

令和8年度 白馬村公民館講座 参加者募集!

〇ふれあい教室

5月開講分教室

ゼロから始めて1曲マスター! ブルースハーブ[®](10穴ハーモニカ) 教室 講師: 合田賀彦

使うのは穴が10個の小さなハーモニカ。フォークシンガーがギターを弾きながら吹いているあの楽器です。手ごろな値段なのに表現力豊か。楽譜が読めなくても、楽器経験がなくても大丈夫。ゼロから始めて1曲吹けるようになることを目指します。講座終了後も音楽を続けていけるように、ハーモニカや音楽の魅力をお伝えします。

◆とき: 5月21日(木)、6月18日(木)、7月16日(木)、9月17日(木)、10月15日(木)、10月22日(木)

いずれも午後6時30分から8時30分

◆ところ: B&G体育館 多目的室

定員: 10名

◆受講料: (全6回) 2,000円

◆持ち物: キーCのブルースハーブ(10穴の小さなハーモニカ)、3,000~4,000円台のものがおすすめです。

事前におすすめのハーモニカを紹介することもできます。、筆記用具、スマホやICレコーダーなどの録音機器



←LINE申込はこちらから

締切: 5月8日(金)12時

はじめてさんの! 俳句教室 講師: 小熊リリ

講師: 小熊リリ

はじめてさんの! 俳句教室です。もちろん、それなりの方々も大歓迎です。私たちの日常の暮らしを見回せば、なんと豊かな季節に満ちていることでしょうか。私たちの何気ない暮らしと季節を取り合わせ、五・七・五に表現してみましょう。どうぞ一緒に!

◆とき: 5月20日(水)、6月17日(水)、7月15日(水)、9月16日(水)、

10月21日(水)、予備日: 11月18日(水)

いずれも午後1時30分から3時

◆ところ: 保健福祉ふれあいセンター 2階 老人いこい室

※会場変更となりました

◆受講料: (全5回) 2,000円

◆持ち物: 筆記用具、上履き

定員: 15名



←LINE申込はこちらから

締切: 5月8日(金)12時

みんなで歌おう♪うたごえ教室 講師: 小林文恵

講師: 小林文恵

歌って心と身体を健康に。楽しく歌うだけで、様々な健康効果が得られます。昭和歌謡、フォークソング、童謡、唱歌、演歌、シャンソン等、思い出の曲や懐かしい曲をリクエストいただき歌います。また、簡単な体操や腹式呼吸、発声練習をして楽しく歌いましょう♪

◆とき: 5月27日(水)、6月24日(水)、7月22日(水)、9月30日(水)、10月21日(水)、10月28日(水)

いずれも午前10時~11時30分

◆ところ: 協和ウイング白馬・2階多目的室北

◆受講料: (全6回) 2,000円

◆持ち物: 飲み物

定員: 30名



←LINE申込はこちらから

締切: 5月15日(金)12時

筋トレ&ウォーキング教室 講師: 前田千恵

講師: 前田千恵

体力の衰えや、疲れやすさを感じていませんか? 筋トレで体幹の強化と、ウォーキングで脂肪を燃焼させ、疲れにくい身体作りを目指します♪お天気の良い日は、白馬の大自然を感じながら外歩きを、天候の悪い日は、ウイングアリーナ内のウォーキングコースを歩きます。心地良い運動時間を公民館講座で過ごしませんか? 運動不足を感じている方や、みんなで楽しく身体を動かしたい方にお勧めの講座です。筋トレとウォーキングで健康寿命を伸ばしていきましょう♪

◆とき: 5月28日(木)、6月11日(木)・25日(木)、7月9日(木)・23日(木)、8月27日(木)、

9月10日(木)・24日(木)、10月8日(木)・22日(木)

◆ところ: 協和ウイング白馬・2階多目的室北(屋外ウォーキングは協和ウイング白馬周辺)

◆受講料: (全10回) 3,000円

◆持ち物: ウォーキングシューズ(屋外用)、室内用上履き、タオル、帽子、

飲み物、ヨガマット(貸出もあります)

定員: 20名



←LINE申込はこちらから

締切: 5月15日(金)12時

その他の講座も開講時期に合わせて随時募集いたします。ご不明点等ありましたら、下記へご連絡ください。講座での様子は、広報はくば等の広報誌で紹介するために写真・動画撮影を行う場合がありますのでご了承ください。

令和8年度公民館講座 参加申込書

申込書を公民館窓口へ持参か電話、FAX、QRコードからお申込みください

氏名:
住所:
電話(携帯):

【申込教室】

を入れてください

- ブルースハーブ
- 俳句
- うたごえ
- 筋トレ&ウォーキング



出会い
ふれあい
学びあい



白馬村キヤンパー
ウイングアリーナ3階 生涯学習スポーツ課内

問合せ先

白馬村公民館
(ふれあいセンター3階 生涯学習スポーツ課内)
電話: 0261-85-0726
FAX: 0261-85-0723
Email: kominkan@vill.hakuba.lg.jp

◎ 申込者数が定員を超えた場合は、抽選となります。〆切までにお申込みください。
◎ 結果は、申込締切後に当選者にLINEメッセージ、もしくはハガキをお送りします。