

## 冬の受講生募集

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。



## かわいい人形を作ろう

人形作家 平林美智代

1月開講  
第4水曜  
10:00～13:00  
19,470円(税込・6ヵ月分)  
※教材費8,500円(税込)

アンティークの着物地を使った可愛いうさぎ市松人形を作ります。人形、着物はすべてカット済みの生地を使いますので、初心者の方でも大丈夫。個々のペースでゆくり楽しみながら作っていきます。



## 手軽にはじめるダーニング

手芸作家 猪島智美

第2・4火曜  
10:00～12:00  
13,530円  
(税込・3ヵ月分)

イギリスの伝統的なダーニングは傷んだ布を補修するだけでなく、身近なものを素敵にリメイクする方法として注目されています。マルチカラーの毛糸を使って、可愛い動物たちをダーニングしてみませんか？



## 脳トレピアノ資格取得コース初級

ピアノゆうゆう塾

Executive認定講師

相馬和子

2月開講  
第2・4金曜  
13:00～14:30  
35,200円(税込・2ヵ月分)  
※テキスト代1,100円(税込)

音楽を楽しみながら脳のトレーニングができるレッスン手法を学び、心と体と頭(脳)の若返りが期待できる指導を行うシニアのピアノ初心者向けクラス開講が可能になります。

講座無料説明会 1月10日(金)  
※お電話でご予約ください。 13:00～14:30

## 女性限定！初めてのデジタル一眼教室

写真家 川嶋なざさ

1月開講  
第4日曜  
13:30～15:30  
7,425円(税込・3ヵ月分)  
※教材費含む

女性限定！入門者、初心者向けの1月から始まる3回修了講座。スマホやコンパクトカメラでは撮れないような撮影テクニックを一から楽しく学び、旅先での写真、可愛いお子さんやペットの写真など、これまでより素敵な写真を撮ってみましょう。



## 楽しいPPテープ

くらふとtakumomo 梅村通恵

第3木曜  
10:00～11:30  
13,530円  
(税込・6ヵ月分)  
※初回教材費1,700円  
(税込・基礎コーステキスト含む)

PPバンドや新しい素材のテープを編んでかごや生活雑貨を作ります。基礎から応用コースへ、いろいろなテープを編みながら楽しい時間を一緒に！



## 心豊かに楽しく学ぶ

小川国亜起

絵画教室

日本画家・日本美術院特待

小川国亜起

第2・4日曜  
10:00～12:00  
13,530円  
(税込・3ヵ月分)

日本画、水彩画、デッサンなど自分の希望で画材を自由に選択できます。基本的に個々の描きたいテーマで自由に制作します。初心者の方には画材選びなど基礎から指導します。



## 正調安来節 どじょうすくい道場

正調安来節保存会師範

佐々木謙一

1月開講

第1・3土曜

13:30～15:30

11,682円

(税込・3ヵ月分)

※教材費別途

足腰のストレッチから始め、踊りの基本を身につけます。その後は各自の個性に合った踊りが完成するように指導します。楽しく踊って健康に！

TRY 12月21日(土)13:30～15:30  
1,727円(税込)

## 季節の発酵ごはん

発酵ライフ推進協会

名古屋校校長

古澤久美

1月開講

第2火曜

10:00～12:00

6,765円

(税込・3ヵ月分)

※教材費1回3,000円(税込)程度

「発酵」というワードを目にしない日がないくらい、今は空前の発酵ブーム。3回の講座で無添加！白菜キムチ仕込み、麴の話とほっこり小豆味噌仕込み、発酵トマトケチャップ&amp;マスタードを実習し、「発酵」を生活に取り入れる術をお伝えします。



## ボジャギ～韓国のパッチワーク～

ボジャギ作家

大辻蘭子

第2日曜

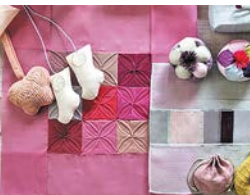
10:00～12:00

6,765円

(税込・3ヵ月分)

※教材費別途

独特の透け感や清涼感、特徴的な幾何学模様のおしゃれな韓国の伝統手芸・ボジャギ。巾着などの小物からタペストリーなど、さまざまな作品を作ります。

TRY 1月12日(日)10:00～12:00  
1,705円(税込) ※教材費別途

## 1月から始まる新講座

## NISAで株式貯蓄

若葉マーク株式投資代表

福沢隆雄

1月開講

第2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る「株式貯蓄」はNISAにピッタリ。安定成長企業、好配当企業を投資対象とし「銘柄選定・買値検討シート」を用いる堅実シンプル投資で資産形成します。先ずは少額投資(例1株3,000円)で得意銘柄を作りましょう。1月から始まる3ヵ月終了講座です。



## グルテンフリー米粉でおやつ

米粉マイスター

中川祐子

1月開講

第4水曜

12:30～15:00

10,560円

(税込・3ヵ月分)

※教材費含む

米粉マイスターがご自宅ですとできる、簡単＆ヘルシーな米粉のおやつやパンをご紹介します。1月米粉のノンオイルブラウニー、2月黒糖ときな粉と黒すりごまのロールパン、3月桜とよぎの2色蒸しパン。



## はじめてのオカリナ～超初心者クラス～

ライリッシュオカリナ連盟

認定講師

神野仁志

1月開講

第1・3土曜

10:30～12:00

16,456円

(税込・4ヵ月分)

※オカリナ代12,100円(税込)、テキスト2,000円程度(税込) 年齢に関係なく、楽譜を読むのが苦手な方でも一から習える分りやすい講座です。みんなで癒しの音色を奏でましょう。やさしい曲からゆっくり指導します。8回修了講座。



## 女性のための

## はじめてのランニング

パーソナルジム

B'ALLYS(ビーアライズ)代表

長井利将

第1・3火曜

10:30～12:00

13,530円(税込・3ヵ月分)

体幹トレーニングや実際に野外、室内でのウォーキングやジョギングを通じて10kmのマラソン大会完走をゴールとした初心者の方向けの講座です。一から一緒に健康にも繋がる身体作りをしていきましょう！！



## 男性のための

## はじめての麻雀

日本プロ麻雀連盟中部本部所属

都築友和

第2・4火曜

10:00～12:00

12,870円(税込・3ヵ月分)

※教材費3ヵ月900円(税込)

超初心者のための基礎知識の習得から対局まで、現役の競技プロがルールから遊び方、点数計算まで、丁寧に解説。



## 新シーズンスタート!!

あなたはどこへ?

## 海外旅行リハーサル英会話

英会話講師 杉田由己

木曜11:00～12:20

17,160円(税込・3ヵ月分)

1コース12回。各場面設定でのロールプレイ練習講座です。前半、基本編12回(3ヵ月)。後半、応用編12回(3ヵ月)。準備もしっかり、さあ、海外旅行を一杯楽しみましょう。

TRY 12月12日(木)または19日(木)11:00～12:20  
1,705円(税込)

## ゼロから始める

韓国語

コスモスクール講師

李 智銀

第1・3日曜

10:00～11:10

12,210円

(税込・3ヵ月分)

韓国語を初めて学ぶ方を対象に、ハングル文字の読み書き、発音から丁寧に指導します。



TRY 12月15日(日)10:00～11:10 1,705円(税込)

豊田中日文化センター・趣味・手芸講座会員作品展

## 手づくり展

豊田中日文化センターの受講会員の皆さんが

日ごろの制作の成果を展示発表します。

講師、会員作品の販売コーナー、ワークショップ、1日体験コーナーも。入場無料でどなたでもご入場できますのでお気軽にお出かけください。

日時 2月8日(土)、9日(日)10:00～17:00(9日は15:00まで)

会場 豊田産業文化センター1階多目的ホール(豊田市内小坂本町1-25)

◆ 出品講座 革の工芸、戸塚刺しゅう、タイカーピング、私流のニットを編む、自由に楽しむソーイング、かんたん卓上手織り、トロッケンクランツ、みゆきアートフラワー、ステンドグラス、オランダザンス、羊毛刺しゅう、仏像彫刻、手作り香、チョークアート、ビーズフラワー、一閑張り、ウッドバーニング、ティディバ、米粉でおやつ、カルトナージュ、暮らしに活かす色彩レッスン、アロマハンドトリートメント、手づくり石けん教室、ダーニング、花まゆ、ちから教授の手相開運法

手作り展1日体験ワークショップ  
※当日参加もOK。詳しくはHPをご覧ください。



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         |
| ★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        |
| ★仏像の見方                            | 第3水         | 13:00～15:00 | 米田孝仁            | 6ヵ月分 | 14,850円        |
| ★玉置妙愛 こころの指南塾                     | 指定木         | 10:30～12:00 | 玉置妙愛            | 6ヵ月分 | 18,810円        |
| ★写経と写仏〜ブチ法語で癒しの時間〜                | 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4金         | 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        |
| ★心に響く朗読〜文学作品を豊かにあじわう〜             | 第4火         | 13:30～15:00 | 石田麻利子           | 6ヵ月分 | 20,790円        |
| 創作文章教室                            | 第1・3水       | 13:00～14:15 | 小原麻由美           | 3ヵ月分 | 23,430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        |
|                                   | 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〜                 | 第1・3火       | 15:30～17:00 | 尹 省熹            | 3ヵ月分 | 12,210円        |
| ★韓国語 超初心者クラス                      | 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        |
| ★ゼロから始める韓国語                       | NEW 第1・3日   | 10:00～11:10 | 李 智銀            | 3ヵ月分 | 12,210円        |
| ★超初心者さんの韓国語                       | 第1・3日       | 13:00～14:10 | 李 智銀            | 3ヵ月分 | 12,210円        |
| ★やさしい韓国語                          | 第1・3日       | 11:30～13:00 | 李 智銀            | 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        |
| ★クリスと学ぶ楽しい英会話                     | 木           | 10:00～11:30 | クリスファー・ベリー・ハワエル | 3ヵ月分 | 20,460円        |
| ★クリスと話そう!超初心者 英会話                 | 木           | 11:30～13:00 | クリスファー・ベリー・ハワエル | 3ヵ月分 | 20,460円        |
| ★クリス先生の使えるトラベル英会話                 | 水           | 13:30～15:00 | クリスファー・ベリー・ハワエル | 3ヵ月分 | 20,460円        |
| ★クリス先生のカムカムイングリッシュ                | 第1・3土       | 10:00～11:20 | クリスファー・ベリー・ハワエル | 3ヵ月分 | 12,540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                     | NEW 木       | 11:00～12:20 | 杉田由己            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
| ★簡単、話そう!シンプル英会話 隔週クラス             | 第1・3火       | 11:00～12:20 | 杉田由己            | 3ヵ月分 | 10,890円        |
|                                   | 第2・4火       | 11:00～12:20 | 杉田由己            | 3ヵ月分 | 10,890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        |
|                                   | 第2・4水       | 11:00～12:20 | 杉田由己            | 3ヵ月分 | 10,890円        |
| ★レベルアップ英会話                        | 火           | 14:00～15:20 | 杉田由己            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
| ★"Hello!"で始まる英会話                  | 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          | 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        |
| 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育成講座(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育成講座(上級)                | 第4日         | 12:45～14:45 | 古川泰子            | 6ヵ月分 | 20,130円        |
| 今から始める「本気の断捨離®」                   | 第3火         | 14:00～15:30 | おんだ柚希美          | 6ヵ月分 | 15,510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        |
| ★声を出して心もカラダもイキイキ元気!すこやか音読講座       | 第2水         | 10:30～12:00 | 今井由紀子           | 3ヵ月分 | 8,415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        |
| 書道                                |             |             |                 |      |                |
| 毛筆・かな                             | 火           | 10:00～12:00 | 山木秋江            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
|                                   | 第1・3金       | 10:00～12:00 | 光岡幸仙            | 3ヵ月分 | 10,890円        |
| 毛筆・漢字                             | 木           | 10:00～12:00 | 松下英風            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
|                                   | 土           | 9:30～11:30  | 物部浩子            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
| ★書道入門〜写経・インテリア書〜                  | 第1・3水       | 13:00～15:00 | 加藤矢舟            | 3ヵ月分 | 10,890円        |
| ★実用の書とペン                          | 木           | 18:00～20:00 | 羽根田昌風           | 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) (毛筆・ペン) | 金           | 13:00～15:00 | 小林正子            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
|                                   |             | 18:00～20:00 | 小林正子            | 3ヵ月分 | 17,160円        |
| 篆刻と篆書                             | 第2・4火       | 15:30～17:30 | 鎌倉雅代            | 3ヵ月分 | 10,890円        |
| 実用の筆ペン                            | 第2・4金       | 13:30～16:00 | 倉島尚味            | 3ヵ月分 | 10,890円        |
| ★日曜実用書法                           | 第2・4日       | 10:00～12:00 | 羽根田昌風           | 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 | 16,170円        |
|                                   | 木(月3回)      | 10:00～12:00 | 安藤昭代            | 2ヵ月分 | 16,170円～       |
| 池坊                                | 火(月3回)      | 18:00～20:00 | 安藤昭代            | 2ヵ月分 | 16,170円～       |
|                                   |             | 13:00～15:00 | 渡邊はつ江           | 3ヵ月分 | 17,160円～       |
| 着物の着付け                            | 火           | 18:00～20:00 | 渡邊はつ江           | 3ヵ月分 | 17,160円        |
|                                   |             |             | 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        |
| 料理 (材料費を含む) 料理教室 九重味淋(株)          |             |             |                 |      |                |
| 飾り巻き寿司                            | 第4土         | 10:00～12:00 | 天野信子            | 3ヵ月分 | 5,445円 (材料費別添) |
| おとごはん〜簡単メニュー〜                     | 第1土         | 10:00～12:00 | 水谷奈美江           | 2ヵ月分 | 6,710円         |
| 季節の発酵ごはん                          | NEW 第2火     | 10:00～12:00 | 古澤久美            | 3ヵ月分 | 6,765円         |
| パン&スイーツ                           | 第3日         | 10:00～12:00 | 大林映美子           | 3ヵ月分 | 9,405円         |
| 楽しいパン作り                           | 第4土         | 10:00～12:00 | 松田正司            | 3ヵ月分 | 9,405円         |
| グルテンフリー米粉でおやつ                     | NEW 第4水     | 12:30～15:00 | 中川祐子            | 3ヵ月分 | 10,560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 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 |
|                     | 第1・3木             | 13:00～15:30 | 祖父江寿枝     | 3ヵ月分 | 10,890円 |
| やさしい水彩画             | 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           | 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 小川国亜起絵画教室 | 【午前クラス】 NEW 第2・4日 | 10:00～12:00 | 小川国亜起     | 3ヵ月分 | 13,530円 |
|                     | 第2・4日             | 13:00～15:00 | 小川国亜起     | 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           |
| ★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          |
| ★リフレッシュ☆こころの歌                | 第3火             | 10:30～12:00           | 太田志麻                 | 3ヵ月分        | 6,171円           |
| ★みんなキラキラ☆こころの歌               | 第1・3水           | 13:30～15:00           | 太田志麻                 | 3ヵ月分        | 12,342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           | 山本直美、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          |
| ★きらめきのスマレポーカル                | 第3土             | 11:00～12:30           | 美苑えりか                | 3ヵ月分        | 9,471円           |
| ★語るように歌う!ジャズ                 | 第2・4水           | 13:30～14:30           | 伊藤 綾                 | 3ヵ月分        | 13,662円          |
|                              |                 | 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           | 10:30～12:00           | 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          |
| シニアのための脳トレピアノ                | 第1・3木           | 13:00～14:30           | 相馬和子                 | 3ヵ月分        | 13,992円          |
|                              | 第2・4木           | 10:00～11:30           | 奥 美沙                 | 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          |
|                              | 脳トレピアノ資格取得コース初級 | NEW 第2・4金             | 13:00～14:30          | 相馬和子        | 2ヵ月分             |
| 癒しの竖琴(ライアー)入門                | 第2・4水           | 10:30～12:00           | 柴本直幸ほか               | 2ヵ月分        | 13,662円          |
| 竖琴(ライアー) ～優しく、あたたかな音色を～      | 第2・4金           | 11:20～12:20           | Maeve(メイヴ)           | 3ヵ月分        | 13,662円          |
| 竖琴(ライアー) ※40分間個人レッスン         | 第2・4金           | 時間は要相談                | Maeve(メイヴ)           | 1ヵ月分        | 7,854円<br>(月2回)  |
|                              |                 | 10:00～11:30           | 水野真由美                | 3ヵ月分        | 12,342円          |
| 中高年のかんたんキーボード                | 第1・3火           | 13:00～14:30           | 水野真由美                | 3ヵ月分        | 12,342円          |
|                              |                 | 14:45～16:15           | 水野真由美                | 3ヵ月分        | 12,342円          |
| ハーモニカをはじめよう                  | 入門・初級           | 第1・3水                 | 12:30～14:15          | 大澤龍己        | 3ヵ月分 11,022円     |
| 複音ハーモニカ                      | 中級              | 第1・3水                 | 14:30～16:15          | 大澤龍己        | 3ヵ月分 11,022円     |
| はじめてのティンホイッスル                | NEW 第2・4火       | 13:30～15:00           | 神野仁志                 | 3ヵ月分        | 13,662円          |
| はじめてのオカリナ                    | 超初心者クラス NEW     | 第1・3土                 | 10:30～12:00          | 神野仁志        | 4ヵ月分 16,456円     |
| オカリナをはじめよう                   | 初心者クラス          | 第2・4水                 | 15:15～16:45          | 神野仁志        | 3ヵ月分 11,022円     |
| オカリナ                         | 中級              | 第2・4水                 | 13:00～15:00          | 神野仁志        | 3ヵ月分 11,022円     |
|                              |                 | 13:30～14:30           | Yoshiko&Koushou      | 3ヵ月分        | 12,342円          |
| カリンバをはじめよう                   | 第1・3金           | 14:45～15:45           | Yoshiko&Koushou      | 3ヵ月分        | 12,342円          |
|                              |                 | ★ウクレレをはじめよう           | 第1・3火                | 16:30～17:45 | 宮本 武             |
| ★超初心者さんのウクレレ教室               | 第2・4水           | 13:30～14:45           | 宮本 武                 | 3ヵ月分        | 12,342円          |
| はじめてのギター教室                   | 第2・4火           | 18:30～20:00           | 榎本和俊                 | 3ヵ月分        | 11,022円          |
| 曾念中の癒しの二胡教室                  | 第2・4日           | 10:30～11:30           | 曾 念中                 | 3ヵ月分        | 16,962円<br>(月2回) |
| 曾念中の癒しの二胡教室(30分間個人レッスン)      | 第2・4日           | 時間は要相談                | 曾 念中                 | 1ヵ月分        | 7,854円<br>(月3回)  |
| ★サクスを始めよう(30分間個人レッスン)        | 金               | 朝～夜<br>時間は要相談         | 林 千恵                 | 1ヵ月分        | 10,131円<br>(月2回) |
| ★大人の初歩からのピアノ<br>(30分間個人レッスン) | 火～土             | 10:00～20:00<br>時間は要相談 | 石黒清子、新里麻里子           | 1ヵ月分        | 7,931円<br>(月3回)  |
|                              |                 |                       | 三宅真澄、山口翔也            |             |                  |
|                              |                 |                       | 河野葉子、清澤雪乃            |             |                  |
| ★やさしいフルート<br>(30分間個人レッスン)    | 水               | 時間は要相談                | 金子由依、家崎久美子           | 1ヵ月分        | 8,481円～<br>(月3回) |
|                              |                 |                       | ★バイオリン教室(30分間個人レッスン) |             |                  |

| 日本の芸能            |     |       |             |           |      |         |
|------------------|-----|-------|-------------|-----------|------|---------|
| ★正調安来節 どじょうすくい道場 | NEW | 第1・3土 | 13:30～15:30 | 佐々木謙一     | 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 |
| ★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 | 熊野雅楽芙蓉    | 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 |



| 服飾                   |         |             |        |      |         |  |
|----------------------|---------|-------------|--------|------|---------|--|
| 自由に楽しむソーイング          | 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  |  |

| こども                    |           |        |                       |                                                 |      |                   |
|------------------------|-----------|--------|-----------------------|-------------------------------------------------|------|-------------------|
| ★こども書道 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           |
| ★こども絵画・工作教室            | 幼児～小学生    | 第1・3火  | 16:30～18:30           | 渡部美輪、菊地有希                                       | 3ヵ月分 | 8,580円            |
|                        |           | 第1・3水  | 16:30～18:30           | 渡部美輪、菊地有希                                       | 3ヵ月分 | 8,580円            |
|                        |           | 第1・3金  | 16:30～18:30           | 渡部美輪、菊地有希                                       | 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1     | 水      | 16:20～17:05           | 古橋 智子                                           | 3ヵ月分 | 14,124円           |
|                        | ★小2～小6    | 水      | 17:15～18:15           | 古橋 智子                                           | 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           | 渡多野満砂、谷口玲央                                      | 3ヵ月分 | 14,124円           |
|                        | 小学生以上     | 金      | 17:15～18:20           | 渡多野満砂、谷口玲央                                      | 3ヵ月分 | 14,124円           |
|                        | 年長～小3     | 水      | 16:30～17:20           | MINAMI                                          | 3ヵ月分 | 14,124円           |
| チャドラゴンズダンスレッスン         | 小4～小6     | 水      | 17:30～18:20           | MINAMI                                          | 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           |
| チャ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            |
| こどもバトントワリング            | 3才～       | 木      | 18:00～19:30           | 野畑聡美                                            | 3ヵ月分 | 17,424円           |
| ★ピアノ<br>(30分間個人レッスン)   | 年少～       | 火～土    | 10:00～20:00<br>時間は要相談 | 石黒満子、三宅真澄、家嶋久美子<br>新里麻里子、清澤雪乃、金子由依<br>河野美子、山口唯花 | 1ヵ月分 | (月3回)<br>7,931円～  |
| ★バイオリン<br>(30分間個人レッスン) | 年少～       | 火～土    | 時間は要相談                | 谷口沙和                                            | 1ヵ月分 | (月3回)<br>10,131円～ |

| 趣味・パソコン                                     |  |     |       |              |       |                |
|---------------------------------------------|--|-----|-------|--------------|-------|----------------|
| NISAで株式貯蓄                                   |  | NEW | 第2土   | 15:30～17:30  | 福沢隆雄  | 3ヵ月分 11,715円   |
| 超初心者者の写真入門                                  |  |     | 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   |
| デジタル一眼ステップアップ講座 <small>〔女性限定〕</small>       |  |     | 第4日   | 10:30～12:30  | 川嶋なぎさ | 6ヵ月分 14,850円   |
| 初めてのデジタル一眼教室 <small>〔女性限定〕</small>          |  | NEW | 第4日   | 13:30～15:30  | 川嶋なぎさ | 3ヵ月分 7,425円    |
| 行ってみたくなる世界の旅                                |  |     | 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   |
| 介護のためのアロマハンドトリートメント1級 <small>〔女性限定〕</small> |  |     | 第3火   | 10:00～12:00  | 近藤由紀  | 6ヵ月分 14,190円   |
| 介護のためのアロマハンドトリートメント2級 <small>〔女性限定〕</small> |  |     | 第3火   | 13:30～15:00  | 近藤由紀  | 3ヵ月分 6,765円    |
| ★水野愛子監修トコトン学ぶ表情筋トレーニング                      |  |     | 第4金   | 10:30～11:45  | 都築麻子  | 6ヵ月分 13,530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                                     |  |     |       | 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   |
| 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                                 |  |     | 第1・3水 | 10:00～11:30  | 加藤主税  | 3ヵ月分 13,530円   |
| ★気学・易学入門                                    |  |     | 第2・4水 | 10:00～11:30  | 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   |
| 超初心者さんのための健康麻雀                              |  | NEW | 第2・4火 | 10:00～12:00  | 都築友和  | 3ヵ月分 12,870円   |
| やさしい健康麻雀                                    |  |     | 第2・4火 | 13:00～15:00  | 都築友和  | 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   |
|                                             |  |     | 第2木   | 8:00～17:15ごろ | 成瀬福次  | 6ヵ月分 (バス代など別途) |
| シニアのための超初心者スマホ塾                             |  |     | 第1・3火 | 10:00～11:30  | 東谷淳子  | 3ヵ月分 14,850円   |
|                                             |  |     | 第1・3木 | 13:00～14:30  | 東谷淳子  | 3ヵ月分 14,850円   |
| もっとスマホを楽しもう!Android限定                       |  |     | 第2・4火 | 10:00～11:30  | 東谷淳子  | 3ヵ月分 14,850円   |
|                                             |  |     | 第2・4木 | 10:00～11:30  | 東谷淳子  | 3ヵ月分 14,850円   |
| ～色んなアプリを活用しよう～はじめてのiPad                     |  |     | 第1・3木 | 10:00～11:30  | 東谷淳子  | 3ヵ月分 16,830円   |
|                                             |  |     | 第4木   | 13:00～14:30  | 東谷淳子  | 3ヵ月分 8,415円    |
| マイベース マイパソコン(ノートパソコン持参)                     |  |     | 火     | 13:30～15:30  | 林 さと美 | 1ヵ月分 13,420円   |
|                                             |  |     | 金     | 10:00～12:00  | 林 さと美 | 1ヵ月分 13,420円   |
| 60歳からのマイパソコン(ノートパソコン持参)                     |  |     | 金     | 13:00～15:00  | 林 さと美 | 1ヵ月分 13,420円   |
|                                             |  |     | 金     | 15:30～17:30  | 林 さと美 | 1ヵ月分 13,420円   |
| シニアのためのはじめてのパソコン                            |  |     | 火     | 10:00～11:30  | 林 さと美 | 2ヵ月分 26,840円   |

| 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   |  |

| クラフト                      |       |              |             |              |                  |        |
|---------------------------|-------|--------------|-------------|--------------|------------------|--------|
| 鶴籠職人が教える竹籠編み              | 第2火   | 13:00～15:00  | 安藤千寿香       | 3ヵ月分         | 11,220円          |        |
| 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           |        |
| タイカーピング                   | 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           | NEW   | 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                  | 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          |        |
| 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          |        |
| 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          |        |
| 手軽にはじめるダーニング              | NEW   | 第2・4火        | 10:00～12:00 | 猪島智美         | 3ヵ月分 13,530円     |        |
| ★オランダ・ザンスフォークアート          | 第4木   | 10:00～12:00  | 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  | 酒井秀子        | 3ヵ月分 12,705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              | 第4木   | 13:00～15:00  | 三宅ゆかり       | 3ヵ月分         | 6,765円           |        |
| かわいい人形を作りましょう             | NEW   | 第4水          | 10:00～13:00 | 平林美智代        | 6ヵ月分 19,470円     |        |
| 金継ぎ・金繕い                   | 第1火   | 10:00～13:00  | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 3ヵ月分         | 10,065円          |        |
|                           |       | ★13:45～16:45 | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 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  | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 3ヵ月分         | 16,665円          |        |
|                           |       | 10:00～13:00  | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 3ヵ月分         | 10,065円          |        |
| 蒔絵と螺鈿                     | 第1火   | 10:00～13:00  | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 3ヵ月分         | 10,065円          |        |
|                           |       | ★13:45～16:45 | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 3ヵ月分         | 10,065円          |        |
| 蒔絵と螺鈿 長時間クラス              | 第1火   | 10:00～16:45  | 栗原蘇秀、杉浦 傑ほか | 3ヵ月分         | 16,665円          |        |
| ★はじめての一閑張り～自分だけのバッグを作る～   | 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1火   | 10:00～12:00  | 山本千草        | 3ヵ月分         | 7,755円           |        |
| ★ジュエリークロッシェ               | 第2・4金 | 10:00～12:00  | 出原三千世       | 3ヵ月分         | (月2回)<br>10,890円 |        |
| ★ソウタシエ                    | 第2・4金 | 13:00～15:00  | 出原三千世       | 3ヵ月分         | (月1回)<br>6,765円  |        |
| ★クロッシェカフェ、あみぐるみ、マクラメ手芸ほか  | 第2・4水 | 13:00～15:00  | 出原三千世       | 3ヵ月分         |                  |        |
| 大好き!ティディア                 | 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                 | NEW   | 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  | 山田雅子        | 6ヵ月分         | 13,530円          |        |
| ★楽しいPPテープ                 | NEW   | 第3木          | 10:00～11:30 | 梅村通恵         | 6ヵ月分 13,530円     |        |
| ★楽しいクラフトテープ               | 第3土   | 10:00～11:30  | 梅村通恵        | 6ヵ月分 13,530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 木の実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          |        |

| 健康・ダンス                   |       |            |             |                               |      |         |
|--------------------------|-------|------------|-------------|-------------------------------|------|---------|
| ★女性のためのはじめてのランニング        | NEW   | 第1・3火      | 10:30～12:00 | 長井利将                          | 3ヵ月分 | 13,530円 |
| ★足心ヨーガ                   |       | 第2・4金      | 14:00～15:30 | 興梠朋江                          | 3ヵ月分 | 12,210円 |
| ★はじめてのスッカリヨガ             |       | 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 | 多田 恵                          | 3ヵ月分 | 10,890円 |
| ★質の良い眠りに導く 疲労回復ヨガ        |       | 第2・4水      | 18:30～20:00 | 河合直美                          | 3ヵ月分 | 10,890円 |
| ★座って楽タイスdeヨガ             | 隔週クラス | 第1・3火第2・4水 | 13:00～14:00 | 多田 恵                          | 3ヵ月分 | 10,890円 |
|                          |       | 水          | 13:00～14:00 | 多田 恵                          | 3ヵ月分 | 17,160円 |
| ★女性のための身体めぐりヨガ           | 女性限定  | 火          | 10:00～11:30 | 古川まちこ                         | 3ヵ月分 | 17,160円 |
| ★身体にやさしいほぐしヨガ            |       | 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 | 小笠原れい                         | 3ヵ月分 | 17,160円 |
| ★シニア向け元氣運動ヨガ             |       | 第1・3金      | 10:00～11:30 | 宗 智映子                         | 3ヵ月分 | 10,890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 |
| ★やさしく始める武術太極拳            |       | 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 |
| ★ゆうき体操～自分で治す!ひざ・腰・股関節ケア～ |       | 第2・4木      | 10:30～12:00 | 石貫幸弘                          | 3ヵ月分 | 14,190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 |
|                          |       | 金          | 15:00～16:00 | 渡多野満砂、谷口映央                    | 3ヵ月分 | 20,724円 |
| ★大人のためのやさしいバレエ           | 女性限定  | 隔週金曜       | 15:00～16:00 | 渡多野満砂、谷口映央                    | 3ヵ月分 | 11,682円 |
|                          |       | 第3土        | 13:50～15:00 | 美苑えりか                         | 3ヵ月分 | 7,821円  |
| ★座ってエレガントバレエ             | 女性限定  | 第2・4金      | 10:00～11:00 | 柿野とも子                         | 3ヵ月分 | 13,662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            |       | 第1・3水      | 11:45～12:45 | 黒田歩助                          | 3ヵ月分 | 10,890円 |
| ★運動療法体操                  |       | 第1・3水      | 13:00～14:30 | 黒田歩助                          | 3ヵ月分 | 11,550円 |
| ★フォームローラー                |       | 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 |
| はじめてのフラメンコ               | 女性限定  | 第2・4金      | 11:15～12:15 | 柿野とも子                         | 3ヵ月分 | 13,662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 |
| ★フィットネスダンス               |       | 第1・3水      | 12:45～13:45 | 伊藤恭子                          | 3ヵ月分 | 13,662円 |
| ★腰掛けタップダンス               |       | 第1・3水      | 14:00～15:00 | 伊藤恭子                          | 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 | 黒澤磨希                          | 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 | センチュリーパーク<br>ゴルフクラブ講師<br>堀 浩恭 | 1ヵ月分 | 6,600円  |
|                          |       | 水          | 10:30～12:00 |                               | 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  |



冬の特別講座

一日体験会

登録料不要

事前に参加費を添えて  
申し込みください

井坂津矢子の心のヨーガ塾

「腹式肛門法の威力 生命力を強める」

～たるんだところを引き締める!～

健康運動指導士、井坂ヨーガ研究所代表

井坂津矢子

2月27日(木)10:30～12:00

2,255円(税込)

ヨガの智慧、考え方、世界観などを伝える座学を中心に、椅子でできる簡単なヨガも紹介します。生命力は、肛門を引き締める力に比例するといわれています。それを強化するには、肛門括約筋の収縮弛緩を力強く繰り返すのがいちばん。そのメリットは計りしれません。

羊毛刺しゅうで

ファッションリメイク

羊毛ファッションリメイク講師

酒井秀子

1月23日(木)

13:00～16:00

2,640円(税込)

※教材費  
1,000円(税込)

生地を下絵を写し、羊毛を専用針で刺すだけのカンタン刺しゅうです。手持ちのセーターやファブリックを素敵に変身させましょう。

ちりめん細工の羽子板

陶々美 横山恵美

1月11日(土)

10:00～15:00

2,255円(税込)

※教材費4,400円  
(税込・羽子板台付き)

梅の飛び出す羽子板。花はつまみ細工、葉は押し絵、実は縫って作ります。今までにないオリジナルなちりめん細工を楽しんでみませんか？羽子板、約11cm。

木目込みで干支飾りを作ろう!

人形作家

平林美智代

12月20日(金)

10:00～12:30

3,355円(税込)

※教材費  
3,300円(税込)

絵馬型の下地に縁起の良い福助とお福さんの衣装を着た干支のヘビ夫妻がちょこんと並んだ木目込み飾りを作ります。

睡眠・めまいの専門家から学ぶ

認知症にならない

眠り方

めいほう睡眠めまい  
クリニック院長

中山明峰

2月5日(水)

15:30～17:00

2,640円(税込)

3人に1人が睡眠に関わる問題を抱えているといわれていますが、毎日の眠りを改善し、認知症をよせつけない、元気な60代、70代、80代を目指しましょう。

発達支援教育士認定講座

発達支援教育士認定講師

伊藤恭子

2月22日(土)10:00～16:30

17,710円(税込)

※オリジナルテキスト・  
認定料7,150円(税込)

発達障害やグレーゾーンといわれる子どもたちとのコミュニケーション方法、生活環境の整え方、お金の管理などを通して、自立する術と一緒に考えます。対応方法についてグループ討議も行い、受講者は発達支援教育士に認定されます。

～クリスマスのお出かけに～

ふわふわシフォンネックレス

モードジュエリーメイキング認定講師 清水澄子

12月21日(土)13:30～15:30

2,035円(税込)

※教材費3,500円(税込)

今人気のシフォンパーツを使い、ピンワークの技法で、キュートなネックレスとフラワーキャップを使ったチェーンデザインのアッセルイヤリング又はピアスも作ります。シフォンのカラーは、7種類から選べます。

冬休み課題対策

こども書き初め教室

愛知淑徳大学書道講師・文字文化研究所正会員

伊藤苔石

12月24日(火)

15:30～17:00

1,705円(税込)

筆の正しい持ち方から指導します。冬休みの宿題もこれでバッチリ!

花育

～親子でクリスマスのフラワーアレンジメント～

フラワースタンドケアル代表 近藤

講師 加藤亜希子

12月15日(日)

10:30～11:30

1,705円  
(税込・親子ペア)

※教材費4,400円(税込)

親子で1つずつアレンジメントを作ります。五感を刺激してくれる花に触れこどものみずみずしい感性を育みます。花と遊ぶ心豊かなひとときを親子で過ごしてみませんか？

福を招き、災いを防ぐ知恵

新年の幸を風水で占う

日本陰陽会理事 杉 琢美

12月21日(土)

10:00～11:30

1,705円(税込)

※教材費含む

風水や暦から、2025年の運勢を予知して、福を招き災いを防ぐ「処世の知恵」を学びます。

削り華のお花でつくる

新しい年を彩るしめ縄づくり

糸かけデザイン研究所糸かけ師

市石真奈美

12月23日(水)

10:00～12:00

2,255円(税込)

※教材費  
1,500円(税込)

「価値のないもの」として廃棄されることなくずを使ってお花をつくり、他の花材と合わせ華やかなしめ縄飾りをつくります。

木目込みで作る

お雛様～稚児立雛～

真多呂人形学院雅会専務理事

川上真仙子

1月9日(木)、23日(木)

13:00～15:00

※2回講習

2,860円(税込)

※教材費19,800円  
(税込・毛せん付き)

伝統的な木目込みでお節句が華やかになるお雛様を作ります。高さ17.5cm。毛せん40×20cm。

～唄ってみませんか～ 相撲甚句

三河相撲甚句会会長

山浦義人

1月8日(水)

または

22日(水)

15:30～17:00

1,727円(税込)

相撲甚句は古くから、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？

～本物を見て学ぶ～

「浮世絵から学ぶ江戸文化―歌舞伎・吉原―」

名古屋学院大学名誉教授

山本 親

2月13日(木)10:30～12:00

1,815円(税込)

NHK大河ドラマ「べらぼう～篤重栄華乃夢断～」の主人公である篤重三郎は、浮世絵等の出版を通して歌舞伎界や吉原遊郭の活性化に貢献しました。本物の浮世絵を鑑賞しながら江戸の文化について学習します。

己書で描くクリスマス

日本己書道場道場師範、己書由悠道場代表

三谷由美

12月14日(土)

13:00～14:30

2,255円(税込)

※教材費500円(税込)

自分の世界観を楽しむ表現する、己書「おのれしよ」。クリスマスを盛り上げる楽しいカードを描いてみましょう!

もっと素敵にもっと輝いて!

～パーソナルカラー～

日本パーソナルカラー協会認定講師&  
認定パーソナルカラーアナリスト

澤田由実

12月14日(土)

10:00～12:00

3,905円(税込)

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」「お顔をツヤツヤに見せたい」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!

羊毛で作る☆ティーカップブードル

羊毛フェルト作家meimei

箕浦 美

2月16日(日)

10:00～13:00

2,255円(税込)

※教材費2,800円  
(税込・道具込み)

モジャモジャの羊毛、グリージーウールを手でほぐしてニードルでさし、小さくてかわいいブードルの赤ちゃんを作ります。色は白か茶色が選べます。茶色は好みの色味を原毛からお選びいただきます。(※在庫状況により選べないこともございます)高さ約7cm。

しまんと新聞ばつぐを作ろう!

しまんと新聞ばつぐ上級インストラクター

山本和弘

2月9日(日)

13:00～15:00

2,255円(税込)

※教材費含む

日本最後の清流といわれる四万十川に負担をかけたくない、あらゆるものを新聞紙で包みたいという思いから、「モッタイナイ」と「オリガミ」その2つの文化が作りだした、新聞紙でどんぐんのりだけで作る環境にやさしいバッグ。お寿司ばつぐとおすそ分けばつぐを作ります。

ルイス・フロイスの見た戦国日本

「フロイスの記した天正大地震」

フランス国立科学研究所(CNRS)特任研究員

萩原淳也

12月25日(水)13:20～15:20

2,255円(税込)

天正13年(1585)11月29日に発生した天正大地震で、畿内をはじめ広域に被害が及びました。ルイス・フロイスが記した記録から、秀吉の動きや地震被害の様子、さらに秀吉への謁見に向けた宣教師の動きも見えていきます。

干支の消しゴムはんこで

お正月飾りを作ろう

JESCA認定上級消しゴムはんこ講師

うえむらゆみこ

12月22日(日)

10:00～12:00

2,475円(税込)

※教材費500円(税込)

雑誌TVメディアに多数出演、予約待ち続出の人気消しゴムはんこ作家に学ぶ、消しゴムはんこ教室です。巳年の消しゴムはんこを彫り、水引で仕上げお正月飾りを作ります。彫ったはんこは年賀状にも使えます。

2025年開運

パワーストーンブレスレット

Angel Mother

MAKI

1月12日(日)

10:30～12:00

2,255円(税込)

※教材費  
2,000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。

着付けが簡単! 造り帯教室

さくら着物工房

北澤育代

2月15日(土)

または

21日(金)

13:00～17:00

6,655円(税込)

※教材費  
900円(税込)

お手持ちの名古屋帯や袋帯を、切らずにお太鼓に! 帯結びが2分でできて、着付けが楽々!

マスク越しでもハッキリ! 声と滑舌を鍛える

「話す&歌う」ための

ボイストレーニング

話すためのボイストレーニングスクール

「ビジョ」代表

秋竹朋子

2月15日(土)14:00～15:30

3,377円(税込)

抜群の聴力を持つカリスマ講師が「声」の悩みの原因を究明し、その人に合った「声質」へ導きます。声は加齢によって衰えますがトレーニングで美声に! 呼吸、発声、共鳴、活舌、声の高さなど実践的にレッスンします。

味を楽しむ

日本のスーパーフード

黒豆味噌を作ろう♡

発酵大好き料理研究家 高羽咲都望

1月10日(金)

10:00～12:00

2,255円(税込)

※教材費5,000円(税込)

若返り効果があるといわれているアントシアニンたっぷりの黒豆と美味しい山形の生米麹をたくさん使って、旨味たっぷりの本当に美味しいお味噌の仕込みをします。黒豆味噌を使ったワンプレート軽食とお持ち帰り1kg(容器付き)。

クリスマスケーキ2024

エミズクッキングサロン

主宰 大林映美子

12月15日(日)

13:30～15:30

4,455円(税込)

※教材費含む

ラズベリージャムで巻いた米粉ロールケーキを使用して中身は刻んだイチゴにサッパリしたクリームのケーキです。

我が家で愉しむうちごはん

家庭料理研究家・ナミズキッチン主宰 水谷奈美江

12月13日(金)10:00～12:00

4,235円(税込)

おせちと一緒に食べたい、あると嬉しい一品料理をご紹介します。お子様からお年寄りまで喜んでいただける大人気の「春巻き」をはじめ、パッと華やかな「桜エビのちらし寿司」、れんこんのたらこえ、里芋のあずき汁粉」の4品を作ります。

簡単極ウマ! 韓国料理を作ろう

Chemi\_isso～チェミ・イッソ～ 金 厚子

2月28日(金)10:30～13:00

6,800円(税込)

※教材費含む

誰が作っても本当に美味しくできる簡単極ウマのキムチチャーハン、体が温まる簡単韓国雑煮、やみつき麻薬卵を作ります。

パレンタインアイシングクッキー

パティシエ

asukashi

2月8日(土)

10:00～12:00

2,255円(税込)

※教材費  
800円(税込)

講師が用意したクッキーにアイシングで可愛くデコレーションを楽しみます。ラッピングも教えます。

ワインのペアリングを楽しもう!

欧州家庭料理研究家 ダニエル・ドーゾン

(Daniel Dawson)

2月9日(日)

11:30～16:00

7,205円(税込)

※教材費含む

講師お手製の前菜、メイン、チーズ、デザートと、それに合う3～4種類のワインのペアリングを楽しみます。ヨーロッパ式のワインの楽しみ方をご紹介します! 日本語堪能な講師と、楽しい時間を過ごしましょう。※メニュー内容は変更する場合があります。

※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く場合があります。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。

個人情報情報の取り扱い

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。

- 申し込みいただいた講座の受講手続き、そのほか欠かせない確認やご案内の講座資料、募集企画などのご案内、サービスの提供○個人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○新しい講座企画、キャンペーン

などのお知らせ○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。

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 〒460-0008 名古屋市中区東4-1-1 中日ビル4階 中日文化センター案内 TEL 0120-53-8164

豊田中日文化センター

豊田産業文化センター 5F

豊田パークサイドホテル

矢作豊田ビル

西口

新豊田駅

豊田市駅

名鉄トヨタホテル

豊田市図書館

豊田市役所

豊田三河線

VITS 豊田

ファミリーマート

豊田産業文化センターPが満車の場合は近隣のフリーパーキングをご利用ください。

駐車場3時間無料