



【保存版】令和7年度

南木曾町生涯学習情報



令和6年度「第38回南木曾町民展」



令和6年度の活動から「大人の社会見学」

現在活動中のサークルや開催予定の生涯学習講座等をご紹介します。学びやスポーツを通じて多くの人が自分、仲間づくりを行っています。あなたも何かに挑戦してみませんか。

南木曾町公民館主催の教室・講座 応援します！あなたの生涯学習

名 称	活動日時	内 容	会費等
見えない学力をつけよう (小学生子ども講座)	年6回 開催予定 場所:南木曾会館他	小学生の皆さん！南木曾の文化、伝統、歴史等を楽しく学びましょう。保護者の参加も大歓迎です。 講師:内容により変わります。 対象:小学生1～6年生	毎回 300 円 程度
英会話教室	4月23日(水)～ 毎週水曜日 昼/14:00 ～ 15:20 夜/19:00 ～ 20:20 場所:南木曾会館	小中学校 ALT 講師から生きた英会話を学びませんか。外国の伝統・文化を知ることができ視野が広がります。 講師:ジェームス・パロック先生 対象:町内に在住又は勤務する社会人	資料代
なぎそサークル発表会	9月21日(日) 場所:社会体育館	NPO法人なぎそチャレンジクラブ 共催事業です。 バレエ、踊り、大正琴、詩吟などの発表を計画しています。	無 料
公民館講座 南木曾の歴史	5月～(6回) 第3日曜日 初回:5月 9:00～11:00 場所:妻籠宿場内他	南木曾町博物館の資料を基に南木曾町の歴史を学びませんか。 講師:遠山 高志さん(南木曾町博物館名誉館長) 対象:町内に在住又は勤務する社会人	資料代
大人の社会見学・遠足	時期未定	町内・近隣町村の美術館・博物館、電力施設の見学や中山道、宿場散策等の事業を予定しています。	入館料等
NAGISO Autumn Concert ナギソ オータム コンサート ハーブ&ソプラノ ジョイントコンサート	11月29日(土)予定 場所:南木曾会館	クラシックをはじめ、童謡、唱歌など幅広いジャンルの曲を美しいハーブの音色とソプラノの歌声で表現します。	無 料

南木曾町公民館

※お問い合わせは、南木曾町公民館(Tel**57-3335)まで

サークル情報 1

名 称	活 動		内 容	会費等	お問合せ
	場 所	時間等			
ほがらか健康教室	南木曾 会館	毎週月曜日 19:30～21:00	体力の養成、音楽に合わせて、正しい姿勢や体づくりを行います。	講師料有	南木曾会館 57-3335
げんようかい 書道研究玄燿会 (書道教室)	南木曾 会館	月3回火曜日 9:00～11:00	漢字・かなの基本から師範取得・研究の各コースがあります。初心者大歓迎。 指導:永島玄谷 先生	月 4,000 円	
なぎそ手話サークル ラ ビ ッ ト	南木曾 会館	月2回水曜日 *第2水曜日 13:30～15:00 *第4水曜日 15:00～16:30	本年11月15日(土)～26日(水)、デフリンピックが日本では初めて東京で開催されます。100周年の記念すべき大会の年に手話サークルを立ち上げ、ろう者と日常会話ができるよう学習します。	月 1,000 円	
コスモ 宇宙琴2000 なぎそ (大正琴)	南木曾 会館	第1・3水曜日 13:00～15:00	毎月2回の練習 今年は基本から始めます。	月 5,000 円	
がくふうかい 岳風会木曾部会 (詩吟)	南木曾 会館	毎週木曜日 13:00～15:30	詩吟は楽しい面白い。詩に触れ年齢を問わず、声を出すことで心身の健康と生涯教育に役立ちますよ。	月 2,000 円	
地歌舞伎教室	南木曾 会館	5月より 第2・4木曜日 19:00～21:00	義太夫の語り方・三味線の弾き方歌舞伎の台詞の言い方・しぐさ表現・踊り方など地歌舞伎で演じる楽しさ、おもしろさを体験してみませんか。お気軽にご参加ください。	無料	
e-カノン バイオリン教室	南木曾 会館	毎月平均1回 16:00～21:00	年齢に関係なく入会できます。現在生徒は9人です。興味のある方は、見学に来てみてください。基本、個人レッスンで1人約30分の指導となります。	講師料 月 4,000 円 (含:講師交通費)	
深青水墨画教室	南木曾 会館	月2回土曜日 13:00～15:00	墨と顔彩を使った色彩豊かな水墨画で、主に花鳥画を描きます。お気軽に見学体験においでください。	月 2,500 円	
おのれしょ 己書講座	南木曾 会館	第3日曜日 13:00～15:00	筆ペンと水彩絵の具で味わいのある文字と絵をハガキに描きます。上手に書くのを目的としていないので誰でも楽しくできます！	月 2,200 円	
南木曾茶道部	南木曾 会館	月1,2回 10:00～16:00	茶道を通して、おもてなしの心・伝統的な作法などを学び日本文化を継承することを目的に活動しています。	講師料 2,000 円/回 会費 1,000 円/月	

※ 申し込みについては、南木曾町公民館・なぎそチャレンジクラブへお問い合わせください。

※ なぎそチャレンジクラブのサークル情報は、紙面の都合により掲載できなかった活動もありますのでチャレンジクラブ通信をご覧ください。

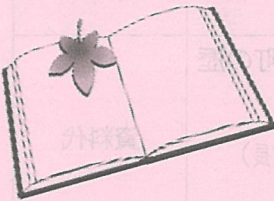
サークル情報 2

名 称	活 動		内 容	会費等	お問合せ
	場 所	時間等			
ヨガサークル	南木曾 会館	毎週火曜日 19:15~20:15	なぎそチャレンジクラブ主催 美容・健康・ストレス発散に始めませんか？ 対象：一般社会人女性	月 4,500 円	
ウォーキング +筋活教室		第 4 金曜日 19:00~20:30	なぎそチャレンジクラブ主催 楽しく「歩く」ことで運動不足を解消しよう。	1,000 円/回 程度	
フラメンコ アンダルシア		月 3 回土曜日 19:00~20:00	ギターを生演奏で楽しくレッスンしています。いつからでも始められるので、まずは見学・体験をどうぞ。	月 6,000 円	
健康マージャン		社会体育館 開館日 12:00~17:00	マージャンは脳をフル回転させて遊ぶので「アタマに効く」と言われています。気軽に楽しめるので初心者もどうぞ！	200 円/回 (月 1,000 円)	なぎそチャレンジクラブ 57-3001
気づき整体教室 (昼)		月 2 回月曜日 13:30~14:30	東洋医学、西洋医学両面の観点から身体をほぐし、整えていきます。	月 2,000 円	
ピンポンズ		毎週木曜日 10:00~	独自ルールで卓球を楽しんでいます。気軽に体を動かしたい方、未経験者も大歓迎です。	年 2,000 円	
フラダンス教室		月 2 回水曜日 19:15~20:45	暖かくゆったりとしたムードを感じさせるハワイアン。健康増進にも役立つフラダンスです。 アロハ〜	無料	
気づき整体教室 (夜)		毎週木曜日 19:00~20:00	東洋医学、西洋医学両面の観点から身体をほぐし、整えていきます。	月 3,000 円	
太極拳教室		第 1・3 木曜日 9:30~11:00	運動が苦手な方でも気軽に始めることができます。体幹やバランス力その他、全身の筋力を鍛えることができます。	500 円/回	
ノルディック ウォーキング	毎回 変わります	第 2・4 金曜日 10:00~	ポールを使って全身の筋肉をたくさん刺激しながら歩く、通常よりエネルギー消費量が多いウォーキングです。	無料	
水中ウォーキング	中津川市 かたらいの里	第 2・4 月曜日 9:30~10:30	陸上で歩くのに比べて、カロリー燃焼・筋力アップなどの効果が期待できます。	3ヶ月 6,000 円 ポール使用料 440 円/回	
よみかき コーラス	三留野 分館	毎週火曜日 13:30~15:00	現在10名で合唱を楽しんでいます。和気あいあいと楽しいサークルですので一緒にコーラスを楽しみませんか。	月 2,500 円	
なぎそ短歌会		第4水曜日 13:00~15:00	事前に各自3首を先生に提出し、当日、先生から添削指導を受けます。お互いの合評もあり、楽しい時間を過ごしています。	月 1,200 円	

サークル情報 3

名 称	活 動		内 容	会費等	お問合せ
	場 所	時間等			
蕎麦打ち研究会	妻籠 町並み 交流センター	第 2・4 火曜日 19:30~	開田そば粉が中心ですが、たまに違う粉も使い、うどんも打ったりしています。興味のある方いかがですか。	粉代実費	南木曾会館 57-3335
蘭そば打ちクラブ (ASK,6) 夜の部会	蘭分館	毎月 1 回 第 3 金曜日頃 18:30~20:00	飯田のそば粉を取り寄せ、毎月1回そば打ちを楽しんでいます。初めての方、お勤めしている方、今から始めてみませんか。大歓迎です。	粉代実費等 600~1,300 円	
陶芸教室	田立社会 教育施設	4 月~10 月 ①毎週月曜日 19:00~21:00 ②毎週水曜日 9:30~11:30	自分にしかない器を創る喜び、その器で素敵な生活が広がります。初心者も先輩が優しく手ほどきいたします。	月 1,000 円 土代 600 円/kg (焼成代含)	
オマイカコール	南木曾 中学校	毎週金曜日 19:30~21:00	コーラス(混声合唱)好きが集まって歌っています。音符が読めない人が多いですが、それでも好きだけで続いています。新人大歓迎です。	月 1,500 円	
七宝焼教室	中津川市	第2土曜日 19:00~	町民展に向けて、年1個の作品を制作しています。花・鳥・風景など。	1,500 円/回 材料実費	
蘭そば愛好会	緑誠蘭 高等学校	毎月 1 回 13:00~16:00	毎月1回美味しいそば打ちを通じて、技量の向上と会員相互の親睦を楽しんでいます。新規会員大歓迎です。	年会費 3,000 円 (別途 粉代実費)	

※申し込みについては、南木曾会館 ・ なぎそチャレンジクラブ へお問い合わせください。
TEL: (IP) **57-3335 TEL: (IP) **57-3001



公 民 館 図 書 室

場 所・南木曾会館（南木曾町公民館）

開館時間・平 日／ 8:30~19:00

土日祝日／10:00~19:00

休 館 日・年末年始／12月27日~1月4日

～『デジとしよ信州』(市町村と県による協働電子図書館)もご利用ください～

デジとしよ信州

検索



お問い合わせは 電話(IP)**57-3335 までお願いします。