しくできたグループ
 : 子どもが参加できるグループ



内容	館名	グループ名	開催日	時間	グループコメント	
スポーツ・体操をする						
ヨーガ	中	いきいきヨーガ	1・2・4	木	9:30~	呼吸を整えて 健やかな心と体づくりを目指しましょう
	善	あさがお	1・3・4	月	9:30~	一緒に楽しく身体を動かしましょう 朝のひとときを
	南	ｽｰｯｸﾗﾌﾞ 21九会 (ヨガ)	毎週	水	19:00~	リラックスヨガで心も体もスッキリとリフレッシュしましょう
テニス	善	レインボー	毎週	木	19:00~	体育館で行う生涯スポーツです 一度見に来て体験して下さい
	北	バウンドテニス根日女	毎週	木	20:00~	気軽にテニスを始めてみませんか? 初心者さん大歓迎です!
体操	善	さくら (健康体操)	毎週	金	10:00~	ボールを使ってストレッチ&筋トレやマッサージをしています
		ゆったり体幹ストレッチ	2・4	水	10:00~	筋肉を伸ばしほぐすと血流が良くなり腰痛や肩こりに効果抜群
	南	3Bさくらんぼ (3B体操)	毎週	火	10:00~	音楽に合わせて用具を使い無理なく体のストレッチができます
		リフレッシュクラブ (健康体操)	1・3	木	10:00~	リズムカルな音楽で体を動かしましょう! スッキリ爽快ですよ
		ｽｰｯｸﾗﾌﾞ 21九会 (健康体操)	1・2・4	土	14:00~	コロナを乗り越える健康な身体づくりを一緒に行ないましょう
その他スポーツ	中	かさい太極拳を楽しむ会	1・3	木	9:30~	コミセン遊戯室で練習しています 一緒に楽しみませんか
	善	北条少年剣修会 (剣道)	毎週	火金	18:30~	仲間募集中! 一緒に楽しく稽古しませんか?
		みのり会 (太極拳)	毎週	金	10:00~	太極扇も練習中 週1回の練習で脳や足腰を鍛えられます
		コロポックル (バドミントン)	毎週	土	9:00~	バドミントンが好きな人 運動したい人 初心者大歓迎です
		「かさい」居合道教室	毎週	土	12:00~	日本古来より伝わる剣術の一つ居合道を一緒に学びませんか?
	北	スポーツ吹矢加西北部	1・3	水	9:30~	腹式呼吸で健康に効果あり 真中に命中した爽快感は格別です
		パイオレット (バレーボール)	毎週	木	9:30~	私達とバレーボールを楽しみませんか? ぜひお待ちしております
		トランポの会	1・3	木	13:30~	トランポリンを使って 楽しく運動しましょう
学習する						
古歴史文書	善	古文書教室	2	木	13:30~	初心者大歓迎! 先生と一緒に楽しく古文書を読んでいます
	北	歴史講座	3	土	9:30~	身近な思わぬところに歴史が潜んでいます 共に学びませんか
囲碁	善	碁楽会	毎週	土	13:30~	囲碁を楽しむをモットーに初心者から有段者まで和やかに対局
	南	蛤友会	毎週	木	13:00~	新会員大歓迎! みんなで仲よく囲碁の対戦を楽しみましょう!
	北	石心会	毎週	火	13:00~	頭の活性化のため楽しく囲碁を打ちましょう 初心者歓迎
文芸	中	はなみずき短歌会	2	木	13:00~	紙と鉛筆があれば老若男女は問いません いつでも大丈夫です
	善	つくばね句会 (俳句)	月1回		9:00~	俳句を作ってみませんか 鉛筆とメモ帳で豊かな時と若返り
園芸	善	花と緑の会	4	月	9:00~	種まき寄せ植えミニ栽培などおしゃべりしながら楽しい教室!
	南	ガーデニング教室	2 (年5回)	土	13:30~	先生の持参花から私流の寄せ植え1つ私だけの花鉢作ってみよう
	北	山野草の会	1	月	13:30~	自然の植物山野草で心を癒しませんか 剪定や苔玉作りなど
		楽しい造園教室	2	土	13:30~	自分の手で花木の植栽・剪定や門松作りを楽しみましょう
音響	善	アシスト (ｽｰｯｸﾗﾌﾞ ｻﾝｸﾞﾗﾌﾞ)		不定期	いっしょに舞台づくりを始めませんか 初心者大歓迎です	
マージャン	北	初心者健康マージャンｸﾗﾌﾞ NEW	1・3	水	13:30~	初心者から始める! みんなで楽しく学べる健康マージャンです

中央公民館



虹の会 (手編み)



かさい銭太鼓会



中央きぼり会

わたしが探していたのは…この学び♪



内容	館名	グループ名	開催日	時間	グループコメント
身体で表現する					
日本舞踊	中	かさい銭太鼓会	毎週	火 13:00~	郷土芸能の銭太鼓・傘踊りを現代風にアレンジした踊りです
	北	扇舞教室	毎週	水 13:30~	詩吟・歌謡曲・童謡など扇を使って舞います 仲間募集中
社交ダンス	北	加西ダンスサークル フラワー	毎週	土 19:00~	やさしい社交ダンスで楽しく優雅に健康寿命を延ばしましょう
ダンス	南	プルメリア	毎週	水 9:30~	音楽を聴いて踊ることで筋力運動や認知症の予防に効果あり!
	北	カニレフア	2・4	火 10:30~	ハワイの風や太陽を体いっぱい感じてリフレッシュしましょう
その他表現	中	マジック同好会	3	木 13:30~	老若男女 興味ある人 どうぞ!
		加西市民劇団おおきな木 	毎週	土 18:30~	演劇にチャレンジしてみませんか 今年はオトナ狂言に挑戦中
	善	たんぼぼ (フォークダンス)	1・3	金 13:00~	さあ輪になって踊りましょう 青春がよみがえりますよ
	南	夢ふくふく (南京玉すだれ)	1・3	木 9:30~	初心者の方大歓迎です 一緒に始めてみませんか
	北	話し方サロン	2	水 10:00~	喉は衰えていませんか 楽しく発声練習して若返りましょう!
		ろこす腹話術研究会ねひめ加西	3	土 13:30~	朗らかな脳活です 春風小イチロ-先生と共に楽しみましょう
北	落語の会	1	土 10:00~	さあ 皆さん一緒に落語を始めましょう まずは笑うことから	
歌を歌う (歌謡・コーラス)					
歌謡	善	歌倫歌謡教室	2・4	月 14:00~	大きく口を開けて大きな声を出してみんな元気に唄いましょう
	南	カラオケ同好会	1・3	水 14:00~	歌の好きな同志が集まっています 仲間が増え元気になります
コーラス	中	ひまわりコーラス	2・4	火 13:30~	お腹から声を出してみませんか?一緒に歌いましょう
		昭和を歌おう! 語ろう!!	3	金 10:00~	昭和の歌を一緒に歌いながら あの時代に戻ってみませんか
	善	女声コーラス そよ風	2・4	火 19:30~	歌うことが好きな仲間の集まりです 一緒に歌ってみませんか
	南	コール・ソレイユ	2・4	水 20:00~	ポップスや唱歌など様々なジャンルの曲を楽しく歌います
北	コール・サルビア	2・4	水 13:30~	様々なジャンルの曲を楽しく歌っています 歌好きな方大歓迎	
唄を唄う (民謡・詩吟)					
民謡	南	南部民謡	1・3	木 20:00~	皆さん一緒に民謡を唄いましょう 大きな声でデカンショ節!
		播州音頭	2・3・4	月 18:00~	伝統芸能を守る為頑張っています 興味をお持ちの方待ってます
	北	加西民謡研究会	1・2・3	土 14:00~	三味線尺八太鼓と共に大きな声で唄うことは健康にも良いです
		藤の音みんよう会	毎週	金 20:00~	全国の民謡と三味線・安来節・東北民謡等も練習しています
詩吟	中	いきいき詩吟教室 	毎週	火 14:30~	歴史文学を教養し腹式呼吸の発声で治癒力を高め心身健康促進
	善	善吟くらぶ	2・4	火 14:00~	詩吟で腹の底から声を出してストレスの発散をしませんか
	南	健康詩吟クラブ	毎週	火 9:00~	温故知新 漢詩や短歌など腹式呼吸で吟じ心と体を鍛えよう!

善防公民館



土筆 (書道)



みのり会 (太極拳)



さをり彩の糸 (さをり織り)

南部公民館



南部三味線



南部水彩画教室



夢ふくふく（南京玉すだれ）

内容	館名	グループ名	開催日	時間	グループコメント		
楽器を演奏する							
器 楽	中	さわやか（大正琴）	1・3	月	9:15～	大正琴独特の哀愁の響きで懐かしい童謡等演奏してみませんか	
	善	加西邦楽会	不定期				日本古来の尺八・琴・三絃の演奏をしています 初心者大歓迎
		ひまわりっ子クラブ（和太鼓）	2・4	土	9:30～	障がいをもつ子どもと親達が和太鼓の練習に励んでいます♪	
		あすまつるぎざか楽団（バンド）	2・4	金	18:30～	バンド活動をメンバー6人で色々な曲を楽しく練習しています	
		BB'S（バンド）	1・3	土	19:00～	昭和歌謡等を楽しんでいますピアノサクソリードギター募集	
		サイサイイワンダース（ハワイバンド）	1・3	土	13:00～	平均年齢69才爺ちゃんバンドですもう一度青春時代の夢を	
		山蛸（バンド）	2・4・5	土	18:00～	楽器で遊んでいます 音を奏でる事はとても楽しいですよ！	
		加西ハーモニカ教室	1・3	金	10:00～	楽しくハーモニカを習いませんか？初心者の方も多数おられます	
		2・4	金	13:00～			
	南	南部三味線	1・2・4	火	20:00～	民謡三味線を弾いてみませんか 道具一式は貸与しますよ！	
		リコーフジ2012（リコーダー）	2・4	月	9:30～	アメージング・グレイスを演奏し 一緒に感動してみませんか	
		みやきのグレーブス（ハーモニカ）	2・4	水	13:30～	ハーモニカ演奏でシニアの教育と教養を大事にした仲間づくり	
		みやきのサルビア（ハーモニカ）	2	火	9:30～	小さい楽器で色々なジャンルの曲が吹け気軽に音楽が楽しめます	
			4	火	13:00～	第2火曜日は自主練習 第4火曜日は先生指導日になります	
		やさしいピアノ①	2	木	13:30～	子供の頃憧れたピアノ！マイペースに楽しく挑戦中です	
		やさしいピアノ②	2	木	15:15～	自分の弾きたかった曲を選んでラクに楽しく学べます	
	北	加西オカリナサークル	2・3・4	月	9:30～	オカリナが演奏できるようになりたい方一緒に練習しませんか	
		ハッピーギターサークル	毎週	土	13:00～	あなたの懐かしい歌・思い出の曲をギターで爪弾いてみませんか	
		加西市親子三味線教室	1・3	土	19:00～	小学生から始めるやさしい教室♪三味線はお貸ししますよ	
	料理をする						
家庭料理	南	おしゃべりクッキング	4	土	9:00～	季節季節に出来た野菜を使って料理をしています	
	北	健康料理教室	2	土	13:30～	季節ごとに旬の食材を使う料理教室です 楽しく和やかに！	
農産加工	善	農産加工教室	1	水	9:00～	料理を通して 若返りをかね楽しい一時を過ごしませんか	
	南	農産加工なのはな	4	金	9:00～	地元の野菜などの食材を使い 四季折々の料理を作ります	
そば打ち	中	ゆかいな麺々	1・3	土	13:00～	みんなでワイワイ楽しみながら「そば打ち」をしませんか	
	南	播磨蕎麦の会	2・4	金	19:00～	手打ちそばでつながる生涯の仲間と一生涯の趣味で心を豊かに	
	北	加西手打ちそばの会	1・3	土	9:00～	自分で打ったそばを食べてみませんか いつでも体験OK	
パン	善	手作りパン教室	3	土	9:00～	焼きたてパンの味は格別です ワイワイと楽しい時間です	
和菓子	中	和菓子“華”	2	木	13:00～	体に優しい和菓子を楽しく作りませんか 心も優しくなるかも	

北部公民館



トランポの会



指圧マッサージ教室



山野草の会