

令和8年度 受講者募集!

カルチャースクール

開講期間

令和8年5月～令和9年2月

※日程・会場は講師の都合等により変更する場合があります

対象者

JAレーク滋賀管内に在住の方なら、どなたでも受講いただけます

申込期間

令和8年3月9日(月)～4月3日(金)

先着順とし、定員になり次第締め切ります

申込方法

各地区管理課くらしの支援係 または
最寄りの支店・出張所 へお申し込みください

割引制度

各500円 組合員・女性部員・men's club員 (いずれも受講生本人に限ります)

その他

最少催行人数に満たない場合は開講を見合わせる場合があります
※欠席や途中で解約された場合の受講料は返金いたしません
※JA施設以外の会場は、会場使用料を負担していただく場合があります
※受講料徴収については、各地区から後日送付する開講のご案内に記載いたします
※教室によっては、別途材料費など実費が発生します
※受講中の事故などについては、責任を負いかねます



カルチャースクール受講申込書

ふりがな		電話番号	
氏名		携帯電話	
		該当するものに○	組合員 女性部員 men's club員
住所	〒		
申込教室名	①	②	③
会場または コース名			

※お申込みにあたっていただいた個人情報、JAの各種サービスのご提供・ご案内などの目的以外には使用いたしません

健康体操

[講師] 今井美紀
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 10~15名



開催 第4火曜日
日時 10:00~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

メタボ予防や転倒防止のため、自分の心と体を見つめなおしましょう

手編み

[講師] 馬杉正子
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 10~15名



開催 第3木曜日
日時 9:30~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

セーターやベストなど、いろいろなニットウェアが思いのまま編めます

花あそび

[講師] 小松清子
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 各10~15名



花あそび①
開催 第1金曜日
日時 9:30~11:00

花あそび②

開催 第1火曜日
日時 9:30~11:00

花あそび③

開催 第1金曜日
日時 13:00~14:30

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

季節のお花をたくさん使い、美しく飾り付けてみましょう！
楽しむことが第一なので、専用道具や難しい技術は必要ありません

シニアヨガ

[講師] 今井美紀
[会場] 中主支店
[定員] 10~15名



開催 第1木曜日
日時 13:30~15:00

受講料 9,000円 年間回数 10回

ゆっくりした呼吸に合わせたヨガで心も体もリフレッシュ！

大正琴

[講師] 白井佳津代
[会場] 中主支店
[定員] 10~15名



開催 第2水曜日
日時 10:00~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

誰でも簡単に弾ける日本発祥の楽器「大正琴」を演奏してみませんか？

ウェルハピネス体操

[講師] 吉田恵子
[会場] 中主支店
[定員] 10~15名



開催 第2火曜日
日時 10:00~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

普段、あまり使わない筋肉を音楽に合わせてゆっくり伸ばしましょう

家庭料理

[講師] 木寺美知子
[会場] 野洲支店
[定員] 10~12名



開催 第2金曜日
日時 9:30~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

旬の食材をふんだんに使った料理をマスターしましょう！

はじめての俳句

[講師] 中川法夫
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 10~15名



開催 第4金曜日
日時 10:00~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

俳句を学んで、楽しみましょう

リズム体操

[講師] 西尾範子
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 10~15名



開催 第4火曜日
日時 10:00~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

軽快な音楽に合わせて楽しく体操！

お菓子

[講師] 瀬瀬とみ
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 10~12名



開催 第2木曜日
日時 9:30~11:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

ケーキやクッキー、和菓子などを楽しく手作りしましょう



守山野洲地区講座一覧②

【申込先】 守山野洲管理課 VIVA!あけとみ

☎077-585-2345

生け花(池坊)

[講師] 津田昌子
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 10~15名



開催 第1火曜日
日時 13:30~15:00

[講師] 山岸千恵子
[会場] 祇王支店
[定員] 10~15名

開催 第4金曜日
日時 9:30~11:30

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

「立花」「生花」「自由花」など、自然の美しさを引き出す池坊流の生け花を学んでみませんか？

クラフトバンド

[講師] 松田盛吾
[会場] VIVA!あけとみ
[定員] 各10~15名



初心者コース
開催 第2水曜日
日時 9:30~11:30

経験者コース
開催 第2水曜日
日時 13:00~15:00

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

紙紐をまとめた帯・クラフトバンドを使った手芸を楽しみましょう
カゴやカバンを作ってみませんか？

着付

[講師] 北村住枝
[会場] 中主営農経済センター
[定員] 各10~15名



自装(自分で着る)コース
開催 第4土曜日
日時 10:00~12:00

他装(人に着せる)コース
開催 第4土曜日
日時 13:00~15:00

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

美しい和装の着付を本格的に学んでみませんか？好評につき他装コースを新設しましたので、ぜひご参加ください！

草津地区講座一覧

【申込先】 草津管理課 ぐらしの活動担当

☎077-562-2391



ヨガ

[講師] 小西道子
[会場] 志津支店
[定員] 13~23名



開催 第3月曜日
日時 10:00~11:30

受講料 7,000円 年間回数 10回

初心者の方も無理なくできる動きを取り入れ、心と体をケアするレッスンです

園芸

[講師] JA 職員
[会場] 草津あおばな館
[定員] 13~25名



開催 第2月曜日
日時 13:30~15:30

受講料 7,500円 年間回数 10回

季節の野菜の苗植えから栽培管理、肥料や資材の使い方まで育て方を学べます

書道

[講師] 中村徹
[会場] 草津地区統括本部
[定員] 4~10名



開催 第2・4木曜日
日時 13:30~15:30

受講料 26,000円 年間回数 20回

筆と墨に親しみ、書の道で美しい文字を身につけましょう

志津銭太鼓

[講師] 西川實智子
[会場] 志津支店
[定員] 8~15名



開催 第2木曜日
日時 13:30~15:00

受講料 4,000円 年間回数 10回

竹筒に硬貨を付けて音を奏でる伝統楽器「銭太鼓」で楽しく健康増進！

山田銭太鼓

[講師] 西川實智子
[会場] 草津地区統括本部
[定員] 8~15名



開催 第3水曜日
日時 13:30~15:00

受講料 4,000円 年間回数 10回

竹筒に硬貨を付けて音を奏でる伝統楽器「銭太鼓」で楽しく健康増進！

レッツハミング

[講師] 中島好子
[会場] 山田支店
[定員] 10~35名



開催 第1火曜日
日時 14:00~16:00

受講料 6,000円 年間回数 10回

あなたの大好きな曲をコーラスの歌声にのせて一緒に歌いましょう



フラダンス



[講師] 今堀明子
[会場] 瀬田支店
[定員] 8~15名

開催 第1・2・3火曜日
日時 10:00~11:30

受講料 27,000円 年間回数 30回

優しいハワイアンミュージックとフラダンスに心も体も癒されます

手編み



[講師] 内田和代
[会場] 瀬田支店
[定員] 8~15名

開催 第2木曜日
日時 10:00~12:00

[講師] 内田和代
[会場] 別保自治会館
[定員] 8~15名

開催 第4木曜日
日時 10:00~12:00

[講師] 柴原妙美
[会場] 上田上出張所
[定員] 8~15名

開催 第2木曜日
日時 13:30~15:30

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

セーター・ベスト・ショール・小物など自分だけの素敵なものづくり!

書道



[講師] 古田民子
[会場] 瀬田支店
[定員] 8~15名

開催 第2水曜日
日時 10:00~12:00

受講料 9,000円 年間回数 10回

姿勢を正して精神統一ができる集中した時間です!

気功



[講師] 市川治良
[会場] 西大津支店
[定員] 8~15名

開催 第2・4木曜日
日時 13:30~15:00

受講料 18,000円 年間回数 20回

ヨガよりもゆったりとした動きで無理なく続けられます

パッチワーク



[講師] 相井治栄
[会場] 南大津支店
[定員] 各8~15名

パッチワーク①

開催 第3火曜日
日時 10:00~12:00

パッチワーク②

開催 第3火曜日
日時 13:30~15:30

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

小物から少し大きい物まで、オリジナル作品にチャレンジできます!

着付



[講師] 東郷淳子、橋本実加
[会場] 瀬田支店
[定員] 8~15名

開催 第3金曜日
日時 10:00~12:00

[講師] 東郷淳子、橋本実加
[会場] 上田上出張所
[定員] 8~15名

開催 第3木曜日
日時 10:00~12:00

受講料 各9,000円 年間回数 各10回

美しい和服を着て、見て、触って、その素晴らしさをみんなで体感してみませんか?
複数人で教えているので、気になることがすぐに質問しやすく、人気の教室です。

着付師養成講座



[講師] 内田和代
[会場] 瀬田支店
[定員] 各8~15名

着付師養成講座①

開催 第2金曜日
日時 13:00~15:00

着付師養成講座②

開催 第3金曜日
日時 13:00~15:00

受講料 各12,500円 年間回数 各10回

自ら和服を着るだけでは物足りない家族や友人に、ぜひ着せてあげたいという方へおすすめです。

単に「着せる技術」ではなく日本の伝統文化をまとい、魅力を引き出す芸術的なスキルで、仕事・特技としてニーズが高いのも魅力です

らくらくピアノ



[講師] 奥井麻美
[会場] 東大津支店
[定員] 8~15名

開催 第1・3火曜日
日時 13:30~15:00

[講師] 岡本明美
[会場] 堅田中央支店
[定員] 8~15名

開催 第2・4月曜日
日時 10:00~11:30

受講料 各18,000円 年間回数 各20回

楽譜が読めなくても大丈夫、初心者歓迎のピアノ教室です

大津地区講座一覧②

【申込先】大津管理課 暮らしの活動担当

☎077-525-8547



フラワーアレンジメント

【講師】松田郁子
【会場】瀬田支店
【定員】8～15名



開催 第2月曜日(※)
日時 13:30～15:30

受講料 6,300円 年間回数 7回

季節ごとの花や緑に囲まれて、癒されるひとときを満喫してください

(※)8月、9月、1月はお休みです

野菜の料理

【講師】横田佳子
【会場】瀬田支店
【定員】5～10名



開催 奇数月 第3月曜日
日時 10:00～13:00

受講料 7,700円 年間回数 5回

季節野菜の消費にも！新しいアレンジレシピで野菜の魅力を再発見！

カラオケ

【講師】武田久賀
【会場】堅田中央支店
【定員】8～15名



開催 第3金曜日
日時 13:30～15:30

受講料 14,700円 年間回数 10回

歌のレパートリーを増やしませんか
男性メンバー大歓迎です

栗東地区講座一覧①

【申込先】栗東管理課 暮らしの活動担当

☎077-552-0531



生け花(池坊)

【講師】村松経子
【会場】栗東地区統括本部
【定員】7～15名



開催 第3木曜日
日時 13:30～16:00

受講料 14,000円 年間回数 10回

池坊流の自由花・生花・仏花などの生け方を習います

家の光講座

【講師】JA職員
【会場】栗東地区統括本部
【定員】5～16名



開催 第4木曜日
日時 10:00～12:00

受講料 3,000円 年間回数 10回

月刊誌「家の光」掲載の料理や手芸などを実際に体験します

レザークラフト

【講師】田中由弥
【会場】栗東地区統括本部
【定員】5～8名



開催 第4水曜日
日時 10:00～12:00

受講料 11,000円 年間回数 10回

革素材を使い簡単な小物から作っていきます

デコクレイ

【講師】小林美智子
【会場】栗東地区統括本部
【定員】5～7名



開催 第3火曜日
日時 10:00～12:00

受講料 11,000円 年間回数 10回

マシュマロのような手触りのふわふわ粘土でお花や雑貨をデザインします

クラフトバンド

【講師】堀江良子
【会場】栗東地区統括本部
【定員】5～7名



開催 第2火曜日
日時 10:00～12:00

受講料 11,000円 年間回数 10回

手芸用の紙製バンドでカゴやかばんなどを作っていきます

初めての絵手紙

【講師】原田真子
【会場】栗東地区統括本部
【定員】5～8名



開催 第4金曜日(※)
日時 10:00～12:00

受講料 11,000円 年間回数 10回

温もりのある絵手紙を、大切な人に送ってみませんか

(※)開催日を変更する場合があります



ウォーキング



[講師] JA職員
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 5~15名

開催 第1水曜日(※)
日時 10:00~12:00

受講料 7,000円 年間回数 8回

ウォーキング初心者向き、毎月歩くコースや距離を変えてチャレンジ

健康体操



[講師] 阪井美智子
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 13~20名

開催 第3水曜日
日時 10:30~11:30

受講料 8,500円 年間回数 10回

身体を伸ばし手足の筋肉を鍛えます
肩こりや腰痛、フレイル予防に…

フラダンス



[講師] 織川鏡子
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 6~15名

開催 第2火曜日
日時 10:00~11:30

受講料 8,500円 年間回数 10回

ハワイアンミュージックとフラダンスのリズムで心身を癒しましょう

(※)酷暑が予想される8月、年始の1月はお休みです
そのほか、教室の性質上
天気都合で開催日を変更する場合がございます
しますのでご了承ください



やさしいヨガ



[講師] 田中恵
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 12~20名

開催 第1木曜日
日時 10:30~11:30

受講料 8,500円 年間回数 10回

ヨガ療法で疲れや不調に寄り添い、心を癒しましょう

リズム体操



[講師] 西尾範子
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 各15~20名

リズム体操①

開催 第2金曜日
日時 10:00~11:30

リズム体操②

開催 第3金曜日
日時 10:00~11:30

リズム体操③

開催 第4金曜日
日時 10:00~11:30

受講料 各7,000円 年間回数 各10回

軽快な音楽に合わせて、楽しく体操します

リズムに乗って、軽やかに動きだす身体を作りましょう!

ヨガ



[講師] ヒグチ
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 各12~20名

ヨガ①

開催 第1火曜日
日時 13:30~14:30

ヨガ②

開催 第3火曜日
日時 13:30~14:30

受講料 各8,500円 年間回数 各10回

普段の何気ない呼吸を意識しながら
身体の内側を解消しましょう!

やさしいピラティス



[講師] Nana
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 12~20名

開催 第2火曜日
日時 13:30~14:30

受講料 9,000円 年間回数 10回

身体をしなやかで、丈夫に鍛えます
運動が苦手な方にもオススメです♪

家庭料理



[講師] 木寺美知子
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 10~12名

開催 5~12月の第3金曜日
日時 9:30~12:00

受講料 9,000円 年間回数 8回

旬の食材をふんだんに使った料理を
マスターしましょう

薬膳料理



[講師] 横田佳子
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 5~12名

開催 偶数月 第2水曜日
日時 10:00~13:00

受講料 7,700円 年間回数 5回

中医学の考えに基づいた健康食「薬膳」
で体を内側から元気に

文化箏



[講師] 山本厚子
[会場] 栗東地区統括本部
[定員] 5~10名

開催 第1・3木曜日
日時 10:00~11:30

受講料 22,000円 年間回数 20回

従来の箏の半分サイズで、机上で
弾けます、初心者大歓迎です