

令和8年度 6月開講分

定期講座(高安) 講座詳細・内容

八尾市地区生涯学習推進事業 定期講座

分類	講座名	講師名	講座内容	基本開催日 ・開始時間	年間 受講料	回 数	定 員	教材費等の 実費(年額)※
料理	料理講座	大島 照子	旬の食材を使って身体に優しい料理。和・洋・中、ケーキ・和菓子・ジンジャークッキーなど。皆さんで仲良く講座を楽しみましょう!!	第2水曜日 午前10時～12時	¥1,700	8	10	約15,000円 (材料費他)
絵画	絵画講座	大槻 洋子	デッサン、スケッチ、絵画制作まで。水彩・アクリル・油彩・パステル、色鉛筆、オイルパステルなんでも可能。大きさも自由です。	第1・3火曜日 午後1時～3時	¥3,300	16	15	個人の作品材料 による
詩吟	詩吟講座	阪本 良子	楽しみながら健康づくり。初歩から指導します。	第1・3火曜日 午前10時～12時	¥3,300	16	16	
語学	英会話講座	松浦 智子	英語本来の発音と基礎的な文を毎回練習。英語を発語するためにペアで会話の練習と歌で英語のリズムやイントネーションに慣れていく。	第2・4金曜日 午前10時～12時	¥3,300	16	12	約100円 (CDコピー代)
健康・体操	3B体操	瀧平 妙	3B体操とは3つの用具（ボール・ベル・ベルター）を使った誰でも気軽に無理なく楽しめる体操です。今回はベルを使ったコースです。楽しみながら心も体も元気になりましょう！	第2・4月曜日 午前10時～11時15分	¥3,300	16	15	初心者ベル用具代 (一括払い) 購入：1,924円 レンタル：500円
	ヨガ講座	菊入 千代	ヨガ初心者でも簡単安全に始められます。	第1・3水曜日 午前10時～11時30分	¥3,300	16	12	
ダンス	社交ダンス講座	中野 恵次	社交ダンスの初級でジルバ・ルンバ・ワルツ・タンゴの内2つ程度	第1・3火曜日 午後7時～8時30分	¥3,300	16	10	

※年間受講料とは別に教材費等の実費が必要となる場合があります。