

# 令和8年度 八幡東区 尾倉市民センター 講座案内

令和8年3月12日 現在

- ◎ 各市民センターで参加申し込み受付の開始日を決めています。表の受付開始日をご確認ください。
- ◎ お申し込み・お問い合わせは、尾倉市民センターへご連絡ください。

市民センター名 尾倉市民センター  
 電話番号 093-661-0516  
 ホームページ <https://www.ktqc01.net/higa/ogcc/>

住所 〒805-0059 八幡東区尾倉一丁目15番2号  
 FAX番号 093-661-0528  
 e-メール og-cc@ktqc02.net

★印はスポット受講可

講座名	受付開始日	講座内容	実施日	時間	定員	講師名	参加費	
わがまち尾倉①	令和8年4月6日 月	「尾倉 de スウィング」バンド演奏に合わせて楽しく歌ったり、体を動かしたりします	令和8年6月6日 土	10:00 ~ 12:00	50名 ★	ドリーム・アンサンブル 池田 美智子	無料	
	令和8年4月6日 月	「ハーブの寄せ植え」インテリアとしても人気のハーブの寄せ植えを作ります	令和8年7月24日 金	10:00 ~ 12:00	15名 ★	白野江植物公園 植栽担当 梶山 眞未	材料代	1,500円
	令和8年9月1日 火	「1回コースのオープン教室」家庭でできるオープン料理を学びます	令和8年10月29日 木	10:30 ~ 13:00	10名 ★	西部ガス(株) 専任講師	材料代・保険料	600円
茶論おぐら	申し込み不要	「体力測定会“自分の体力年齢は何歳?”」4～5種類の項目にチャレンジして自身の実年齢と体力年齢の差を見比べてみましょう。	令和8年4月21日 火	10:00 ~ 11:00	30名 ★	八幡東区保健福祉課 保健師 緒方 夕貴	無料	
	申し込み不要	「言語聴覚士による講座」加齢による「聞こえにくさ」「話じづらさ」など日常生活の質を維持向上するための実践方法を学びます。	令和8年5月12日 火	10:00 ~ 11:00	30名 ★	製鐵記念八幡病院 言語聴覚士 坂木 圭	無料	
	申し込み不要	「街なか健康ウォーキング」尾倉校区内約2～3キロの距離を街を散策しながら無理なく歩きます。	令和8年6月9日 火	10:00 ~ 11:30	30名 ★	尾倉地区健康推進委員 尾倉地区健康推進委員	無料	
	申し込み不要	「転ばないための体力づくり」転倒しないようにヨガを用いて体力をつけましょう。	令和8年7月14日 火	10:00 ~ 11:00	30名 ★	劇団パパカンパニー主宰 原田 研次	無料	
	申し込み不要	「スローモーションウォーキング」ゆっくり、まっすぐ歩くことで、姿勢を改善、歩く整体と呼ばれる歩行術を学びましょう。	令和8年8月4日 火	10:00 ~ 11:00	30名 ★	スローモーションウォーキング整体ウォーキングなかいま 佐藤 義昭	無料	
	申し込み不要	「塚本先生の健康体操」音楽に合わせて無理なくできる健康体操です。また、脳トレにもなります。	令和8年9月8日 火	10:00 ~ 11:00	30名 ★	塚本美智子	無料	