



大型駐車場完備。豊田産業文化センターでカルチャーを楽しむ。



人と心を躍らせ、

癒しの音色♪親指ピアノ カリンバをはじめよう

Yoshiko&Koushou
7月開講 第1・3金曜
13:30~14:30
12,342円(税込・3ヵ月分)
※別途カリンバ代
3,000円(税込)程度~



オルゴールに似た癒しの音色、軽くて持ち運びができるカリンバ。楽譜が読めなくても大丈夫！指先を使いながら脳を活性化させましょう。

ウッドバーニング

日本ウッドバーニング協会
認定講師 住田礼子
7月開講
第1・3金曜
10:00~12:00
12,210円
(税込・3ヵ月分)
※教材費別途



電熱ペンを使い木製のプレートに焦がして模様を描きます。独特の質感、ナチュラルな作品作りをお楽しみください。

楽しい水彩画C 初心者クラス

日本水彩画会理事 加藤 英
7月開講 第2水曜13:00~15:00
17,490円
(税込・6ヵ月分)
※教材費含む



水彩絵具、筆、紙の使用法など、基礎から作品制作まで指導。デッサン、クロッキーなども含め、幅広く描く楽しさを味わっていただけるクラスです。

ちから教授の手相開運法

~指組運動により
吉線を作り凶線を消す~
福山女学園大学名誉教授
加藤式実践占術学会会長 加藤主税
7月開講 第1・3金曜10:00~11:30
13,530円(税込・3ヵ月分)
※教材費含む



日本初の手相開運法は、他力本願(神社、仏閣の願掛け、お守りなど)に対して自力本願の開運法で、手相の変化、開運効果を実感でき、悩み、願い事などをピンポイントで解決します。1年間受講修了後「認定証」を加藤式実践占術学会より授与(無料)。

TRY 6月16日(金)10:00~11:30 1,705円(税込)

カサハラ式「足から未病」 改善講座

~外反内反・浮き指・
アーチ不足を整える~
カサハラ式公認講師 伊藤昌代
7月開講 第3日曜
13:00~14:30
12,916円(税込・3ヵ月分)
※教材費含む



足に関心が無いのは、健康に関心が無いのと同じ！現代人に激増する「外反内反」「浮き指」「アーチ不足」。足裏のバランスを整えて、足・ひざ・腰・首の痛みや不調「未病状態」を改善しましょう。途中受講可能。

~見て・触ってやれる脳トレ~ 頭の体操雑学塾

消費生活アドバイザー、
日本将棋連盟公認指導員
富田幸治
7月開講 第2・4金曜
10:00~11:30
9,020円
(税込・2ヵ月分)
※教材費含む



トランプを使った誰でもできるかんたんマジックや、見て楽しむ不思議なアートなどで楽しく脳トレ。思わず人に話したくなる暮らしに役立つ生活の知恵や、日本将棋連盟公認指導員の資格も持つ講師が藤井聡太さんの強さの秘密、裏話も交えた脳トレも紹介します。

フラメンコを はじめよう

フラメンコダンサー 玉置礼奈
7~9月 水曜10:00~11:00
24,684円(税込・3ヵ月分)
情熱のフラメンコを踊りましょう!! 初めての方を対象にスペインフラメンコ Juan Polvillo で学んだ講師がギター生演奏とともに、ゆっくりとしたペースで指導します!!



TRY 6月21日(水)または28日(水) 10:00~11:00 1,727円(税込)

~幸せ呼吸でリフレッシュ~ ゆったりヨガ

東山ヨガ講師
上浦弘美
7月開講 第2・4木曜
10:00~11:30
10,890円(税込・3ヵ月分)
ヨガの時間は、家事も育児も悩み事も、全てを手放して、自分にフォーカスする時間です。自分のペースでゆったり呼吸をして、しっかりと身体と心を整え、毎日の幸せ呼吸へと繋げていきましょう!



TRY 7月13日(木)10:00~11:30 1,705円(税込)

7月から始まる
わくわく ドキドキ
新講座
夏から新しいこと
始めてみませんか?

株式貯蓄のススメ

若葉マーク株式投資代表
福沢隆雄
7月開講 第1土曜
15:30~17:30
11,715円
(税込・3ヵ月分)
※教材費含む



株式を預金のように蓄えて資産形成する「株式貯蓄」。安定成長企業と好配当企業への堅実投資です。少額投資(例、1株3,000円)で得意銘柄を作り資産作りを始めませんか。7月から始まる3ヵ月講座です。

似合う色で印象アップ講座 ~似合う色&洋服のライン診断~

認定NPO法人色彩生涯教育協会
認定講師 竹谷奈美子
7月開講 第1金曜
10:00~11:30
8,470円(税込・2ヵ月分)
※教材費500円(税込)



似合う色や洋服のラインを知って、色の効果を体感しませんか。今まで手に取らなかった色が本当に似合う色かもしれません。新しい色に挑戦して自分を再発見してみませんか?

“Hello!”で始まる英会話

英会話講師
杉田由己
7~9月 火曜
15:30~16:50
17,160円
(税込・3ヵ月分)



超初心者の方対象、英会話の基本から始めるクラス。英会話を始めたいけど何から始めたらいいかわからない方、一度体験会にご参加ください。

TRY 6月20日(火)または27日(火) 15:30~16:50 1,705円(税込)

座ってエレガントバレエ

元宝塚歌劇団“花組”
美苑えりか
7~9月 第3土曜
13:50~15:00
7,821円(税込・3ヵ月分)



椅子に座ったまま、優雅なピアノ曲に合わせてエレガントにのびのびと体を動かします。猫背や肩こり改善、美しいデコルテ、背中に仕上げていきます。

TRY 6月17日(土)13:50~15:00 2,277円(税込)

~生涯スポーツ~ ゴルフを楽しもう

センチュリーパークゴルフクラブ講師
堀 浩恭
7月開講
【女性入門コース】
月曜10:30~12:00
水曜10:30~12:00
【シルバーコース】
水曜13:30~15:00
【入門コース】
土曜16:00~17:30
各コース6,600円(税込・1ヵ月分)
※別途練習ボール代、入場料、1ヵ月4,500円(税込)
会場：センチュリーパークゴルフ(豊田市朝日ヶ丘3-17)
身体の若返りと、生涯スポーツゴルフを目指した楽しいクラスです。初心者も、クラブの無料貸し出しや道具選びのアドバイスも行います。



腹式呼吸で元気に長生き 楽しく歌って若返り音楽療法

名古屋芸術大学非常勤講師、声楽家 水谷映美
7月開講 第2・4水曜10:00~11:30
16,962円(税込・3ヵ月分)
※教材費別途



マスク生活が続く方が小さく出にくくなった方が増えています。正しい発声法と呼吸法をもとに専門の講師が童謡・日本歌曲を中心に歌う事の楽しさを素晴らしさを指導します。呼吸筋を育て身体をしっかりと使って大きな声で歌い、明るく楽しい人生を過ごしましょう。

TRY 6月28日(水)10:00~11:30 2,277円(税込)

海外と日本の知られざる文化 ~旅のヒントになる魅惑の物語~

ツアーステーション
代表取締役
加藤広明
7月開講
第4金曜
10:00~11:30
14,850円
(税込・6ヵ月分)
※教材費含む



雄大なアイガー山麓、多くの画家が愛したセーヌ川、コートダジュールの美しい街並みなど「旅づくりの職人」による厳選した映像やエピソードを乗船日数1000日のクルーズコンシェルジュがご案内。ヨーロッパ各地の知られざる魅力をご紹介します。

はじめてのステンドグラス

ステンドグラス教室
Atelier Iris
奥山祐代
7~9月
第3木曜
10:00~12:00
8,085円
(税込・3ヵ月分)
※教材費別途



お好きな色のガラスパーツを組み合わせてランプや小物などの作品を作ります。

TRY 6月15日(木)または7月20日(木) 10:00~12:00 1,705円(税込) ※教材費別途

つまみ細工で作る~七五三髪飾り~

つまみ細工普及協会
認定講師 花川寛子
7月開講
第1・3土曜
10:00~12:00
9,020円
(税込・2ヵ月分)
※教材費4,950円(税込)



ちりめんや絹の小さな布を折ってつまんでお花にして、七五三の髪飾りを作りませんか?つまみ細工が初めての方や、本などを参考にしたいけれどもうまく行かなかったという方にもおすすめです。※ボンドを使用して制作します。

ハーモニカをはじめよう

日本ハーモニカ芸術協会師範 大澤龍己
7~9月 第1・3水曜
12:30~14:15
11,022円
(税込・3ヵ月分)



どなたでも始められるのがハーモニカの魅力の1つです。初めての方を対象に音の出し方からわかりやすく指導します。

TRY 6月21日(水)12:30~14:15 1,727円(税込)

~肩こり・背中の張り・腰痛はこれで楽に! 筋膜ほぐしで体の動き改善

NPO法人
アシックス理事長
黒田歩助
7月開講 第1・3水曜
11:45~12:45
10,890円(税込・3ヵ月分)



肩こり・首こり・腰痛で悩む人の共通点は、筋膜・筋肉が硬いこと。そのまま体を動かせば痛みが生じやすくなります。まずはフォームローラーで硬い筋膜をほぐし、バランスボールでバランスを整えることで体の動きが楽になります。きれいな姿勢作りを始めましょう!※貸出用フォームローラー、バランスボール有り

TRY 6月7日(水)または21日(水) 11:45~12:45 1,705円(税込) ※フォームローラー、バランスボール貸出料含む

全講座のご案内

お申し込み・お問い合わせ ☎ 0120-98-2841

歴史・芸術・社会・宗教

★みんなで読む古文書〜くずし字読解を楽しむ〜	第2・4水	10:20~12:20	萩原淳也	3ヵ月分	14,190円
★ルイス・フロイスのみた戦国日本	第4水	13:20~15:20	萩原淳也	3ヵ月分	7,095円
★手紙から読みとく徳川家康	第2・4木	10:20~12:20	萩原淳也	3ヵ月分	14,190円
★神山里美の癒しの寺歩き	第2土	13:30~15:15	神山里美	3ヵ月分	8,085円
★東海の古城と史跡を訪ねる	第1水	10:00~12:00	宮崎諭志	6ヵ月分	13,530円
★戦国武将の城と歴史探訪	第4水	10:00~12:00	後藤正、増田肇	6ヵ月分	13,530円
★海外と日本の知られざる文化	NEW 第4金	10:00~11:30	加藤広明	6ヵ月分	14,850円
★仏像の見方	第3水	13:00~15:00	米田孝仁	6ヵ月分	14,850円
★玉置妙憂 こころの指南塾	第2水	10:30~12:00	玉置妙憂	6ヵ月分	18,810円
★写経と写仏〜ブチ法話で癒しの時間〜	第1木	13:00~14:30	阿部雄峰	6ヵ月分	12,210円
★東アジアの仏教史を学ぶ	第2火	10:30~12:00	藤村 潔	5ヵ月分	11,275円

文学・創作

★〜不朽の名作〜源氏物語を楽しむ	第1・3木	10:00~11:30	梅野きみ子	3ヵ月分	10,890円
★詩の朗読と作り方	第3水	10:00~12:00	大石ともみ	6ヵ月分	12,210円
★朗読のすすめ〜物語世界を体験する時間〜	第4火	13:30~15:00	石田麻利子	6ヵ月分	20,790円
★短歌教室	第1・3金	10:00~12:00	大塚寅彦	3ヵ月分	10,890円
★俳句を楽しむ	第1・3火	13:00~15:00	高橋 毅	3ヵ月分	10,890円
★はじめての俳句	第1・3金	13:00~15:00	高橋 毅	3ヵ月分	10,890円
★はじめての俳句	第2・4金	13:30~15:30	三輪洋路	3ヵ月分	10,890円

外国語

★ゼロから始める韓国語〜1年講座〜	NEW 第1・3木	15:15~16:45	尹 省熹	3ヵ月分	12,210円
★韓国語 初心者クラス	第1・3木	13:30~15:00	尹 省熹	3ヵ月分	12,210円
★韓国語 入門クラス	第2・4木	15:15~16:45	尹 省熹	3ヵ月分	10,890円
★韓国語 初級クラス	第2・4木	13:30~15:00	尹 省熹	3ヵ月分	10,890円
★韓国語 中級クラス	第2・4火	15:15~16:45	尹 省熹	3ヵ月分	10,890円
★韓国語 上級クラス	第2・4火	13:30~15:00	尹 省熹	3ヵ月分	10,890円
★超初心者さんの韓国語	第1・3日	13:00~14:10	劉 玄蘭	3ヵ月分	12,210円
★やさしい韓国語	第1・3日	11:30~13:00	劉 玄蘭	3ヵ月分	10,890円
★劉先生と話そう韓国語	第1・3日	10:00~11:30	劉 玄蘭	3ヵ月分	10,890円
★超初心者さんの楽しい中国語	第1・3水	13:00~14:00	水野 艾	3ヵ月分	10,890円
★クリスマスと学ぶ楽しい英会話	木	10:00~11:30	クリスティーナ・バリー・ワイル	3ヵ月分	20,460円
★クリスマスと話しよう!超初心者 英会話	木	11:30~13:00	クリスティーナ・バリー・ワイル	3ヵ月分	20,460円
★クリスマス先生の使えるトラベル英会話	水	13:30~15:00	クリスティーナ・バリー・ワイル	3ヵ月分	20,460円
★クリスマス先生のカムカムイングリッシュ	第1・3土	10:00~11:20	クリスティーナ・バリー・ワイル	3ヵ月分	12,540円
★簡単、話しよう!シンプル英会話	火	11:00~12:20	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★超初心者!今からはじめる英会話	水	11:00~12:20	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★海外旅行リハーサル英会話	木	11:00~12:20	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★超初心者!今からはじめる英会話 隔週クラス	第1・3水	11:00~12:20	杉田由己	3ヵ月分	10,890円
★超初心者さんの使える英会話	第2・4水	11:00~12:20	杉田由己	3ヵ月分	10,890円
★“Hello!”で始まる英会話	NEW 火	15:30~16:50	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★一から始める英会話	水	14:00~15:20	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★海外旅行に役立つ アクティブシニアのゆっくり英会話	木	13:30~14:50	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★旅行とおもてなしの英会話	木	15:10~16:20	杉田由己	3ヵ月分	17,160円
★英語で楽しむニッポン	第1・3金	10:30~12:00	小国やよい	3ヵ月分	10,890円
★チャオ!からはじめるイタリア語〜超初心者クラス	NEW 木	13:00~14:00	杉浦紀子	3ヵ月分	19,140円
★話してみよう!イタリア語(会話)	木	14:00~15:00	杉浦紀子	3ヵ月分	17,160円
★ゆっくり学ぼう!イタリア語(入門)	第2・4土	13:00~14:00	杉浦紀子	3ヵ月分	10,890円

書道

毛筆・かな	火	10:00~12:00	山木秋江	3ヵ月分	17,160円
毛筆・漢字	第1・3金	10:00~12:00	光岡幸仙	3ヵ月分	10,890円
★書道入門〜写経・インテリア書〜	木	10:00~12:00	松下英風	3ヵ月分	17,160円
★実用の書とペン	土	9:30~11:30	物部浩子	3ヵ月分	17,160円
★くせ字をなおす ペン字レッスン (検定受験対応)	第1・3水	13:00~15:00	加藤矢舟	3ヵ月分	10,890円
(毛筆・ペン)	木	18:00~20:00	羽根田葛風	3ヵ月分	17,160円
第2・4火	15:30~17:30	鎌倉雅代	3ヵ月分	10,890円	
第2・4金	14:00~16:00	倉島尚味	3ヵ月分	10,890円	
第2・4日	10:00~12:00	羽根田葛風	3ヵ月分	10,890円	

日本の伝統

景風流	水(月3回)	9:30~11:00	川村景風	2ヵ月分	14,850円~
池坊	木(月3回)	10:00~12:00	安藤昭代	2ヵ月分	14,850円~
	火(月3回)	18:00~20:00	安藤昭代	2ヵ月分	14,850円~
着物の着付け	火	13:00~15:00	渡邊はつ江	3ヵ月分	17,160円
		18:00~20:00	渡邊はつ江	3ヵ月分	17,160円
はじめて習う着物の着付けと帯結び(隔週クラス)	第1・3火/第2・4火	18:00~20:00	渡邊はつ江	3ヵ月分	10,890円

キャリアアップ・コミュニケーション

家庭教育カウンセラー養成講座(初級)	第4日	10:00~12:00	古川泰子	6ヵ月分	13,530円
家庭教育カウンセラー養成講座(上級)	第4日	12:45~14:45	古川泰子	6ヵ月分	20,130円
モノが減ると「運」が増える「1日5分からの断捨離」	第3火	13:30~15:00	おんだ柚希美	6ヵ月分	15,510円
似合う色で印象アップ講座 [女性限定]	NEW 第1金	10:00~11:30	竹谷奈美子	2ヵ月分	8,470円
アロマ&グリーンライフ もっと楽しむアロマテラピー	第3木	13:00~14:30	原尻浅世	6ヵ月分	13,530円
	第1火	18:30~20:00	原尻浅世	6ヵ月分	13,530円
★朗読から朗読劇まで	第3木	14:00~15:45	大阿久隆雄	6ヵ月分	20,130円
★生活に活かせるやさしい心理学	第2火	10:00~11:30	早川順子	6ヵ月分	12,210円
★〜見て・触ってやれる脳トレ〜頭の体操雑学塾	NEW 第2・4金	10:00~11:30	雷田幸治	2ヵ月分	9,020円

美術

油彩画	第2・4水	18:00~20:00	鈴木章司	3ヵ月分	10,890円
基礎からの水彩画・油彩画	第1・3土	10:00~12:00	坊中静六	3ヵ月分	10,890円
水彩画・油彩画による風景スケッチ	第1金	10:00~15:00	伊藤よし子	3ヵ月分	10,725円
小品制作を目指す 水彩画・日本画入門	第2・4土	13:00~15:00	近藤健二	3ヵ月分	10,890円
楽しい水彩画 A	第1・3水	13:00~15:00	加藤 英	3ヵ月分	17,490円
楽しい水彩画 B	第2・4水	10:00~12:00	加藤 英	3ヵ月分	17,490円
楽しい水彩画 C 初心者クラス	NEW 第2水	13:00~15:00	加藤 英	6ヵ月分	17,490円
楽しい水彩画 D	第1・3水	10:00~12:00	加藤 英	3ヵ月分	17,490円
透明水彩をはじめよう	第2・4木	10:00~12:00	祖父江寿枝	3ヵ月分	10,890円
やさしい水彩画	第1・3木	13:00~15:30	祖父江寿枝	3ヵ月分	10,890円
	第2・4木	13:00~15:30	祖父江寿枝	3ヵ月分	10,890円
はじめての透明水彩	NEW 第1・3金	10:00~12:00	中村恵美子	3ヵ月分	12,210円
誰でも描けるやさしい日本画	木	13:30~15:30	成田 環	3ヵ月分	18,480円
油絵	火	10:00~12:00	石川健治	3ヵ月分	17,160円
水彩画・油絵をはじめよう	第2・4火	13:00~15:00	石川健治	3ヵ月分	10,890円
洋画	土	15:00~17:00	鈴木里子	3ヵ月分	17,160円
クロッキーと裸婦デッサン	第2・4土	13:00~15:00	鈴木里子	3ヵ月分	12,870円
心豊かに楽しく学ぶ小川国重起絵画教室	第2・4日	13:00~15:00	小川国重起	3ヵ月分	13,530円
水墨画	第1・3金	13:00~15:00	内藤華岳	3ヵ月分	10,890円
木版画入門	第1・3土	13:00~15:00	吉川房子	3ヵ月分	10,890円
木彫教室	第2・4火	13:00~15:00	加藤正一	3ヵ月分	10,890円
楽しい絵手紙	第2金	13:00~15:00	瀧崎陽子	3ヵ月分	6,765円
★〜花や動物を描く〜色えんぴつ画	第3火	13:30~15:00	岩城二三枝	6ヵ月分	14,190円
★大人のぬりえ	第3火	13:30~15:00	岩城二三枝	6ヵ月分	14,190円
やさしい写仏と仏画	第1土	13:00~15:00	天野妙香、深瀬京子	3ヵ月分	6,105円
★ボールペン画入門	第1・3日	10:00~12:00	奈須野一彦	3ヵ月分	10,890円
★チョークアート	第1・3火	18:30~20:00	水谷範子	3ヵ月分	10,890円
★伊勢型紙と切り絵入門	第3金	18:00~20:00	六谷春樹	3ヵ月分	6,765円

音楽

★オペラを楽しむ	第3水	10:00~12:00	都築義高	3ヵ月分	7,755円
★楽しく歌って若返り音楽療法	NEW 第2・4水	10:00~11:30	水谷映美	3ヵ月分	16,962円
★歌声サロン	第2・4火	10:00~11:30	野村初江	3ヵ月分	11,022円
★歌声広場 懐かしのポピュラーソング	第1・3木	10:00~11:30	出田光代	3ヵ月分	11,022円
★心に残る童謡・唱歌・愛唱歌	第1・3水	14:45~16:15	太田志麻	3ヵ月分	11,022円
★歌って倶楽部	第1・3水	10:00~11:30	相馬和子	3ヵ月分	13,992円
★イタリアの歌・スペインの歌を歌う	第1・3火	18:30~20:00	山本真美、吉井あかね	3ヵ月分	13,662円
★夢うたカラオケ講座	火	13:00~15:00	葵 司朗	3ヵ月分	17,424円
	水	10:00~12:00	葵 司朗	3ヵ月分	17,424円

シニアのための脳トレピアノ

★きらめきのスマレボカール	第3土	11:00~12:30	美苑いりか	3ヵ月分	9,471円
★語るように歌う!ジャズ	NEW 第2・4水	14:45~15:45	伊藤 綾	3ヵ月分	13,662円
★楽しく上達!リコーダー教室	第2・4土	11:00~12:30	加藤奈保	3ヵ月分	11,682円
	第1・3木	10:00~11:30	相馬和子	3ヵ月分	13,992円
	第1・3木	13:00~14:30	相馬和子	3ヵ月分	13,992円
	第2・4木	13:00~14:30	奥 美沙	3ヵ月分	13,992円
	第2・4土	10:00~11:30	相馬和子	3ヵ月分	13,992円
	第2・4土	13:00~14:30	相馬和子	3ヵ月分	13,992円

癒しの竖琴 (ライアー) 入門

★大人の初歩からのピアノ (30分間個人レッスン)	火~土	10:00~20:00	時間は要相談	石黒清子、新室麻里子、三宅真澄、山口潤也、河西桂子、河野葉子、清澤雪乃、金子由依、家崎久美子	1ヵ月分	(月3回) 7,931円
★やさしいフルート (30分間個人レッスン)	水	時間は要相談	金田ゆかり	1ヵ月分	(月2回) 8,558円~ (年間レッスン40回)	
★バイオリン教室(30分間個人レッスン)	火~土	時間は要相談	清水 鏡、谷口沙和	1ヵ月分	(月3回) 10,208円~ (年間レッスン40回)	

園芸・フラワー(アレンジ・創作)(材料費別途)

★ヨーロピアンフラワーデザイン	第2・4水	18:00~20:00	松原尚美	3ヵ月分	10,890円~
★お仕事帰りのガーデニング講座	第4水	18:30~20:00	松原尚美	3ヵ月分	6,765円
みゆきアートフラワー	第2・4水	10:00~12:00	松井みどり	3ヵ月分	10,890円~
★蘭から生まれた花・花まゆ	第1・3水	10:00~12:00	梅山 薫	3ヵ月分	11,550円
★苔玉と鉢植え作り	第2金	10:00~11:30	吉田 篤	3ヵ月分	6,765円

服飾

自由に楽しむソーイング	NEW 第1・2・3水	13:00~15:00	内田嘉子	3ヵ月分	18,315円
はじめてのかんたんソーイング&リフォーム	第1金	10:30~12:30	森 孝子	6ヵ月分	12,210円
やさしい着物リメイク	第3金	13:00~15:00	くどうまちこ	6ヵ月分	12,210円
手編みサロン	第1・3火	13:00~15:00	斉場勝代	3ヵ月分	10,890円
私流のニットを編む	第1・3金	13:00~15:00	斉場勝代	3ヵ月分	10,890円
はじめての帽子づくり	第4火	13:00~15:00	高橋久仁子	3ヵ月分	6,765円

日本の芸能						
★正調安来節 どじょうすくい道場	第2・4土	13:30～15:30	一宇川正光	3ヵ月分	11,682円	
南京玉すだれ初級講座	第1・3金	13:00～14:30	大須くるみ	3ヵ月分	12,342円	
松づくして健康体操	第1・3金	15:00～16:30	大須くるみ	3ヵ月分	12,342円	
はじめての津軽三味線	第2・4水	18:30～19:30	渡辺傳次郎	3ヵ月分	11,682円	
★唄ってみませんか? 相撲甚句	第2・4水	15:30～17:00	山浦義人	3ヵ月分	11,022円	
大正琴(琴伝流)	第2・4金	13:00～15:00	倉知弘洲、加藤洲麗	3ヵ月分	11,022円	
そう曲・琴(生田流正派)	土	15:30～17:30	熊野雅楽美蓉	3ヵ月分	17,424円	
★日本舞踊(花柳流)	木	10:00～12:00	花柳愛貴世	3ヵ月分	17,424円	
★日本民謡(日本民謡研究会)	土	13:00～15:00	藤戸豊瑞	3ヵ月分	17,424円	
★新・歌謡舞踊(菊花流)	第1・3水	10:00～12:00	菊花寿之丞	3ヵ月分	11,022円	

健康・ダンス						
★足心ヨガ	第2・4金	14:00～15:30	興裕朋江	3ヵ月分	12,210円	
★はじめてのスッキリヨガ	第1・3土	10:00～11:30	松下亜紀子	3ヵ月分	10,890円	
★体が軽くなるヨガ	第2・4水	10:00～11:30	鈴木理恵	3ヵ月分	10,890円	
★質の良い眠りに導く 疲労回復ヨガ	NEW 第2・4水	18:30～20:00	河合直美	3ヵ月分	10,890円	
★～幸せ呼吸でリフレッシュ～ゆったりヨガ	NEW 第2・4木	10:00～11:30	上浦弘美	3ヵ月分	10,890円	
★初心者OK!基本のヨガ	第1・3土	13:30～15:00	小出くみこ	3ヵ月分	10,890円	
★女性のための 身体めぐり ヨガ	火	10:00～11:30	古川まちこ	3ヵ月分	17,160円	
★やさしい美姿勢ヨガ	金	10:00～11:30	乾 順子	3ヵ月分	17,160円	
★日曜健康ヨガ	日	10:00～11:30	鈴木理恵	3ヵ月分	17,160円	

★座って楽々deヨガ	新3水/新2水	13:00～14:00	鈴木理恵	3ヵ月分	10,890円	
	水	13:00～14:00	鈴木理恵	3ヵ月分	17,160円	
★気功・太極拳	土	10:00～12:00	浦野治郎	3ヵ月分	17,160円	
★いきいき3B体操	第1・3水	10:00～11:30	三明佳子	3ヵ月分	11,022円	
★やさしく始める術太極拳	第1・3火	18:30～20:00	中村和子	3ヵ月分	10,890円	
★中高年のいきいき健康体操	第1・3金	10:00～11:00	川北志保	3ヵ月分	10,890円	
★いきいき脳トレ音楽体操	第2・4火	13:00～14:00	麻生いづみ	3ヵ月分	12,342円	
★ゆきき体操～自分で治す!ひざ・腰・股関節ケア～	第2・4木	10:30～12:00	石貴幸弘	3ヵ月分	14,190円	
カサハラ式「足から末病」改善講座	NEW 第3日	13:00～14:30	伊藤昌代	3ヵ月分	12,916円	
★姿勢調整エクササイズ ココロとカラダを調える	第1日	12:00～14:00	中尾修二	6ヵ月分	13,530円	

★大人のためのやさしいバレエ [女性限定]	金	15:00～16:00	遠野瀧谷口咲	3ヵ月分	20,724円	
	隔週金曜	15:00～16:00	遠野瀧谷口咲	3ヵ月分	11,682円	
★座ってエレガントバレエ [女性限定]	NEW 第3土	13:50～15:00	美苑えりか	3ヵ月分	7,821円	
★ボクシング・ライトトレーニング [女性限定]	第2・4土	14:00～15:00	矢形章憲	3ヵ月分	10,890円	
★自分でできるひざ痛改善教室	第1・3水	10:30～11:30	黒田歩助	3ヵ月分	10,890円	
★筋膜ほぐして体の動き改善	NEW 第1・3水	11:45～12:45	黒田歩助	3ヵ月分	10,890円	
★ほぐし体操 カラダの悩み解消	第1・3水	13:00～14:30	黒田歩助	3ヵ月分	11,550円	
★バランスディスク きれいな姿勢を作る	第1・3水	14:45～15:45	黒田歩助	3ヵ月分	10,890円	
★古武術に学ぶ身体操法 介護の動きが変わる	第4火	10:00～12:00	山口 潤	6ヵ月分	13,530円	
チアドラゴンズダンスレッスン ガールズクラス	木	18:20～19:10	PIASU	3ヵ月分	17,424円	
フラメンコをはじめよう	水	10:00～11:00	玉置礼奈	3ヵ月分	24,684円	
★タップダンス	第1・3水	19:00～20:00	志乃舞 優	3ヵ月分	11,682円	
★腰掛けタップダンス	第1・3水	14:00～15:00	伊藤藤子	3ヵ月分	13,662円	
★歌謡フラ	第2・4火	12:00～13:30	笠原美加	3ヵ月分	11,022円	

★シニアのためのフラダンス	第1・3火	10:30～11:45	マヒナ山口	3ヵ月分	11,022円		
	第2・4金	13:30～14:45	マヒナ山口	3ヵ月分	11,022円		
★たのしいフラダンス	第1・3日	11:45～13:15	マヒナ山口	3ヵ月分	11,022円		
★ゆったりフラダンス	第1・3火	12:00～13:30	マヒナ山口	3ヵ月分	11,022円		
★フラダンス	第2・4木	18:30～20:00	北野理恵	3ヵ月分	11,022円		
	第2・4水	13:00～14:30	黒澤摩希	3ヵ月分	11,022円		
★やさしいフラダンス	第1・3金	13:00～14:30	宮島さゆり	3ヵ月分	11,022円		
★社交ダンス	初級	木	12:30～14:00	瀬内千枝子	3ヵ月分	17,424円	
	中級	火	14:00～15:30	加藤和英	3ヵ月分	18,084円	
ゴルフ女性入門コース	月	10:30～12:00		1ヵ月分	6,600円		
	水	10:30～12:00	センチリーパークゴルフクラブ講師 堀 浩恭	1ヵ月分	6,600円		
ゴルフ入門コース	土	16:00～17:30		1ヵ月分	6,600円		
ゴルフシルバーコース	水	13:30～15:00		1ヵ月分	6,600円		

子ども

子ども書道 毛筆・硬筆	★年少～中3	金	16:30～18:00	伊藤苔石	3ヵ月分	13,860円	
	年長～中3	土	15:30～17:30	倉島尚味	3ヵ月分	13,860円	
★子ども絵画・工作教室	幼児～小学生	第1・3水	16:30～18:30	渡部美輪	3ヵ月分	8,580円	
		第1・3金	16:30～18:30	渡部美輪	3ヵ月分	8,580円	
ジュニア絵画と工作	年長～小6	木(月3回)	16:00～17:30	西山直子	3ヵ月分	12,375円	
			17:30～19:00	岩下みや子	3ヵ月分	12,375円	
ロボットプログラミング	小3～小6	第1・3日	10:15～11:45	奥田拓海ほか	3ヵ月分	30,030円	
			12:00～13:30	奥田拓海ほか	3ヵ月分	30,030円	
			14:00～15:30	奥田拓海ほか	3ヵ月分	30,030円	

★苦手克服! こども体操教室	小学校低学年クラス	第2・4土	10:30～11:30	小栗 健ほか	3ヵ月分	10,230円	
	幼児クラス	第2・4土	11:30～12:30	小栗 健ほか	3ヵ月分	10,230円	
こども新体操	3才～小2	水	16:30～17:15	高矢和子	3ヵ月分	14,124円	
	★小2～小6	水	17:15～18:15	高矢和子	3ヵ月分	14,124円	
★こどもバレエ	3才～小学校低学年	金	16:15～17:15	遠野瀧谷口咲	3ヵ月分	14,124円	
	小学生以上	金	17:15～18:20	遠野瀧谷口咲	3ヵ月分	14,124円	
チアドラゴンズダンスレッスン	年長～小3	水	16:30～17:20	YUKINO	3ヵ月分	14,124円	
	小4～小6	水	17:30～18:20	YUKINO	3ヵ月分	14,124円	
	年長～小3	木	16:10～17:00	PIASU	3ヵ月分	14,124円	
	小4～小6	木	17:10～18:00	PIASU	3ヵ月分	14,124円	
チアドラゴンズダンスレッスン	ガールズクラス	木	18:20～19:10	PIASU	3ヵ月分	17,424円	

★キッズダンス	年中～小3	金	18:30～19:30	多田京加	3ヵ月分	14,124円	
	小4～	金	19:30～20:30	多田京加	3ヵ月分	14,124円	
	年中～小3	隔週金曜	18:30～19:30	多田京加	3ヵ月分	7,062円	
	小4～	隔週金曜	19:30～20:30	多田京加	3ヵ月分	7,062円	
こどもバントワリング	3才～	木	18:00～19:30	野畑聡美	3ヵ月分	17,424円	
★親子で楽しく リトミック	1歳児クラス	金	10:00～10:45	家崎久美子	3ヵ月分	14,124円	
	2歳児クラス	金	11:00～11:45	家崎久美子	3ヵ月分	14,124円	
★ピアノ (30分間個人レッスン)	年少～	火～土	10:00～20:00 時間は要相談	石黒清子、三宅真澄、家崎久美子、新里麻理子、山口那也、清澤雪乃、金子由依、河西桂子、河野葉子	1ヵ月分	7,568円～ (年間レッスン40回)	
				清水 綾、谷口沙和	1ヵ月分	10,208円～ (年間レッスン40回)	
★バイオリン (30分間個人レッスン)	年少～	火～土	時間は要相談	清水 綾、谷口沙和	1ヵ月分	10,208円～ (年間レッスン40回)	

クラフト						
かんたん卓上手織り	第1・3火	13:00～15:30	山田ちさと	3ヵ月分	12,210円	
仏像彫刻入門	第1・3土	14:30～16:30	黒田奉忠	3ヵ月分	10,890円	
★レース切り絵 蒼山日菜の世界	第2土	10:00～12:00	高橋和子	3ヵ月分	9,405円	
タイカービング	第3水	13:00～14:30	雷松みつる	6ヵ月分	13,530円	
銀粘土のシルバーアクセサリー	第1火	13:00～15:00	三宅唯加	3ヵ月分	6,765円	
	第3水	18:30～20:30	三宅唯加	3ヵ月分	6,765円	
★ボジャギ 韓国のパッチワーク	第2日	10:00～12:00	大辻蘭子	3ヵ月分	6,765円	
陶磁器絵付け・チャイナペインティング	第3木	13:30～15:30	弓月美帆子	3ヵ月分	6,765円	
ウッドバーニング	NEW 第1・3金	10:00～12:00	住田礼子	3ヵ月分	12,210円	
おしゃれ革工房	第1・3水	10:00～12:00	岩月睦美	3ヵ月分	10,890円	
	第2・4水	13:00～15:00	岩月睦美	3ヵ月分	(毎週17,160円)	
★立体額絵・シャドウボックス	第1・3木	10:00～12:00	早川順子	3ヵ月分	10,890円	
★真多呂人形	第2・4木	13:00～15:00	川上真仙子	3ヵ月分	10,890円	
パッチワークキルト	第2・4金	13:00～15:00	井出美知子	3ヵ月分	10,890円	
	第2・4土	10:00～12:00	井出美知子	3ヵ月分	10,890円	
戸塚刺しゅう	第2・4金	10:00～12:00	川合佐恵子、酒井麻子	3ヵ月分	10,890円	
★オランダ・ザンスフォークアート	NEW 第4木	10:00～12:00	大石満子、酒井秀子	6ヵ月分	13,530円	
★羊毛刺しゅうでファッションリメイク	第4木	13:00～16:00	大石満子、酒井秀子	3ヵ月分	12,705円	
つまみ細工で作る～七五三髪飾り～	NEW 第1・3土	10:00～12:00	花川寛子	2ヵ月分	9,020円	
やさしいちりめん細工とつまみ細工	第4木	10:00～12:00	三宅ゆかり	6ヵ月分	13,530円	
キラキラ手作りバッグ講座	NEW 第4木	13:00～15:00	三宅ゆかり	6ヵ月分	13,530円	
	第1火	10:00～13:00	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	10,065円	
金継ぎ・金繕い	★ 第1火	13:45～16:45	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	10,065円	
金継ぎ・金繕い 長時間クラス	第1火	10:00～16:45	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	16,665円	
	第1火	10:00～13:00	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	10,065円	
蒔絵と螺鈿	★ 第1火	13:45～16:45	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	10,065円	
	第1火	10:00～16:45	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	16,665円	
蒔絵と螺鈿 長時間クラス	第1火	10:00～16:45	栗原藤秀、杉浦優ほか	3ヵ月分	16,665円	
★はじめての一閑張り	第1木	13:30～15:30	篠田美智子	6ヵ月分	12,210円	
★基礎から学ぶ一閑張り	第3木	13:30～15:30	松井光子	6ヵ月分	12,210円	
★素敵にリメイクビーズ刺繍	第1水	10:00～12:00	丹羽美子	6ヵ月分	13,530円	
★ビーズフラワー&アクセサリー～季節のお花を創る～	第2金	10:00～12:00	山本千草	3ヵ月分	7,755円	
★ジュエリークロスジェ	第2・4金	10:00～12:00	出原三千世	3ヵ月分	10,890円	(月2回)
★ソウタシエ	第2・4金	13:00～15:00	出原三千世	3ヵ月分	10,890円	(月2回)
★クロスジェカフェ、あみぐるみ	第2・4水	13:00～15:00	出原三千世	3ヵ月分	6,765円	
★マクラメ手芸	第2/4水	13:00～15:00	出原三千世	3ヵ月分	10,890円	
大好き! ティーペア～卯年にうさぎを作りましょう～	第4火	13:00～15:00	高岡里香	12ヵ月分	27,060円	
★タティングレース	第2日	13:30～15:30	高木桂一	3ヵ月分	6,765円	
★手づくり石けん教室	第4木	10:30～12:30	あかせまさみ	3ヵ月分	6,765円	
★カルトナーージュ	第3金	10:00～12:00	岡田ユキ	3ヵ月分	8,085円	
エコテープで暮らしの雑貨づくり	第4日	10:00～12:00	加藤美知枝	6ヵ月分	10,890円	
	第3火	10:00～12:00	加藤美知枝	6ヵ月分	10,890円	
はじめての水引講座 応用クラス	第4水	10:00～12:00	kurumu小笠原	6ヵ月分	10,890円	
★はじめてのステンドグラス	第3木	10:00～12:00	奥山祐代	3ヵ月分	8,085円	
ミニチュアドールハウス	第1日	10:00～12:00	小林美幸	3ヵ月分	6,765円	
★トロッケンクランツ 木の葉のリースとクラフト	第3金	10:00～12:00	御園直子	6ヵ月分	12,210円	

株式貯蓄のススメ	NEW 第1土	15:30～17:30	福沢隆雄	3ヵ月分	11,715円	
超初心者写真入門	第2木	10:00～12:00	稲垣智仁	6ヵ月分	12,210円	
ビギナーズフォトライフ	第2・4土	13:30～15:30	稲垣智仁	3ヵ月分	12,210円	
写真ライフ入門	第2・4土	10:00～12:00	稲垣智仁	3ヵ月分	12,210円	
初めてのデジタル一眼教室 [女性限定]	NEW 第4日	10:30～12:30	川嶋なぎさ	6ヵ月分	14,850円	
行ってみたいくなる世界の旅	第2金	13:30～15:00	竹田明子	3ヵ月分	9,405円	
大人の折り紙	第2火	10:30～12:00	竹内 啓	6ヵ月分	11,550円	
★暮らしに活かすハーブ教室	第2火	13:00～15:00	柴田光枝	6ヵ月分	12,210円	
ハーブのある暮らし中級編	第2火	15:15～17:15	柴田光枝	6ヵ月分	12,210円	
★お楽しみハーブサロン	第3金	13:00～15:00	柴田光枝	6ヵ月分	12,210円	
女性のためのやさしい漢方	第2木	10:30～12:00	早川浩次	6ヵ月分	12,210円	
お茶とスイーツ「おうち薬膳」	第1木	13:00～15:00	堀 輝余子	3ヵ月分	6,765円	

おいしい日本茶	第4火	10:00～11:30	中根めぐみ	6ヵ月分	13,530円	
		13:30～15:00	中根めぐみ	6ヵ月分	13,530円	
紅茶の世界へ旅に出る	第4火	10:00～11:30	岡本陽子	6ヵ月分	13,530円	
★和の癒し 手作り香でリラックス	第4木	13:00～15:00	竹内香織	6ヵ月分	12,210円	
アンチエイジングスキンケア	第1・3金	13:00～14:30	後藤ゆり	3ヵ月分	12,210円	
表情筋トレーニング&心美学®	NEW 第4土	13:00～14:30	むらさき美智留	3ヵ月分	6,765円	
★OSHO禅タロット&数秘術で導くあなたの未来	第3日	10:30～12:00	MAKI	6ヵ月分	12,210円	
ちから教授の手相関連法	NEW 第1・3金	10:00～11:30	加藤主税	3ヵ月分	13,530円	
★風水・易占入門	第2・4水	10:00～12:00	杉 琢美	3ヵ月分	10,890円	
★占い入門	第2・4水	18:30～20:00	杉 琢美	3ヵ月分	10,890円	
やさしい健康麻雀	第2・4火	13:00～15:00	長谷川 弘	3ヵ月分	12,870円	
自然観察&ウォーキング	第3水	10:00～12:00	山崎玲子	6ヵ月分	12,210円	
★月1回貸切バスで行く 四季のハイキング	第4月	8:00～17:15ごろ	成瀬福次	6ヵ月分	13,530円	(バス代など別途)
	第2木					

夏の特別講座・一日体験会

登録料不要・事前に参加費を添えて申し込みが必要

笑顔と笑いのレッスン 心のヨーガ塾「体と心の姿勢づくり」

健康運動指導士、
井坂ヨーガ研究所代表
井坂津矢子
8月24日(木)
10:30~12:00
2,255円(税込)
「やる気、勇気、元気、陽気の出る健康法」で
数多くの講演も行う、ヨーガ指導者が、「姿勢
が人間を作る」をテーマにお話しします。体を変
えて生き方の姿勢、心の姿勢も整え、ヤル気エ
ネルギーを充電しましょう!後半は椅子に座っ
たままでできる、簡単なヨーガも伝授します。



ヨーロッパチェーンネックレス モードジュエリーメイキング認定講師 清水澄子

6月24日(土)13:30~15:30
2,035円(税込)
※教材費別途
3,500円(税込)
チェーンメイルは丸カン
を繋いでデザインを
作っていくヨーロッパで
は伝統の人気クラフト。
丸カンの開閉のコツを
学び、お好きなスワロフ
スキー等を選んで作り
ます。長さ60cm



手芸用PPバンドで作る おでかけバッグ

グループエコ de ニコット
長縄紀美子
7月15日(土)
10:00~15:00
3,355円(税込)
※教材費
1,600円(税込)
水にぬれても大丈夫なPPバンドでお
しゃれなバッグを作ります。
24cm×12cm×18cm(H)



有松絞りでTシャツリメイク

有松工芸代表
濱島正継
8月5日(土)
16:00~18:00
2,915円(税込)
※教材費含む
Tシャツを輪ゴムや割りばしを使って有
松絞りの技法で手軽に染めます。家
にある着なくなったTシャツをおしゃれにリメ
イクしてみませんか?※対象小3~、低
学年の方も保護者同伴でご参加可能。



木目込みで作る かわいいカエル

真多呂人形学院雅会専務理事 川上真仙子
7月13日、27日(木)13:00~15:00
※2日間講習
2,860円(税込)
※教材費
6,930円(税込)
葉っぱを持ったかわいいカエルを、木
目込みの技法で作っていませんか?
高さ約10cm



ドローンを飛ばしてみよう

NPO法人日本ドローン安全飛行推進協会
田村徳久、岩木呂卓巳ほか
6月25日(日)
または7月23日(日)
10:00~16:00
9,955円(税込)
※ドローン貸出料含む
ドローンに興味がある方を対象に、ト
イドローンを使って基本操作を室内で
レクチャー。座学2時間、実習3時間。
本講座受講後、国交省登録認定資
格が取得できる講座を特別料金で受講で
きます。※対象中学生以上



~自分でできる~ ひざ痛改善教室

NPO法人アシックス理事長
黒田歩助
6月21日(水)
10:30~11:30
1,705円(税込)
ヒザの痛みは、ヒザだけに原因があるわけ
ではなく、股関節や足首、猫背からも影響
を受けます。ヒザに負担をかけないよう「腰
かけて」体操を行い「楽に歩けるために」
足首からヒザ周辺、股関節の動きから上
半身にかけての体操を行います。お一人
で悩まず、教室で体づくりを楽しみましょう。



ジェルキャンドル

Angel Mother
MAKI
7月23日(日)13:00~14:30
10:00~12:00
1,705円(税込)
※教材費別途
1,000円(税込)~
透明なガラス容器に貝殻やガラスの
動物を並べて、オリジナルジェルキャ
ンドルを作ります。小学生以下のお子
さまも保護者同伴でご参加可能。



開運パワーストーンブレスレット

Angel Mother MAKI
7月23日(日)13:00~14:30
2,255円(税込)
※教材費
2,500円(税込)~
好きな石を選んでブレスレットを製
作します。お一人ずつオーラ診断を
して、石との相性、石の持つ癒しの意味
についてもご説明します。



~ビューティーカラー~ “美人の秘密は似合う色”

日本パーソナルカラー協会
認定講師 澤田由実
7月1日(土)
10:00~12:30
3,355円(税込)
※女性10名様限定
魅力を引き出すパーソナルカラーの4シー
ズン(春夏秋冬)分類を個別に診断し、「色白
に見せたい」「お顔をツツツに見せたい」等
“キレイは作れる”を色の法則、理論に基づ
いて体験できる少人数の楽しい講座です!



ワイヤークラフトで作る ウェルカムプレート

wire craft kk
金田和子
6月24日(土)
10:00~12:00
2,255円(税込)
※教材費
550円(税込)
扱いやすい「アルミワイヤー」をベン
チ・ニッパーを使って「曲げる」「留め
る」「カール」しておしゃれなウェルカム
プレートを作ります。



作って奏でるバイオリン

工房楽器の森
加藤正行
7月30日(日)
10:00~16:00
(途中休憩1時間)
9,097円(税込)
※教材費含む
初めての方でも簡単に作ることがで
き、気軽に演奏を楽しめる軽バイオリ
ン(特許製法による制作容易なバイ
オリン)を作ります。中学生以上対象。
小学生の場合は保護者同伴で。本
体の塗装は行いません。



羊毛で作る☆ コウテイペンギンの親子ブローチ

日本已書道場
道場師範、
己書道場道場代表
三谷由美
7月30日(日)13:00~16:00
2,255円(税込)
親子参加の場合
3,355円(税込)
※教材費2,300円(税込)、
親子参加の場合は
2,500円(税込)
ふわふわの羊毛をフェルトにちくちくして、かわ
い親子のコウテイペンギンブローチを作ります。
※親子でのご参加もできます(親ペンギン、子ペン
ギン1つずつ作成) 親:縦約7cm、子:縦5.5cm



己書で描く「暑中見舞い」

日本己書道場
道場師範、
己書道場道場代表
三谷由美
7月8日(土)
13:00~14:30
2,255円(税込)
※教材費
500円(税込)
「自分を見つめて」あわてず、少しずつ
前に進んでいけばいい。自分と素直
に向き合い、丁寧に過ごす日常の気
持ちをお葉書にしてみませんか?



~楽しく発声、脳イキキ~ 相撲甚句

三河相撲甚句会会長
山浦義人
6月28日(水)
14:00~15:30
1,705円(税込)
※教材費含む
古くから、地方巡業や花相撲のときに
唄われ、独特な情緒ある節まわしと歌詞
が相撲ファンに親しまれています。両手
を叩いて「ドスコイ、ドスコイ」古くて新し
い相撲甚句を唄ってみませんか?



ビーズフラワー~お盆のお花~

ビーズフラワー講師 山本千草
7月14日(金)13:00~15:00
2,585円(税込)
※教材費2,800円(税込)
暑い時期なので傷みや
すい、お盆のお花をビ
ーズで作ります。ビ
ーズで作った花部分は洗
ったり拭いたりできま
すし、水替えも不要で
綺麗を保てます。長期
不在時にも安心です。



~ガラスの中の小さな自然~ 苔テラリウム

テラリウム作家
terrarium magic主宰
前畑乃理子
7月27日(木)
14:00~15:30
2,255円(税込)
※教材費
3,700円(税込)程度
自然の景色を小さな器に閉じ込めた
ような「苔テラリウム」。管理も比較的
簡単で、癒やしのインテリアとして長
く楽しめます。



エコラメ石けん

日本デザイン石けん協会
認定講師
さかもとさ
7月22日(土)
13:30~14:30
1,155円(税込)
※教材費
1,000円(税込)
生分解性セロファンフィルムを使用し
た水に溶けやすい「エコラメ」を使
い、地球に優しい石けん作りを楽し
みましょう!小学校低学年以下は保
護者同伴でご参加可能。



この夏あなたも浴衣美人

(学)清水学園清水とき・
きものアカデミア着装正教授
渡邊はつ江
7月4日(火)、11日(火)
13:00~15:00、
18:00~20:00の
いずれか2回
2,310円(税込)
浴衣でお出かけできるイベントも増え
てきました。かんたんな浴衣の着付け
をマスターしていませんか?2回講習
でお教えます。



~相続を争族とさせないために~ 遺言書セミナー

名古屋税理士会
後藤泰斗
7月15日(土)
13:00~14:30
2,475円(税込)
※教材費含む
相続は事前に準備しておかないと手
続きが大変になるケースが多いです。
このセミナーで「遺産分割」「申告」
の手順を学び、将来家族が困らな
いように準備しましょう。



昆虫王者ヘラクレスオオカブトを育てよう!

くわがた村代表
野平英一郎ほか
7月2日(日)
13:30~15:00
3,355円(税込)
※教材費5,000円(税込)
幼虫から成虫になるまでを観察ケースで
育てます。横から大きく育つ様子や、蛹、
成虫への羽化まで。親子で「昆虫のオ
オカブトについて学びながらヘラクレス
オオカブトの醍醐味に触れてみましょう!今
回用意したヘラクレスは、D.H.ヘラク
レス(グアドループ産)です。



紀行講座 東海古城研究会宮崎講師同行

徳川家康の駿府城と戦国関東の雄
北条氏ゆかりの地を巡る
東海古城研究会 宮崎諭志
9月24日(日)7:30出発、9月25日(月)17:30ごろ帰着
(愛知環状鉄道新豊田駅到着)
38,500円(税込)
日本一を誇る駿府城の天守跡や巨大な敵傍
濠、障子堀が残る山中城など、徳川氏、北条氏
ゆかりの城を講師の解説付きで巡ります。豊田
市発着、静岡の名産を味わう朝ごはんが人気
の静鉄プレジオホテルで1名1室を確保、1泊2
日のバスツアーです。
【お申込み・旅行企画・実施】
中日ツアー 観光庁長官登録旅行業第636号
名古屋市中区三の丸1丁目5-2 中日新聞社北館1階
電話 052(231)0800 平日 10:00~18:00
■最少催行人数15名様
■食事/朝食1回、昼食2回(夕食は各自)
■文化センター職員同行、添乗員は同行しません
■宿泊/静鉄プレジオホテル沼津(1名1室)



味を楽しむ

旅する気分でクッキング♪ ~ランチで楽しむ最適な休日!~

家庭料理研究家・
ナミーズキッチン主宰
水谷奈美江
7月28日(金)
10:00~12:00
4,235円(税込)
そば粉入りガレット、塩麹フライドチキン、に
んじんトマトのポターージュ、オレンジゼリーの
4品ご紹介いたします。



四季を楽しむ懐石料理

フードコーディネーター
高見ゆみ子
7月17日(土)
10:00~14:00
4,675円(税込)
※教材費含む
日本料理の原点である茶懐石をベースに
家庭でも作りやすい和食を歳時記に沿って
作ります。



夏休みプログラミング体験

デジコロボプラス
奥田拓海
6月17日(土)
10:30~12:00
2,805円(税込)
※教材費含む
アメリカMITメディアラボで開発されたプログラ
ミング言語スクラッチ。パソコンが初めてでも楽
しんで学べます。※小学2年生以上。定員9名



かんたんFM/AMラジオを 作ろう

デジコロボプラス
奥田拓海
8月1日(火)
10:30~12:00
5,709円(税込)
※教材費含む
部品を順番に差し込んで、ワンタッチ選局で
できるオリジナルラジオを作ります。※対象小学2
年生以上



はんだ付けを体験! FM/AMラジオ作り

デジコロボプラス
奥田拓海
8月1日(火)
13:30~15:30
5,588円(税込)
※教材費含む
電波をデジタル処理するDPS方式のICを
使ったラジオです。はんだ付けを体験しよう!
※対象小学4年生以上



夏も元気いっぱい 旨味抜群トマト麺

発酵ライフ推進協会
名古屋校校長
古澤久美
7月14日(金)
10:00~12:00
5,555円(税込) ※教材費含む
トマト麺とは、トマトと麺を合わせて発酵させ、旨
味成分が合わさった、それはそれは美味しい
発酵調味料です。冷蔵庫に入れておけば、簡
単発酵ごはんの素になります。トマト麺のお持
ち帰り、活用料理レシピと試食付き。



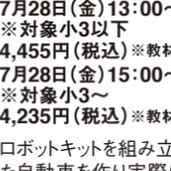
はじめての発酵生活 夏のフルーツ酵素ドリンク作り

発酵料理研究家
後藤知子ほか
7月6日(木)
10:30~12:00
2,475円(税込)
※教材費3,800円(税込)
健康の秘訣は腸内環境を整えること。日々
の生活に発酵を取り入れてみませんか。旬
のフルーツを使用してドリンクを作ります。出
来上がったドリンクは蓋つきの容器に入れ
てお持ち帰りいただきます。



ロボットプログラミング

デジコロボプラス 奥田拓海
7月28日(金)13:00~14:30
※対象小3以下
4,455円(税込) ※教材費含む
7月28日(金)15:00~16:30
※対象小3~
4,235円(税込) ※教材費含む
ロボットキットを組み立てDCモーターを使用し
た自動車を作り実際に走らせるプログラムを
作ります(小3以上クラス)。低学年クラスはバ
ズル、ロボット組み立て、プログラミング、ミ
ッションに挑戦。定員6名



~コツをつかんで楽しく書こう~ 夏休み読書感想文教室

読書作文教室ことばの窓主宰 小嶋由美子
8月1日(火)
10:30~14:30(途中休憩)
8月4日(金)
10:30~14:30(途中休憩)
8月4日(金)
15:30~19:00
3,355円(税込) ※教材費300円(税込) ※各日定員10名
作文のコツ、まとめ方などもやさしく指導し、3
時間の集中講座で下書きを完成させることを
目指します。小学3~6年生対象。



夏休みポスター宿題教室

グラフィックデザイナー
渡部美輪
7月26日(水)
13:00~15:00
16:00~18:00
8月4日(金)
10:00~12:00
13:00~15:00
8月11日(金)
10:00~12:00
13:00~15:00
2,255円(税込)
※各日定員10名
絵が嫌いなお子さんでもサ
クッと絵の宿題やポスターな
どを描けるように指導します。
描き方のポイントを知っての
びのび楽しく絵を描いてみま
しょう。小学生以上対象。



グルテンフリー米粉でおやつ もちもち米粉蒸しパン

米粉マイスター
中川祐子
6月20日(火)
13:30~16:00
3,465円(税込)
※教材費含む
豆乳を使ってもちもちでしっとりな食べ応え
のある米粉蒸しパンを2種類作ります。大人
のおつまみクッキーもご紹介いたします。体に優
しい食生活始めましょう。試食&飲み物付き。



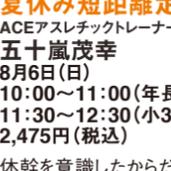
スペインのおつまみ タパスを楽しもう!

欧州家庭料理研究家
ダニエル・ドーソン
(Daniel Dawson)
7月9日(日)10:00~14:00
5,555円(税込) ※お酒なし
4,455円(税込) ※お酒あり
スペインのバルで出される小皿料理「タパ
ス」。簡単に作れて、おいしい洋風おつまみを
3~4種類紹介し、ワインのテイストも
楽しめます。(お酒なしでも参加可能)日本語
堪能な講師と、楽しい時間を過ごしましょう。



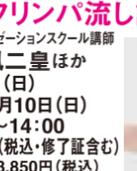
どうしたら速く走れるの? 夏休み短距離走教室

ACEアスレチックトレーナー
五十嵐茂幸
8月6日(日)
10:00~11:00(年長~小2)
11:30~12:30(小3~小6)
2,475円(税込)
体幹を意識したからだ全体の正しい使い方を
身に付けて短距離走のタイムアップを目指し
ます。走る時のフォームのポイントはもろん
切りかえしなどスポーツにつながる動きも実践
します。



自己免疫カアプ! セルフリンパ流し講座

Bodyリラクゼーションスクール講師
加藤楓二皇ほか
6月18日(日)
または9月10日(日)
10:00~14:00
18,535円(税込・修了証含む)
※教材費3,850円(税込)
むくみや疲れ、こりなど、人と触れないタッチ
レスで、簡単に効果的な方法を習得し、病
気にかかりにくい体になるために自分でケ
アして自己免疫を上げましょう!



自己免疫カアプ! セルフ足つぼりフレクソロジー

Bodyリラクゼーションスクール講師
加藤楓二皇ほか
7月16日(日)
10:00~14:00
18,535円
(税込・修了証含む)
※教材費3,850円(税込)
重要なツボが集中する足の裏をマッサージ
するだけで、全身に影響を与え、自律神経
のバランスを整えます。自分でケアして免
疫力を高めましょう!



※料金はすべて税込表記です。別途教材費等が必要な講座があります。使用写真は一部イメージを含みます。

お申し込み・お問い合わせは、窓口、フリーダイヤル、ホームページまで

電話 **0120-98-2841** 火~金曜 9:30~18:30
土曜9:30~17:30
日曜9:30~12:00 月曜休み

H P 豊田中日文化センター 検索 <https://web.my-class.jp/toyota/asp-webapp/web/WTopPage.do>



入会と受講について
●登録料550円(税込)と受講料を前納いただければ、どなたでも入会できます。
●会員資格は、各地の中日文化センターに共通です。(一部を除く)
●特別講演会、1dayセミナー、体験講座など一部の講座は登録料が不要です。
●満席の場合はキャンセル待ちを受け付けます。また、規定開講人数に満たない場合は開講を中止させていただきます。ご入金後に受講者の都合でキャンセルされる場合は、事務手数料20%を差し引いて返金いたします。
●受講料には維持管理費が含まれています。
●一部の講座の受講料には音楽著作権使用料が含まれています。
個人情報保護の取り扱い
中日文化センターは、入会・受講申し込みの際にご記入いただいた、個人情報等を厳正かつ適正な管理のもと運用いたします。利用目的は次の通りです。
①申し込みいただいた講座の受講手続き、そのほかのご案内、確認や講座の受講資料、募集企画などのご案内、サービスの提供②個人情報を識別することができない形で統計的に処理し、今後の参考データとするため③新しい講座企画、キャンペーンなどのお知らせ④中日グループ内で共有のうえ、さまざまなサービス提供のご案内など。詳しくは中日文化センターホームページ内プライバシーポリシーをご覧ください。
②個人情報相談窓口 中日文化センターグループ個人情報担当 千460-0008 名古屋市中区栄4-16-36 久屋中日ビル7階 中日文化センター内 TEL 0120-53-8164