



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。

## 4月から始まる新講座

### 尾張三河「意外な戦国史」

早稲田大学客員教授  
大塚耕平  
4月開講 指定日曜  
13:30~15:00  
(4/23、5/28、6/11)  
6,765円(税込・3ヵ月分)

信長・秀吉・家康の3人を中心に織りなした尾張三河の戦国史の中で、その重要性のわりにドラマ等であまり取り上げられない3つの出来事を、『尾張名古屋「歴史街道を行く」』の著者が深掘りします。



### 寺尾直樹のお天気ダイアリー

気象予報士  
寺尾直樹  
4月開講  
第3日曜  
14:00~15:30  
7,425円  
(税込・3ヵ月分)



TVでも人気のお天気キャスターが、春から夏にかけての気象情報、気になる今年の梅雨、豪雨災害についてなどわかりやすく解説します。

### 心の荷物を下ろしましょう 玉置妙憂 ころの指南塾

看護師・僧侶 玉置妙憂  
5月開講  
第2水曜  
10:30~12:00  
18,810円(税込・6回分)  
※途中受講可能



スピリチュアルケアの専門家として、介護や看取りなどの終末期のみならず、ひきこもり、子育てなど様々な悩みを抱えるひとのために、自分を大切に、毎日がちよっと楽になる心と体の対処法をテーマごとにお話しいただきます。

### 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  
「ビジュヴォ」代表 秋竹朋子  
4月開講 指定土曜  
10:00~11:30(4/15、6/17)  
6,754円(税込・2回分)



「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、「声」の仕組みを知り尽くした豊富な知識と技術で、その人に合った「声質」へと導きます。声は加齢によって衰えますが、トレーニングで美声になります。呼吸、発声、共鳴、滑舌、声の高さなど、実践的にレッスンをします。4月から始まる2回講座。

### 糸かけ曼荼羅アート

糸かけデザイン研究所糸かけ師  
市石真奈美  
4月開講 指定土曜  
10:00~12:00(4/15、5/13、6/17)  
6,765円(税込・3回分)  
※教材費4,500円(税込)



板に釘を打ち、規則的に糸をかけていくことで完成する幾何学模様の曼荼羅アート。直感で選んだ糸の色の組み合わせで、ひとりひとり個性溢れる曼荼羅ができあがります。時を忘れ無心になって制作に没頭しませんか?自分だけの時間を楽しみましょう。4月から始まる3回講座です。

### 語るように歌う!ジャズ

小畑孝廣音楽事務所 Jazz Vocal  
伊藤 綾  
5月開講 第2・4水曜 14:45~15:45  
13,662円(税込・3ヵ月分)  
※教材費500円(税込・3ヵ月分)



「歌は語れ、台詞は歌え」ジャズは、オペラ歌手のように歌い上げるよりも、語るように歌う方が心地よくスイングします。英語が苦手でもジャズを歌うのが初めての方でも大歓迎です。個人のレベルに寄り添って楽しく歌えるように指導します。

TRY 4月26日(水)14:45~15:45 1,727円(税込)



### 失敗しない上手な予約のコツと 乗船後120%楽しむ方法 初めてのクルーズ

ツアーステーション代表取締役  
加藤広明ほか  
4月開講 第4金曜 10:00~11:30  
7,425円(税込・3ヵ月分) ※教材費含む



世界のクルーズ船約400隻のうち1割が日本近海を航行し、誰でも気軽に乗船できる身近な旅のスタイルとして、リピーター率約9割のクルーズ旅行。インターネットからだけの情報ではなく、クルーズ手配歴26年・クルーズ添乗歴1,000日の経験で培ったノウハウを楽しくお届けします。

### モノが減ると「運」が増える 「1日5分からの断捨離」

やましたひでこ公認断捨離®トレーナー  
おんだ柚希美  
4月開講 第3火曜  
13:30~15:00  
15,510円(税込・6ヵ月分)  
※教材費別途



家の中の「詰まり」を取ると運気は流れ始める!床・テーブル・棚の上、3つの平面にモノを置かない家に、運は来る。目の前のモノを、ちょっとずつ!1日5分、断捨離しながら「運」を増やしましょう!

### 創作文章教室

~原稿用紙5枚までの小さな物語~  
児童文学作家  
小原麻由美  
4月開講  
第1・3水曜 14:30~15:45  
23,430円(税込・3ヵ月分)



日常を書く(作文)、想いを書く(手紙)、想像を書く(創作)など、いろいろな文章の書き方を学びながら、プロットの書き方(作品作りの基礎)をお伝えしますので、原稿用紙5枚までの小さな作品を書いてみましょう!

### からだが喜ぶ発酵料理

発酵料理研究家  
後藤知子ほか  
6月開講 指定木曜  
10:30~12:00  
(6/1、6/29)  
4,510円  
(税込・2ヵ月分) ※教材費別途



日本の伝統「発酵食」。ご自宅でもすぐに活用できる発酵メニューのご紹介、試食、腸の仕組みのお話など盛りだくさん。善玉菌を増やして免疫力アップを目指しましょう!

### 楽しく気軽に♪ はじめての透明水彩

日本水彩画会会員  
中村恵美子  
4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



花や果物、野菜などをモチーフに、最初は小さな作品から。デッサンなど難しいことに足踏みされる方も、「ちょっと上手く見える」ポイントをお伝え。楽しく味のある作品を目指しましょう!

### 家庭教育カウンセラー 育成講座(初級)

家庭教育カウンセラー  
子ども心理療法士  
古川泰子  
4月開講  
第4日曜 10:00~12:00  
13,530円(税込・前期6ヵ月分) ※教材費別途

### “Hello!”で 始まる英会話

英会話講師 杉田由己  
4月開講 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 3月28日(火)15:30~16:50 1,705円(税込)

### 猫背を美しく! 美姿勢ゼミ

美姿勢ゼミインストラクター  
新田英博  
4月13日(木)、20日(木)、  
27日(木)または5月10日(水)、  
17日(水)、24日(水)  
10:00~12:00 ※3回講座  
7,755円(税込) ※教材費含む



猫背は万病の元。良い姿勢の人は肩こり、腰痛、頭痛で悩まず!誰でも気軽にできる姿勢が良くなる4つのコツを習得。姿勢が良くなると足元がしっかりして、後ろ姿が輝き、お出かけが楽しくなります。

### 手紙から読みとく徳川家康

歴史研究者  
(名古屋大学大学院文学研究科  
博士後期課程単位取得)  
萩原淳也  
4月開講 第2・4木曜  
10:20~12:20  
14,190円(税込・3ヵ月分)

### 大好き! テディベア

~卯年にうさぎを作りましょう~  
日本テディベア協会会員  
高岡里香  
4月開講 第4火曜  
13:00~15:00  
27,060円(税込・12ヵ月分)  
※教材費19,000円(税込)

### なんちゃって張り子で 季節を楽しむ

一閑張り講師  
松井光子  
3月開講 指定火曜  
10:00~12:00  
(3/28、4/11、4/25)  
6,105円  
(税込・3回分)  
※教材費2,500円(税込)

### ゼロから始める韓国語 ~1年講座~

コスモスクール講師  
尹省熹  
(ユンソンヒ)  
4月開講 第1・3木曜  
15:15~16:45  
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。

### キラキラ手作りバッグ講座

アトリエ優花主宰  
三宅ゆかり  
4月開講 第4木曜  
13:00~15:00  
13,530円  
(税込・6ヵ月分)  
※教材費別途



様々な素材のテープやヤーンなどをネットに通して、ハイセンスなバッグを作ります。初回は流行のスマホポシェット。お財布も入り手ぶらでお出かけも可能!4~9月でショルダーバッグ、トートバッグなど4作品を作ります。

### 自由に楽しむソーイング

ソーイング教室・衣装制作  
CRIMSON  
内田嘉子  
4月開講 第1・2・3水曜  
13:00~15:00  
18,315円  
(税込・3ヵ月分)  
※教材費別途

### ディンプルアート

ディンプルアート普及協会認定講師  
鈴木増美  
4月開講 第3金曜 10:00~12:00  
6,765円(税込・3ヵ月分) ※教材費1回500円(税込)  
車のフロントガラス廃材をリサイクルしてできた絵の具を使い描くエコアート。透け感が美しく、ステンドグラス風に仕上がります。ぬり絵感覚で、お子様から年配の方までどなたでも簡単にできる、社会貢献度の高い大注目の新しいアートを体験してみませんか?  
【コースター作り】3月18日(土)  
TRY 10:00~15:00(時間内随時体験可能) 700円(税込) ※教材費含む

### オランダ・ザンスフォークアート

オランダ・ザンスフォークアート講師  
大石満子、酒井秀子  
4月開講 第4木曜 10:00~12:00  
13,530円(税込・6ヵ月分)  
※教材費別途  
オランダのザンス地方に伝えられた民芸絵画を基本に美しく伸びやかな花などを描きます。木製品やプラスチック、ファブリック用の絵の具を使ってTシャツなどの布製品にも描くことができます。  
エコバッグに描いてみよう 3月18日(土)19日(日)  
TRY 10:00~15:00(時間内随時受付) 1,000円(税込) ※教材費含む

### シニアのための 超初心者スマホ塾

モバイルインストラクター 東谷淳子  
4月開講 第1・3火曜  
10:00~11:30  
※Android限定  
14,850円(税込・3ヵ月分)  
まず自分のスマホ(機種)を知り「講師とともに探りながら」、繰り返し実習し、生活に役立つ便利な機能を活用しましょう。  
TRY 3月21日(火・祝)13:00~14:30 1,705円(税込) ※Android限定

### 初めてのデジタル一眼教室

写真家  
川嶋なぎさ  
4月開講 第4日曜  
10:30~12:30  
14,850円  
(税込・6ヵ月分) ※教材費含む



女性限定!入門者、初心者向けのデジタル一眼カメラ教室です。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、日常のスナップ、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きましょう。

### 座ってエレガントバレエ

元宝塚歌劇団「花組」  
美苑えりか  
5月開講  
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 4月15日(土)13:50~15:00 2,277円(税込)

### 暮らしに活かす色彩レッスン

認定NPO法人色彩生涯教育協会 認定講師  
竹谷奈美子  
4月開講 第2金曜  
10:00~11:30  
8,415円  
(税込・3ヵ月分)  
※教材費5,000円(テキスト・カラーカード・税込)  
暮らし、ファッション、趣味、活かし方は人それぞれ。顔映り、似合う服の選び方などすぐに活用できるレッスン内容。外見と内面を整えていきます。

### 風水・易占入門

日本陰陽会理事  
杉 琢美  
4月開講  
第2・4水曜  
10:00~12:00  
10,890円  
(税込・3ヵ月分)  
※教材費別途  
暦は風水、易占をはじめ運勢や諸占術の宝庫です。「風水、易占の基礎知識」を、昔からある暦の中で探ってみましょう。

### 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  
4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 3月24日(金)10:30~12:00  
※お電話でご予約ください。



# 春の特別講座・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

**心とくらしが整う禅の教え**  
～掃除・片付けを通して自己を見つめる～  
曹洞宗八雲山普門寺  
住職・公認心理師・臨床心理士  
吉村昇洋  
5月30日(火)  
13:30～15:00  
2,805円(税込)

曹洞宗大本山永平寺に参拝すると、塵一つ落ちていない廊下に皆さん驚かれます。それだけ掃除や片付けは、自己を見つめる禅の修行において徹底されます。掃除・片付けがどうも苦手という方はどうぞお聴きください。

**天然石タッセルバッグチャーム & カルセドニーペンダント**  
モドージュエリー  
メイキング認定講師  
清水澄子  
4月15日(土)  
13:30～15:30  
2,035円(税込)  
※教材費別途3,500円(税込)

お好きな天然石のしずくを、ワイヤーで可愛く飾り、タッセルやチャームを選んで、お洒落なオリジナルバッグチャームを作ります。天然石のしずく(カルセドニー)は、プチペンダントとしても仕上げます。(チェーン付き)2作品を作ります。

**羊毛で作る☆招きトラにゃんこ♡**  
羊毛フェルト作家meimei  
箕浦メイ  
4月23日(日)  
13:00～16:00  
2,255円(税込)  
※教材費2,400円(税込)  
道具込み

フワフワの羊毛を専用の針でチクチクして、可愛いトラねこの招き猫を作ります。模様は好みで自由につけられます。右手は金運、左手は人を招きますので、招きたい方を上げて作ってくださいね! 大きさ:高さ約6センチ

**～猫背が10秒で治る～**  
**真呼吸ストレッチ&背伸ばし体操**  
プロトレーナー 姿勢道普及協会理事  
清水真  
4月8日(土)  
14:30～16:00  
3,355円(税込)

北海道のカリスマトレーナー・清水さんによる、3分で弱ったカラダが復活する「真呼吸ストレッチ」と「背伸ばし体操」エクササイズを体験しましょう。

**真珠屋さんのパールアクセサリ講座**  
神戸パール・コレクション代表  
所神根孝二  
3月19日(日)、5月9日(火)  
13:00～15:30  
2,805円(税込)  
※教材費3,300円(税込)～

真珠の街「神戸」の講師が用意した様々な色のパール・天然石でお好きなアクセサリを作ります。一粒ずつ違う真珠やパーツを選び作品を参考に長さやデザインをお選び下さい。本物だからその満足感、真珠のプロがパールの見分け方やお手入などもお話しします。

**笑顔と笑いのレッスン**  
心のヨーガ塾  
「耳の健康発電所」  
健康運動指導士、井坂ヨーガ研究所代表  
井坂津矢子  
5月25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い、ヨーガ指導者が、全身の縮図、多くのツボがある「耳」をテーマに心身爽快になる健康法をお話しします。後半は椅子に座ったままでできる、簡単なヨーガも伝授。

**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、岩木昌巳ほか  
3月26日(日)、4月23日(日)、5月28日(日)  
10:00～16:00  
9,955円(税込)  
※教材費含む

ドローンに興味がある方を対象に、午前中は基本操作などを室内でレクチャー。午後からは屋外実習。本講座受講後、国交省登録認定資格が取得可能な講座を特別料金で受講できます。※対象中学生以上。

**和紙のテープヤーンで編むオシャレ帽子**  
日本手芸普及協会  
手あみ師範  
斉場勝代  
4月11日(火)  
13:00～16:00  
2,035円(税込)  
※教材費別途2,500円(税込)

エコ感覚のナチュラル素材、和紙のテープヤーンを編んで、軽くて涼しいおしゃれな帽子を作ります。お好きな色をお選びください。

**己書で描く『ありがとうの気持ち』**  
日本己書道場  
道場師範、己書由悠道場代表  
三谷由美  
4月8日(土)  
13:00～14:30  
2,255円(税込)  
※教材費別途500円(税込)

人と触れ合う機会も少しずつ多くなってきました。身近な人に感謝や励ましの気持ちを伝えるお葉書を送ってみませんか?

**～紙バンドで作る小さなお部屋～**  
「街のケーキ屋さん」  
d-tast® 紙バンドミニチュア認定講師  
鈴木能封子  
5月14日(日)  
10:00～12:30  
2,255円(税込)  
※教材費2,000円(税込)

紙バンドを「切る・裂く・貼る・編む」の使い方家具や雑貨を作り、他素材と組み合わせで小さなお部屋に仕上げます。H約8cm×W14cm×D6cm

**癒しの音色♪ 親指ピアノ カリンバ**  
ころころカリンバみんと  
Yoshiko & Koushou  
5月19日(金)  
13:30～14:30  
1,727円(税込) ※楽器貸出し料含む

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! 指先を使い楽しみながら脳を活性化させましょう。

**いざというときあわてない 終活手続きセミナー**  
名古屋理士会  
後藤泰夫  
4月22日(土)  
13:00～14:30  
2,475円(税込)  
※教材費含む

葬儀後のさまざまな手続き。役所、金融機関での名義変更など、避けて通れない必要不可欠で煩雑な作業を少しでもスムーズに!

**着付けが簡単! 作り帯教室**  
さくら着物工房  
北澤育代  
3月24日(金)  
13:00～17:00  
または4月1日(土)  
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!

**～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  
4月22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!

**ワイヤークラフト アラバスク模様の壁飾り**  
wire craft kk  
金田和子  
3月18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」をペンチ・ニッパーを使って「曲げる」「留める」「カール」しておしゃれなアラバスク模様の壁飾りを作ります。

**ジェムストーン宝石石けん**  
あとりえニコパ主事 さかもとよの  
4月16日(日)  
13:00～15:00  
1,155円(税込)  
※教材費1,000円(税込)

お好みの香りや色をつけて成形し、好きな形にカットして、まるで天然石「ジェムストーン」のような世界に一つだけの宝石石けんを作ります。小学校低学年の方は、保護者同伴でご参加ください。

**お節句ーわらべ大将ー**  
真多呂人形学院雅会専務理事  
川上真仙子  
3月23日(木)、4月13日(木)  
13:00～15:00  
2,860円(税込)  
※教材費15,000円(税込)  
弓太刀、屏風は別売

木目込みの手法を使って、お節句人形を作ります。(2日間講習)

**桜の枝でショールを染めてみよう**  
NPOジャパンハーブソサエティ認定  
柴田光枝  
3月17日(金)  
13:00～15:00  
1,705円(税込)  
※教材費2,000円(税込)  
花が咲く前の小枝をカットして色素を抽出し、春の訪れを告げる淡い桜染めのショールを作ります。

春から夏に向けてのクルミのオーナメントです。木の実にワイヤーを掛け、造花・ドライフラワーを添えて小さな花束を作り、クルミとベルに取り付けます。長さ約24cm 直径約6cm(吊り下げリボンを含む)

**似合う色でマイナス5歳肌**  
認定NPO法人  
色彩生涯教育協会  
認定講師  
竹谷奈美子  
3月24日(金)  
10:00～11:30  
2,805円(税込)  
※教材費500円(税込)

色々なピンクがあるのをご存知ですか。似合うピンクで春メイク、ファッションの取り入れ方などお伝えします。顔の骨格診断付。定員6名。

**ウッドバーニングのミニフレーム**  
日本ウッドバーニング協会認定講師  
住田礼子  
4月21日(金)10:00～12:00  
1,705円(税込) ※教材費1,000円(税込)

電熱ペンをを使い木製のプレートを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。

**紀行講座**  
**豊明花き市場**  
愛知豊明花き流通協同組合代表理事 永田晶彦  
4月10日(月)10:00～12:00 4,950円(税込)  
6月8日(木)10:00～12:00 4,950円(税込)  
※教材費、お弁当、テキスト含む  
愛知豊明花き市場(名称名古屋本線「豊明駅」下車、豊明駅南口から徒歩1分。豊明市岡野町三本木121。現地集合・解散)  
鉢花生産日本一の愛知県。アジアでも有数の規模を誇る花き市場で、全国から集まった鉢物のセリの様子と、敷地内に植えられた桜の様々な品種(4/10)や花菖蒲(6/8)を見学、花の文化史のお話の後、会議室でミニ寄せ植えを体験、その後、エディブルフラワー(食べられる花)を使った「花市場特製弁当」をお持ち帰りいただきます。

**古地図を片手に「今も昔も城下町」**  
ツアーステーション代表取締役 加藤広明  
4月18日(火)10:00～12:00  
2,805円(税込)  
※犬山遊園駅西口集合  
全国何百とある城下町の中で江戸時代と「町割り」がびたり一致している唯一の城下町、犬山。古地図を見ながら、江戸時代の町にタイムスリップ、当時の人の営みを感じながら散策します。

**味を楽しむ**  
**グルテンフリー米粉でおやつ 完熟バナナのバウンドケーキ**  
米粉マスター 中川祐子  
4月18日(火)13:30～16:00  
3,135円(税込)  
※教材費含む  
米粉マスターが、ご自宅できっとできる簡単ヘルシーバナナのバウンドケーキをご紹介します。体に優しい食生活始めましょう。  
**ダニエル先生のホームメイドチーズ**  
イタリア家庭料理研究家  
ダニエル・ドーン(Daniel Dawson)  
4月23日(日)10:00～14:00  
3,850円(税込) ※教材費含む  
モッツアレラチーズとリコッタチーズの作り方を伝授します。講師が作ったピザ生地にお好きな具をトッピングしてお召上がりください。日本語堪能な講師とおしゃべりしながら楽しいクッキングを楽しみましょう。モッツアレラチーズのお土産付き。  
**旅する気分でクッキング♪ ～おうちで簡単本格中華☆～**  
家庭料理研究家・ナミズキッチン主宰  
水谷奈美江  
3月24日(金)10:00～12:00  
4,235円(税込) ※教材費含む  
コツをおさえればばっちり美味しく作れる中華! 花椒が香る本格麻婆豆腐やチャーハン、白菜のクリームスープ、人気のごまだんごのレシピをどうぞご紹介。家族や友人と集まってワイワイ楽しめる本格中華にぜひ挑戦してみてください。

**名店を訪ねる**  
**夜がらす山莊「長多喜」**  
長多喜店主 吉田信助  
4月7日(金)11:30～14:00  
6,985円(税込)  
1万坪の広大な敷地の中、古民家隠れ宿「長多喜」で、山里中津川の旬の味をご賞味ください。長多喜の歴史や逸話を交え、ご主人の案内で若山牧水、高浜虚子の歌碑など庭内を散策します。現地集合・解散 会場:夜がらす山莊「長多喜」岐阜県中津川市駒場 ※中津川駅より送迎バスあり

**ダンボールオーブンを楽しむ**  
1講座7,095円(税込)  
2講座11,935円(税込) 登録料不要  
**ダンボール燻製! 無添加手作りベーコン**  
ダンボールオープンマイスター 新田英博  
4月9日(日)または5月6日(土)10:00～12:00  
「燻製って難しい」と敬遠しないで、あなたの趣味に燻製を加えましょう。食材に豊かな風味を与え燻製調理はあなたの人生も豊かにします。初心者向けに、「燻製」の基礎をお教え。ベーコンと他、甲殻類やナッツ、チーズ、ちくわなどを楽しめます。段ボール燻製1セットで2人まで参加が可能です。  
**ダンボール燻製! ロースト肉三昧**  
ダンボールオープンマイスター 新田英博  
4月9日(日)または5月6日(土)14:00～16:00  
国産牛の希少部位ラムイチ肉、恵那三浦寒天豚もも肉、恵那鶏むね肉を200gずつ焼き上げます。何度でも使える燻製用段ボールは、持ち帰ってご家庭でお楽しみください。段ボール燻製1セットで2人まで参加が可能です。

**1dayセミナー** 登録料不要  
**自己免疫カアップ! 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  
3月26日(日)または5月21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す!  
**自己免疫カアップ! 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  
4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)  
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!  
\* \* \* 心も体もリフレッシュ \* \* \*

**喜楽亭茶会協賛～韓国のパッチワーク～ ポジャギ展 入場無料**  
5月7日(日)10:00～15:00  
喜楽亭2階(豊田産業文化センター敷地内)  
タペストリー、小物など展示。大正期の町屋建築の落ち着いた雰囲気、おいしいお抹茶とともに楽しんでください。  
**ワークショップ**  
【メッドアップ・ミニフレーム】 【ポジャギ・モシの道具入れ】  
画廊・「足」鳥居恵子 10:00～12:00  
1,705円(税込) ※教材費500円(税込)  
ポジャギ作家 大辻蘭子 13:00～15:00  
1,705円(税込) ※教材費1,300円(税込)

**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  
HP 豊田中日文化センター 検索 <https://web.my-class.jp/toyota/asp-webapp/web/WTopPage.do>  
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  
豊田市中区栄4-16-36 久屋中日ビル7階 豊田中日文化センター内 TEL 0120-53-8164  
駐車場3時間無料 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。



# 春のおすすめ講座

**TRY**

おためし講座体験実施中!  
★の講座は随時、1日体験受講できます。事前にお電話でお申し込みください。

**お茶とスイーツ『うち薬膳』**  
国際中医薬膳師 薬膳茶Soybean Flour主宰  
**堀輝余子**  
4~6月 第1木曜  
13:00~15:00  
6,765円 (税込・3ヵ月分)  
※教材費別途



薬膳カフェの店主が家庭でも楽しめる薬膳茶やスイーツレシピを紹介。食材の働きや薬膳の知識から食の楽しさを学び、日々のセルフケアに役立てましょう!実習が試食あり。4月から始まる3ヵ月(全3回)講座です。

**女性鍼灸師から学ぶ ★お灸で美しく整える**  
鍼灸マッサージ師  
**廣瀬綾**  
4月開講 第2水曜  
10:30~12:00  
13,530円 (税込・6ヵ月分)  
※教材費1回 500円(税込)



やさしい東洋医学のお話を聞き、蕁麻疹やめまい、季節性の体調不良など、心身の不調を改善するためのツボにお灸をしていきます。じんわり暖かく、ほっと安らげる時間を過ごしませんか?

**★神山里美の癒しの寺歩き ~ゆかりのお菓子とともに~**  
寺・コンシェルジュ  
**神山里美**  
4~6月 第2土曜  
13:30~15:15  
8,085円(税込・3ヵ月分)  
※教材費含む




1000カ寺以上巡った講師が撮影した写真と、その土地ゆかりの銘菓を味わいながら、人の心を癒す寺の魅力を紹介。

**★東アジアの仏教史を学ぶ ~奈良仏教の歴史とその教えを探る~**  
愛知学院大学非常勤講師  
**藤村潔**  
4~9月 第2火曜  
10:30~12:00  
11,275円 (税込・5ヵ月分)  
※7月は休講



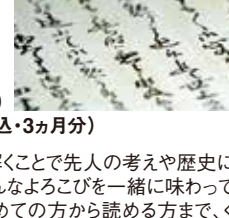
朝鮮半島から伝来した仏教は律令国家の下で生成し、八世紀の奈良時代には南都六宗として日本仏教の基盤を構築しました。本講座では南都仏教の成立とその思想的展開を尋ねていきます。

**★仏像の見方**  
愛知史編纂室文化財部調査員  
**米田孝仁**  
4~9月 第3水曜  
13:00~15:00  
14,850円 (税込・6ヵ月分)



古代インドで生まれた仏像は、はるばるシルクロードを経て、中国・韓半島と伝わり、我が国へ仏像が伝わったのは6世紀前半の頃。以来、数多くの仏像が造られました。馴染み深い国宝・重文などを例に、基本知識から見方を詳しく解説します。

**★みんなで読む古文書**  
歴史研究者  
**萩原淳也**  
4~6月 第2・4水曜  
10:20~12:20  
14,190円 (税込・3ヵ月分)



古文書を読み解くことで先人の考えや歴史に直接触れる、そんなよき方を一緒に味わってみませんか。初めての方から読める方まで、くずし字読解と詳細な解説を通じて広がる「未知の歴史の世界」へ、ようこそ。

**★ルイス・フロイスの見た戦国日本**  
歴史研究者  
**萩原淳也**  
4~6月 第4水曜  
13:20~15:20  
7,095円 (税込・3ヵ月分)



ルイス・フロイスによる膨大な著述『日本史』を読み解くことで、日本における初期のキリスト教布教の様子や戦国期日本社会の慣習、風俗や世相などの実情にせまってゆきます。

**★朗読のすすめ ~物語世界を体験する時間~**  
朗読家  
**石田麻利子**  
4~9月 第4火曜  
13:30~15:00  
20,790円(税込・6ヵ月分) ※教材費含む




読書に朗読を取り入れて、文学作品を豊かに味わってみませんか?「腹式呼吸・発声・発音」「文学作品の味わい方」、どちらも基本を大切に、ゆっくり学びを重ねましょう。初めての方もお気軽にお越しください。

**★朗読から朗読劇まで ~声を出すことからはじめよう~**  
劇団ひまわり俳優  
**大阿久隆雄**  
4~9月 第3木曜  
14:00~15:45  
20,130円 (税込・6ヵ月分)



美しい響きの日本語を、朗らかに声高らかに表現し、心も体も元気に!童話から戯曲まで楽しく指導。

**★簡単、話そう! シンプル英会話**  
英会話講師  
**杉田由己**  
4月開講 火曜  
11:00~12:20  
17,160円 (税込・3ヵ月分)



簡単に伝える表現で会話を楽しむクラス。初心者の方、ブランクのある方にお勧めです。

**★英語で楽しむニッポン**  
英会話講師  
**小国やよい**  
4~6月 第1・3金曜  
10:30~12:00  
10,890円 (税込・3ヵ月分)



初めてでも大丈夫!なじみ深い日本の文化などを、シンプルな英語と一緒に楽しく読みましょう!!

**★チャオ!から始めるイタリア語 ~超初心者クラス~**  
イタリア語教師 ガイド通訳  
**杉浦紀子**  
4月開講 木曜  
13:00~14:00  
19,140円 (税込・3ヵ月分)



イタリア語を初めて学ぶ方を対象に、イタリアの文化や、習慣なども紹介しながら会話の初歩から楽しくレッスンします。2023年4月からスタートするクラスです。

**★大人のぬりえ**  
フリーランスデザイナー  
**岩城二三枝**  
4~9月 第3火曜  
13:30~15:00  
14,190円 (税込・6ヵ月分)  
※教材費別途



配色や色のぼかし方、塗り方などを丁寧に指導。講師が用意した下絵でも、市販の本でも大丈夫。

**★チョークアート**  
モニークチョークアート協会認定講師  
**水谷範子**  
4~6月 第1・3火曜  
18:30~20:00  
10,890円 (税込・3ヵ月分)  
※教材費別途



オイルバステルをボード上で自分の指でブレンドし、カラフルなイラストや文字を描きます。

**★南京玉すだれ初級講座**  
大須流家元  
**大須くるみ**  
4~6月 第1・3金曜  
13:00~14:30  
12,342円 (税込・3ヵ月分)  
※教材費別途



大道芸の花の枝を無理なくゆっくりにしたベースで指導します。

**★シニアのための脳トレピアノ**  
ピアノゆうゆう塾Executive認定講師  
**相馬和子、奥美沙**  
4~6月 第1・3木曜 10:00~11:30(相馬講師)  
第1・3木曜 13:00~14:30(相馬講師)  
第2・4木曜 13:00~14:30(奥講師)  
13,992円(税込・3ヵ月分)  
※楽器レンタル3ヵ月1,500円(税込)



楽譜は読めないけれどピアノを弾いてみたい。初心者の方は1本指でもOK。リズムに合わせて体を動かすことで脳も活性化!「誰でも」「何歳からでも」、一緒に音楽を楽しみましょう!

**★竖琴(ライアー) ~優しく、あたたかな音色を~**  
セレナ竖琴スクール認定講師  
**笑佳**  
4~6月 第2・4金曜  
10:30~11:30  
13,662円(税込・3ヵ月分)



映画『千と千尋の神隠し』の主題歌で使用された竖琴(ライアー)。優しく心地よい音色を奏でてみませんか?楽譜が読めなくても大丈夫。楽器レンタル可能(教室内レンタルのみ)

**★大人の鍵盤ハーモニカ**  
SUZUKIケンハモ認定講師  
**麻生いづみ**  
4~6月 第2・4火曜  
10:30~11:30  
12,342円 (税込・3ヵ月分)



初心者でもすぐに音を鳴らして、持ち運びも楽なケンハモ。腹式呼吸を使うので、全身で音楽を表現でき、またアンチエイジングや健康効果も期待できます。

**★宝塚歌劇団出身の講師による ★きらめきのスマイルボーカル**  
元宝塚歌劇団「花組」  
**美苑えりか**  
4~6月 第3土曜  
11:00~12:30  
9,471円 (税込・3ヵ月分)



元宝塚歌劇団出身の講師が、宝塚の主題歌を中心に楽しくレッスン。曲によっては、簡単な振り付けやステップをしながら歌います。あなたもタカラジェンヌ気分を味わってみませんか。

**★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**  
4月開講 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。

**★オペラを楽しむ ~三モーザルト 三大名作オペラ 究極の名演集~**  
オペラ研究者  
**都築義高**  
4月開講 第3水曜  
10:00~12:00 7,755円(税込・3ヵ月分)



あっと驚く面白さ!天才モーザルトの三大名作オペラを、20世紀を代表する名歌手の名演と個性溢れる演出、歴史に残る豪華舞台を華麗な映像で鑑賞。分かり易く3回シリーズで解説。受講者全員にモーザルト・オペラDVDBOOKプレゼント。

**★和菓子作りを楽しむ**  
両口屋菓匠代表取締役社長  
**清水崇司**  
4月開講 (3回講座) 指定火曜 (4/18,5/16,6/20)  
10:30~12:30  
6,765円 (税込・3ヵ月分)  
※教材費1800円 (税込・3回分)



安城で「和菓子のこころ」を伝え創業70年 両口屋菓匠 三代目社長が季節に合わせた伝統的和菓子作りをお伝えします。

**★暮らしに活かすハーブ教室**  
NPOジャパンハーブササエター認定・上級ハーブインストラクター  
**柴田光枝**  
4~9月 第2火曜  
13:00~15:00  
第3金曜  
13:00~15:00  
12,210円 (税込・6ヵ月分)  
※教材費別途



ハーブを使った料理、栽培法、香りのクラフト作りなど毎回ハーブについての説明後、実習を行い、自然の力をうまく活かすさまざまな方法を学びます。

**★おとこごはん**  
家庭料理研究家、ナミーズキッチン主宰  
**水谷奈美江**  
第1土曜  
10:00~12:00  
6,710円 (税込・2ヵ月分)  
※教材費含む



料理が持つクリエイティブな要素を取り入れ、楽しみながら料理が身につけられます。ご家庭でも男の腕前を披露してみませんか。

**★体を整え免疫力をあげる 薬膳料理**  
中医薬膳師  
**蜂谷美恵子**  
4~6月 第1金曜  
10:00~14:00  
17,325円 (税込・3ヵ月分) ※教材費含む



食を改める事でほとんどの病気が改善されます。体を温める陰陽の食材の食べ合わせを学び、排毒効果の高い食材を使い、家庭でもできる料理を実習します。

**★飾り巻き寿司**  
飾り巻き寿司インストラクター  
**天野信子**  
4~6月 第4土曜  
10:00~12:00  
5,445円 (税込・3ヵ月)  
※教材費 1回2,000円(税込)



動物や花など巻き寿司の切り口から飛び出す楽しいキャラクター。毎回、2種類の巻き寿司を作ります。

**★紅茶の世界へ旅に出る**  
日本紅茶協会認定シニアティーインストラクター  
**岡本陽子**  
4~9月 第4火曜  
10:00~11:30  
13,530円 (税込・6ヵ月分)  
※教材費別途



人類が水の次に飲んでいるといわれる紅茶。世界の11の主要産地を1年をかけて巡ります。茶葉の特徴を活かした淹れ方も学び、毎回美味しいお菓子とともにテイティングします。

**★大人ののためのやさしいバレエ**  
ヘルバレエスタジオ  
**谷口玲央**  
4~6月 金曜  
15:00~16:00  
※隔週クラスは1・3週または2・4週  
20,724円(税込・3ヵ月分)  
※隔週クラスは11,682円(税込・3ヵ月分)



初めてバレエを始める女性のためのクラス。優雅な動きで心と体をリフレッシュ。バレエの基礎とストレッチを行い、無理なく少しずつ伸ばしていきます。年齢に関係なく始められます。

**★いきいき脳トレ音楽体操**  
認知症予防音楽体操講師  
**麻生いづみ**  
4~6月 第2・4火曜  
13:00~14:00  
12,342円 (税込・3ヵ月分)



音楽・体操・脳トレなど同時に二つ以上の行動で認知機能、リラックス効果アップ。医学的にも証明されているメソッドを用いて懐かしい歌を歌いながらの脳トレや、音楽の波に乗って楽しみながら体を動かし脳を活性化させましょう。

**★足心ヨーガ**  
井坂ヨーガ研究所認定講師  
**興裕朋江**  
4~6月 第2・4金曜  
14:00~15:30  
12,210円 (税込・3ヵ月分)




足・脚マッサージや骨盤のゆがみを修正するリズムヨーガ。季節に合ったポーズを組み呼吸法から瞑想まで実習。身体の健康と心の安らぎが得られる足心ヨーガを一緒に!

**★ボクシング・ライトトレーニング**  
矢形道場  
**矢形章憲**  
4~6月 第2・4土曜  
14:00~15:00  
10,890円 (税込・3ヵ月分)  
※教材費別途



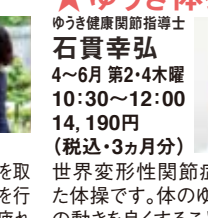
縄跳びとストレッチで体をほぐし、基本フォームでウォーミングアップや体力アップ、最後にミットを叩いてストレスを発散します!

**★座りながら楽しく健康に! ~腰掛けタップダンス**  
腰掛けタップ公認インストラクター  
**伊藤恭子**  
4~6月 第1・3水曜  
14:00~15:00  
13,662円(税込・3ヵ月分)



椅子に腰掛けたまのタップダンスなので、転倒の心配もなくシニア世代にピッタリ!足首、太腿を中心に無理なく下半身全体の筋肉を鍛えます。「寝たきりゼロ」が合言葉!安全で、楽しい健康法です。

**★質の良い眠りに導く ★疲労回復ヨガ**  
東山ヨガ講師  
**河合直美**  
4~6月 第2・4水曜  
18:30~20:00  
10,890円 (税込・3ヵ月分)



季節の不調に合わせたセルフケア法を取り入れ、ほぐし・ポーズ・呼吸法・瞑想を行います。身体や心、脳の緊張を緩め、疲れを取り除き良質な睡眠へ導きます。続けることで「自己回復力」を高めていきます。

**★ココロとカラダを調える 姿勢調整エクササイズ**  
カイロプラクター  
**中尾修二**  
4~9月 第1日曜  
12:00~14:00  
13,530円 (税込・6ヵ月分)



一人一人の身体の歪みを診断して姿勢を調整し、歪みからくる痛みやしびれなどを改善する解剖学に基づいた誰でもできるエクササイズをお教えます。

**★スロー筋トレで一生足腰大丈夫! ★中高年のイキイキ健康体操**  
ハマスボーツ企画講師  
**川北志保**  
4~6月 第1・3金曜  
10:00~11:00  
10,890円 (税込・3ヵ月分)



イスやマットを使い無理のないペースでゆっくりと楽しく筋力アップ。転ばぬ先の筋力作りを始めましょう!



# 春からの こども講座

### チアドラゴンズダンスレッスン

4～6月 [水曜クラス] 16:30～17:20(年長～小学3年) 17:30～18:20(小学4～6年)  
元チアドラゴンズリーダー **MINAMI**  
[木曜クラス] 16:10～17:00(年長～小学3年) 17:10～18:00(小学4～6年)  
元チアドラゴンズ **PIASU**  
各クラス 14, 124円 (税込・3ヵ月分) ※ポニー代3,500円(税込)  
チアドラゴンズOGの指導でヒップホップなど様々な要素を含むオリジナルパフォーマンスをレッスンします。ナゴヤドーム公式戦ほかでの出演機会もあります。年長～小学生の女子が対象。  
**TRY** 4月6日(木) 16:10～17:00 1,177円(税込) ※対象年長～小学3年生

### ★キッズダンス

スタジオオフィス専属インストラクター **多田京加**  
4～6月 金曜  
18:30～19:30(年中～小3)  
19:30～20:30(小4～)  
14, 124円(税込・3ヵ月分)  
【月2回クラス】隔週金曜18:30～19:30  
19:30～20:30 7,062円(税込・3ヵ月分)  
最新のダンスを基礎から指導します。元気に楽しく踊り、リズム感や感性を養います。年中から小学生までが対象。  
随時講座体験受付中!お電話でご予約ください  
毎週金曜 18:30～19:30 ※対象:年中～小3  
19:30～20:30 ※対象:小4～1,177円(税込)

### こども新体操

みなみ新体操クラブ指導員 **高矢和子**  
4～6月 水曜  
16:30～17:15(3歳～小2)  
★17:15～18:15(小2～小6)  
14, 124円 (税込・3ヵ月分)  
3歳以上が対象。ボールやリボンを使って、楽しくリズムカルに踊りながら、想像力・集中力・感性を身につけます。  
**TRY** 3月22日(水) 16:30～17:15(3歳～小2) 17:15～18:15(小2～小6) 1,177円(税込)

### こども 苦手克服! ★こども体操教室

ハマダスポーツ企画講師 **小栗健ほか**  
4～6月 第2・4土曜  
10:30～11:30(小学校低学年クラス)  
11:30～12:30(幼児クラス) 10,230円(税込・3ヵ月分)  
楽しみながら体力向上、集中力、忍耐力を養い、逆上がり、跳び箱、マット運動などの苦手克服します。幼稚園～小学校低学年対象  
**TRY** 3月25日(土) 10:30～11:30(小学校低学年クラス) 11:30～12:30(幼児クラス) 1,155円(税込)

### ★描こう!創ろう!アートしよう! こども絵画・工作教室

グラフィックデザイナー **渡部美輪**  
4～6月 第1・3水曜  
16:30～18:30  
8,580円(税込・3ヵ月分)  
※教材費別途  
絵や工作は言葉と同じで自分の気持ちを表現して伝えるツールです。自分を解放する楽しい時間が、感性や感覚を育て、思考力・判断力・構築力など理論的に考える能力と、最後まで完成させるやりぬく力を育てます。

### ★こどもピアノ

メロディア音楽教室講師 **石黒清子**ほか  
4月～  
火曜～土曜  
10:00～20:00  
(30分間個人レッスン・時間は要相談)  
1ヵ月分  
7,568円(税込)～  
(年間レッスン40回)  
ピアノ・ソルフェージュ科目を個人レッスンで、4歳から入会でき、年1回グレード試験や発表会を予定。

### 理系脳を育てる ロボットプログラミング

デジコロボプラス **奥田拓海**  
4～6月 第1・3日曜  
10:15～11:45  
12:00～13:30  
14:00～15:30  
30,030円(税込・3ヵ月分)  
※キット代1年分 26,400円(税込)  
ロボットを動かす楽しさと論理的思考力を鍛えるプログラミングを学習します。センサーライト⇒ライトレーサー⇒アームロボット⇒2足歩行ロボなど制作。対象小3～6

### こどもバトントワリング

バトントワリングスタジocomet代表 **野畑聡美**  
4～6月 木曜  
18:00～19:30  
17,424円 (税込・3ヵ月分)  
イベントなどで華やかさを添えるバトントワリング。バトンの持ち方や回転、ステップなど初歩から楽しくレッスン。リズム感や運動神経の発育にも役立ちます。  
**TRY** 3月23日(木)または30日(木) 18:00～19:30 1,177円(税込)

### ★親子で楽しくリトミック

メロディア音楽教室講師 **家崎久美子**  
4月開講  
金曜 10:00～10:45  
(1歳児クラス:2021.4～2021.10生まれのお子様対象)  
金曜 11:00～11:45  
(2歳児クラス:2020.4～2021.3生まれのお子様対象)  
14, 124円(11回分)  
ピアノなどの音楽リズムに合わせて体を動かしたり、歌ったりしながら、集中力や感性、創造力を養います。  
**TRY** 3月17日(金)、24日(金)、4月21日(金) 10:00～10:45 627円(税込)

### ★こども書道毛筆・硬筆

4～6月 [金曜クラス] 16:30～18:00  
愛知淑徳大学書道講師・文字文化研究所正会員 **伊藤若石**  
【土曜クラス】15:30～17:30  
太陽書道会会員 **倉島尚味**  
各クラス13,860円(税込・3ヵ月分)  
幼児から中学生までが対象。学校教育の指導方針にそった書道書を個別に指導します。  
**TRY** 3月24日(金) 16:30～18:00 1,155円(税込)

### ★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 **大石満子、酒井秀子**  
4～6月  
第4木曜 13:00～16:00  
12,705円(税込・3ヵ月分)  
※教材費別途  
生地へ下絵を写し、それによって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まるで1点物のオートクチュールに大変身させましょう。気軽にはじめられるファッションリメイク体験です。  
**TRY** 3月23日(木) 13:00～15:30 2,640円(税込) ※教材費1,500円(税込)

### かんたん卓上手織り

手織りアトリエあこでこる **山田ちさと**  
4～6月  
第1・3火曜  
13:00～15:30  
12,210円 (税込・3ヵ月分)  
扱いやすく持ち運びに便利な「手織り機」を使って、裂き織りからさまざまな模様織りへと進みます。(手織り機は持参、または講師幹旋あり)

### ヴィクトリア王朝貴族に愛された ★タティングレース

日本アートクラフト協会理事タティング講師 **高木桂一**  
4～6月 第2日曜  
13:30～15:30  
6,765円(税込・3ヵ月分)  
※初回教材費600円程度、テキスト代別途  
シャトルと呼ばれる舟形の小さな糸巻きを使って行う手芸で、編み方はとってもシンプル。アクセサリーやテーブル飾りなど初心者の方にも丁寧に指導します。  
**TRY** 3月12日(日) 13:30～15:30 1,925円(税込) ※教材費540円(税込)

### ★はじめてのスタンドグラス

スタンドグラス教室 **Atelier Iris 奥山祐代**  
4～6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。  
【桜のアクセサリートレイ】  
**TRY** 3月16日(木) 10:00～12:00 1,705円(税込) ※教材費2,500円(税込)

### ★レース切り絵 蒼山日菜の世界

蒼山日菜レース切り絵認定講師 **高橋和子**  
4～6月  
第2土曜 10:00～12:00  
9,405円(税込・3ヵ月分)  
※教材費別途  
動植物をモチーフにした繊細なデザインを小さなハサミだけで作り出す、蒼山日菜のモノクロームの世界。そのテクニックを初歩から習得します。初級・中級・認定講師コースへと進めます。上達すれば、蒼山先生と一緒に展覧会に出展することもできます。  
**TRY** 3月11日(土)または4月8日(土) 10:00～12:00 3,135円(税込) ※教材費1,650円(税込)

### タイカーピング

タイカーピングマリー主宰、日本タイカーピング協会代表 **富松みつる**  
4～9月 第3水曜  
13:00～14:30  
13,530円 (税込・6ヵ月分) ※教材費別途  
ナイフ1本でフルーツやソーブなどに彫刻を施すタイの伝統工芸タイカーピング。フルーツ、野菜、ソーブのカーピングを楽しめます。  
【ソーブカーピング】  
**TRY** 3月15日(水) 13:00～14:30 2,805円(税込) ※教材費含む

### ★金継ぎ・蒔絵

漆芸伝承の会主宰 **栗原蘇秀**  
漆芸伝承の会認定講師 **杉浦傑**  
4～6月 第1火曜 10:00～13:00  
13:45～16:45 10,065円 (税込・3ヵ月分) ※教材費別途  
【長時間クラス】10:00～13:00(休憩45分)、13:45～16:45 16,665円(税込・3ヵ月分) ※教材費別途  
割れた部分を継ぎ、欠けた部分を成形しその部分に金銀の化粧を施し、器を修繕する金継ぎと、漆絵(うるし絵)、研出(とぎだし)、「漆塗り」を学び、アクセサリーなどを作る蒔絵を楽しむ講座です。  
**TRY** 4月4日(火) 13:45～16:45 6,105円(税込) ※教材費含む ※金継ぎ体験は講師が用意した器での体験となります。

### 脳を活性化! 大人の折り紙

日本折紙学会会員 **竹内啓**  
4～9月 第2火曜  
10:30～12:00  
11,550円 (税込・6ヵ月分) ※教材費別途  
指先を動かし、脳をフル回転させて大人の折り紙を楽しみましょう。やさしい基礎から最新の創作折り紙まで指導。  
**TRY** 4月11日(火) 10:30～12:00 1,815円(税込) ※教材費含む

### ★手づくり香

薫物屋香楽認定香司・手づくり香房香遊庵主宰 **竹内香織**  
4～9月 第4木曜  
13:00～15:00  
12,210円 (税込・6ヵ月分) ※教材費6回分 9,000円(税込)  
天然の香料(香木、漢薬など)をブレンドし、毎回、あなただけのオリジナルのお香を作ります。  
**TRY** 3月23日(木) 13:00～15:00 3,355円(税込) ※教材費含む

### ★手づくり石けん教室

アロマテラピー・雅香(miyabikou)主宰 **あかせまさみ**  
4～6月 第4木曜  
10:30～12:30  
6,765円 (税込・3ヵ月分) ※教材費1回 1,200円程度  
植物油と余分な添加物を含まない身近な材料でお肌に優しい石けんを作ります。  
【クレイソーブ作り】  
**TRY** 3月23日(木) 10:30～12:30 2,255円(税込) ※教材費1,200円(税込)

### ★カルトナーージュ

Atelier Flocon **岡田ユキ**  
4～6月 第3金曜  
10:00～12:00  
8,085円 (税込・3ヵ月分) ※教材費1作品 1,000～2,000円(税込)程度  
厚紙(カルトン)をベースに紙や布を貼って実用性を兼ね備えた小物を作ります。布や紙の組み合わせを楽しみながらオリジナルのインテリア小物を作ってみませんか?  
**TRY** 3月17日(金) 10:00～12:00 2,805円(税込) ※教材費含む

### ★ビーズフラワー&アクセサリー

～季節のお花を創る～  
ビーズフラワー講師 **山本千草**  
4～6月 第2金曜  
10:00～12:00  
7,755円(税込・3ヵ月分) ※教材費別途  
ワイヤーにビーズを通し花びらや葉を作ります。季節に合わせて部屋に飾る花や、ブローチ・髪飾りなどのアクセサリーを作ります。ガラスのビーズを使うので水洗いもできます。  
【ビーズフラワーブローチ】  
**TRY** 3月17日(金) 10:00～12:00 2,255円(税込) ※教材費1,000円(税込)

### はじめての一閑張り

一閑張り講師 **篠田美智子**  
4～9月 第1木曜  
13:30～15:30  
12,210円 (税込・6ヵ月分) ※教材費別途  
竹かごなどに和紙を幾重にも貼り、漆や柿渋を塗って小物入れやバッグを作ります。  
3月19日(日) 10:00～13:00(時間内随時受付) 1,200円(税込) ※教材費含む

### アロマテラピーをはじめよう

～Step1～  
日本アロマ環境協会認定インストラクター、セラピスト **原尻浅世**  
4～9月 第3木曜 10:30～12:00  
第3火曜 18:30～20:00  
13,530円(税込・6ヵ月分) ※テキスト代2,640円、教材費1回2,000円程度  
新型コロナ対策や認知症予防など、健康や美容に役立つ自然療法のアロマテラピー。基礎知識を実習を交え学びます。毎回ハーブティーの試飲あり。  
**TRY** 3月14日(火)または28日(火) 13:00～15:00 1,815円(税込)

### ～楽しく頭のトレーニング～ やさしい健康麻雀講座

日本プロ麻雀連盟中部本部所属 **長谷川弘**  
4～6月 第2・4火曜  
13:00～15:00  
12,870円 (税込・3ヵ月分) ※教材費3ヵ月720円(税込)  
初心者のための基礎知識の習得から実践対局まで、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。  
**TRY** 3月14日(火)または28日(火) 13:00～15:00 1,815円(税込)

### 森と高原 温泉を楽しむ 四季のハイキング

元日本自然保護協会会員 **成瀬福次**  
4～9月 第2木曜 8:00～17:15頃  
第4木曜 8:00～17:15頃  
13,530円(税込・6ヵ月分) ※バス代等別途、7,000円程度  
月1回、バスで自然豊かな各地へ出かけ、標高差300mくらいまでの登り、下りのある8～10kmを3時間ほど歩きます。帰りには温泉施設にも立ち寄ります。  
講座無料 3月24日(金) 10:30～12:00  
説明会 ※お電話でご予約ください

### ★占い入門

日本陰陽会理事 **杉 琢美**  
4～6月 第2・4水曜  
18:30～20:00  
10,890円 (税込・3ヵ月分) ※教材費含む  
人相、九星(気学)、家相、姓名判断、易、手相など3ヵ月ごとに学んでいきます。4月からは人相について学びます。  
**TRY** 3月22日(水) 18:30～20:00 1,705円(税込)

### 大人のビーズアクセサリー

楽習フォーラムプリム講師 **出原三千世**  
4～6月 第2・4水曜 13:00～15:00  
第2・4金曜 10:00～12:00  
第2・4金曜 13:00～15:00  
10,890円(税込・3ヵ月分) ※教材費別途  
ジュエリークロス、モードジュエリー、ビーズデコ刺繍、ビードワーク、ビーズデコスイーツ、ソウタシエ、クロスジュエ、マクラージュエ、あみぐるみ、オートクチュールビーズ刺繍ジュエリーなど大人のビーズアクセサリーを作ります。  
**TRY** 3月22日(水)または3月24日(金) 13:00～15:00 1,705円(税込) ※教材費別途・当日好きなキットをお選びください。

### 水野愛子監修 美しくありたいを叶える 表情筋トレーニング

日本表情筋トレーニング協会認定講師 **むらさき美智留**  
4月開講 第4土曜  
13:00～14:30  
6,765円 (税込・3ヵ月分) ※テキスト代別途  
年齢に関係なく何歳からでも鍛えることができる表情筋。顔の筋肉をほぐし、毎回2～3ヵ所をトレーニング。肌トラブルの予防改善・小顔作りにも役立つ医学に基づいた「究極の若返り術」でフェイスラインに自信をつけ、若々しい表情美人になりましょう。  
**TRY** 4月14日(金) 10:00～11:30 1,705円(税込) ※教材費別途

### ★苔玉と鉢植え作り

園芸研究家 **吉田 篤**  
4～6月 第2金曜  
10:00～11:30  
6,765円(税込・3ヵ月分) ※教材費別途  
園芸店ではなかなか手に入りにくい、最新の植物を厳選した苔玉、寄せ植え、浸み壺など、自慢の作品を実習します。  
**TRY** 4月14日(金) 10:00～11:30 1,705円(税込) ※教材費別途

## 豊田中日文化センター・趣味・手工芸講座会員作品展 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いただけますのでお気軽にお出かけ下さい。

**日時** 3月18日(土)、19日(日) 10:00～17:00(19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」 豊田市小坂本町1-25

**出品講座** 革の工芸、戸塚刺しゅう、私流のニットを編む、かんたん卓上手織り、花まゆ、トロックンクラツ、みゆきアートフラワー、シャドウボックス、着物リメイク、スタンドグラス、オランダダンス・羊毛刺しゅう、仏像彫刻、手作り香、レース切り絵、チョークアート、ビーズフラワー、一閑張り、真多呂人形、ディンプルアート、米粉でおやつ、暮らしに活かす色彩レッスン

**手づくり展1日体験ワークショップ**  
※参加費には材料費が含まれます。当日参加もOK。各コーナーとも材料がなくなり次第終了。詳しくはHPをご覧ください。※豊田カフェのパン、米粉を使ったドーナツなどの販売も行います。

**入場無料**