



先生の選ぶお花が沢沢で素敵。褒め上手だし、おだてられながら楽しんでいます。

Happy! Culture

わくわく、ときめく

簡化24式太極拳入門

太極拳龍飛会 愛知MEG支部代表 吉川恵美 4月開講 金曜15:15~16:30 24,024円(税込・3カ月分) 難解な太極拳を分かりやすく編成した簡化24式太極拳で、体内の循環を良くし、新陳代謝を活性化させましょう。やわらかく優雅な動きは心身ともにリラックスし、全身を使い足腰の筋肉を強化することで姿勢も変わってきます。



楽しいコーラス

合唱指導者 後藤和美 4月開講 第2・4木曜 13:30~14:50 13,332円(税込・3カ月分) ※テキスト代別途 懐かしい曲、童謡、叙情歌などを楽しく歌います。発声練習で驚くほど気持ちよく歌えるようになります。音符が読めなくても大丈夫です。



ストレッチヨガ

東山ヨガ講師 田中美智代 4月開講 木曜10:30~12:00 21,120円(税込・3カ月分) ストレッチで筋肉を緩め柔軟性を高め、ヨガの呼吸法によりインナーマッスルを強化し、体幹を鍛えていきます。



初心者のデジタル一眼レフ

日本写真家協会会員 白井厚 4~6月(全5回) 第1・3水曜13:30~15:00 ※初回は4月16日 12,650円(税込) ※現地学習費別途 これから一眼レフカメラを使った写真撮影を楽しみたい方向けの講座です。座学と実習を通して撮影に必要な基礎知識を身につけ、ステップアップを目指しましょう。 体験講座 3月19日(水) 15:15~16:45 (登録料不要) 受講料2,530円(税込)



春から始まる新講座

登録料550円(税込)でご入会いただけます。

自分に似合う色を発見! パーソナルカラー診断

repos.nagoya 大倉理恵 4~5月(全2回) 第4金曜10:30~12:00 4,620円(税込)

色彩の基礎を学び、自己分析することで、自分に合った色、カラーコーディネート身につけましょう。



文学から味わう科学と科学から味わう文学

工學博士・中部ベン理事 木呂子豊彦 4~9月(全6回) 第4土曜10:30~12:00 15,180円(税込)

科学も文学も多様性の一部。片寄った理解が間違いの元。右脳も左脳も均等に使うのが健康の秘訣。両方一緒にやればあなたも時短で読書家に。掌編・短編小説やエッセイの書き方も「おっさん」が教えます。



陶芸ではにわを作ろう

①美濃陶芸協会理事 東正之 5月10日、24日(土) 10:30~12:30 ②美濃焼伝統工芸士 加藤芳平 5月14日、28日(水) 13:00~15:00 各6,600円(税込)

見ているだけで癒やされる、かわいい「はにわ」や「土偶」を作ります。自分だけのオリジナル作品を作ることができます。



大好き! テディベア

日本テディベア協会会員 高岡里香 4~3月(全12回) 第3水曜10:30~12:30 29,040円(税込) ※教材費別途

ドイツ製の特別注文のモヘアでテディベアと洋服を作ります。全て手縫いなのでどなた様でも手軽に確実に制作できます。個人のお好みやレベルに応じて進めていきます。唯一無二のオリジナルベアと一緒に楽しく作りましょう。



陶芸でかぶとを作ろう

①美濃陶芸協会理事 東正之 3月22日、4月5日(土) 10:30~12:30 ②美濃焼伝統工芸士 加藤芳平 3月26日、4月9日(水) 13:00~15:00 各6,600円(税込)

場所を選ばず飾れるシックな装いのかぶとを作ります。お子さんやお孫さんへの贈り物にも喜ばれます。



はじめてのオカリナ

ライリッシュ オカリナ連盟 内藤いづみ 4月開講 第2・4月曜 10:30~12:00 13,332円(税込・3カ月分) ※教材費別途

素朴で澄んだ音色が魅力のオカリナは、年齢に関係なく始められる楽器です。これから始める方を対象にやさしい曲から楽しく吹きます。



華やかに寄せ植え「プランツギャザリング」

(一社)日本プランツギャザリング協会認定ギャザリスト 玉川葉月 4~6月(全3回) 第2土曜 13:30~15:30 10,890円(税込) ※教材費別途

プランツギャザリングとは、根っこ付いた花苗を花束のように束ねて植える新しい園芸技法です。フラワーアレンジメントのような華やかな寄せ植えを季節のお花を使って楽しめます。



羊毛フェルトで愛猫を作ろう

羊毛フェルト作家 叶蘭丸 4~6月(全3回) 第4火曜13:00~16:30 10,230円(税込) ※教材費別途

羊毛を専用の針で刺して、リアルな半立体の猫を作ります。顔の骨格や肉付きを意識して羊毛を立体的に盛り上げ、しっかりしたベースを作り、植毛やトリミングをして細部を仕上げます。まずは作り方の手順を覚えて、リアルな猫を目指して頑張りましょう。



フランスのオートクチュール手刺繍

Salon du Muguet nahomi 4~6月(全3回) 第3月曜 10:30~12:30 11,880円(税込) ※教材費別途

フランスオートクチュール刺繍の中でも手刺繍で煌びやかなビーズ刺繍を楽しんでいただけます。



にんにくパワーで元気! からだが喜ぶ発酵料理

からだ喜ぶ発酵料理研究家 後藤知子 ほか 5~7月(全3回) 木曜10:30~12:00 5月29日、6月26日、7月24日 7,590円(税込) ※教材費別途

にんにく麴の仕込みとアレンジレシピを紹介します。疲労回復やスタミナアップなどの効果が期待できますので、ぜひ試してみてください。



マクラメ編みの天然石アクセサリ

attacher 丹下かおり 4~6月(全3回) 第4水曜 13:30~15:30 7,590円(税込) ※教材費別途

マクラメコード(ひも)を手で編み上げてフレームを作り天然石を包む技法でアクセサリを作っていきます。



夢を叶える九星気学基礎講座

九星気学鑑定士 河瀬七映 4~3月(全12回) 第1金曜 10:30~12:00 15,180円(税込・6回分) ※教材費別途

九星気学は宇宙の気を読みとぎ、よりよく生きる人間学です。自分を幸せに導いてくれる星とは何か、そしてその星を日々の開運に活用する『幸せ貯金』の方法をお伝えします。



手相でわかる生き方発見! 入門編

東明学院専任講師 佐野有子 4~9月(全6回) 第2木曜 13:00~14:30 15,840円(税込) ※テキスト代別途

手相に表れている性格・才能・個性を活かし「自分らしい生き方」を発見していきます。手相の基本的な知識や歴史、人気の線を学びます。講師によるワンポイント鑑定もあり!



本当の自分発見 やさしい算命学 性格編

東明学院専任講師 佐野有子 4~9月(全6回) 第2木曜 10:30~12:00 15,840円(税込) ※テキスト代別途

算命学は生年月日から本当の自分を知り、より素晴らしい心豊かな人生を送るヒントを見つけられます。性格や相性、その人の思考・行動パターンなど、年代ごとの運勢を読み解くことができます。



「ものがたり」に学ぶ日本史と仏教

奈良薬師寺 東開東別院潮音寺 住職 村上定運 4~6月(全3回) 水曜11:00~12:30 4月16日、5月21日、6月25日 9,240円(税込)

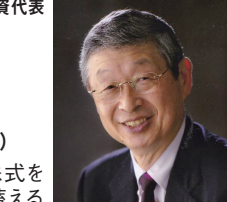
『古事記』や『今昔物語』などに語り継がれる内容には、たくさんの秘密が隠されています。仏教が与えた影響を踏まえながら、日本の歴史の裏側を探求していきましょう。



株式貯蓄で資産づくり 堅実株式投資のススメ

若葉マーク株式投資代表 福沢隆雄 4~6月(全3回) 第2土曜 15:00~17:00 11,880円(税込)

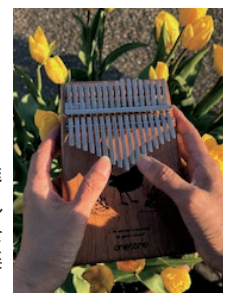
堅実企業の株式を預金のように蓄える「株式貯蓄」。安定成長企業、好配当企業への堅実シンプル投資で資産形成します。少額投資(例1株3,000円)で得意銘柄作りから始めます。



癒やしの音色カリンバ

カリンバ講師 日比野泰江 4~6月(全6回) 第2・4木曜 13:00~14:00 13,992円(税込) ※テキスト代別途

「カリンバ」はオルゴールのような優しい音色の楽器。親指を使い、簡単に音を出すことが出来るので、楽器の経験がない方でも大丈夫です。

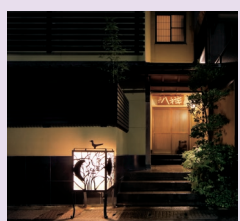


岐阜の老舗料亭・名店を楽しむ会

4~6月(全3回) 11:30~13:30 26,840円(税込) シェフなどの話を伺い、旬の料理をお楽しみいただきます。ちょっぴり贅沢なひとときをお過ごしください。

4月17日(木) 「たか田八祥」

主人 高田晴之 風情のある部屋で本格的な日本料理を堪能します。



5月15日(木) 「ラルーナビエーナ別邸」

料理長 村瀬将士 素材そのものの持つ本来の味を活かしたシンプルかつ大胆なイタリア料理を、心ゆくまで堪能ください。



6月18日(水) 「華川」

支配人 山田裕子 落ち着いた雰囲気の中、五感を満たす中国四大料理を存分にご堪能いただけます。



# 全講座のご案内

※曜日のみは毎週(月4回)、★印は女性限定講座です。  
 ※受講料の①は1カ月分、③は3カ月分、⑥は6カ月分です。  
 ※満席講座、途中入会できない講座があります。詳細はお問い合わせください。

## 教養

### 徳川家康

おんりえとごんくじょうど  
 厭離穢土欣求浄土への道 ~最終章

オフィス関ヶ原  
 草野道雄

4~9月(全6回)  
 第2火曜  
 13:30~15:00  
 15,180円(税込)

江戸時代250年余の「徳川の平和」に導いた徳川家康、その遺訓「人の一生は重荷を負って遠き道を行くが如し、急ぐべからず。…」に至る家康の姿を追います。



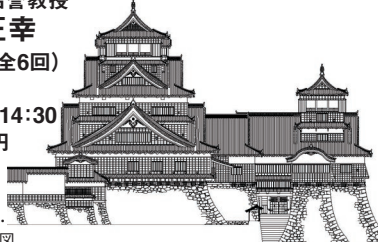
### 日本の名城

お城を楽しく正しく見る講座

広島大名教授  
 三浦正幸

4~9月(全6回)  
 第3木曜  
 13:00~14:30  
 16,500円(税込)

熊本城天守・小守復元図



NHK大河ドラマで建築考証を務める城郭建築研究の第一人者が、名城の天守を再検証します。今期はお城の大改修before and afterを取り上げます。

### 庶民の信仰 微笑の円空仏

円空学会理事長  
 小島梯次

4~9月(全6回)  
 第4火曜13:00~14:30  
 16,500円(税込)

岐阜県には1700体余の円空仏が現存します。極初期像から最晩年の像まであり、円空の活動がいかに濃密であったかがわかります。岐阜県の円空仏を巡礼していく中で、円空仏の真価を探ります。



### キリスト教美術と宗教改革

前岐阜県美術館館長  
 古川秀昭

4~9月(全6回)  
 第4火曜10:30~12:00  
 ※7月のみ第3週  
 15,180円(税込)

世界史とキリスト教美術に大きな影響を及ぼしたルターの宗教改革。ルネッサンスと同じ16世紀の宗教改革の影響を、優れた美術家の作品を通して探ります。



### お釈迦さまもビックリ現代社会!?

仏教の眼で深く観つめる

高野山真言宗高家寺  
 住職 北川宥智

4~9月(全6回)  
 第1木曜10:30~12:00  
 ※6月のみ第2週  
 15,180円(税込)

現代社会の悩みやストレス、競争と分断…そんな時代にこそ仏教の智慧が生きてくる!慈悲と共生のヒント、阿弥陀や観音の境地、そして般若波羅蜜多の深い洞察まで、仏教の眼で現代を見つめ直す講義です。



### 弘法さまの遺産を巡る

真言宗本山とその人々と仏像

高野山真言宗高家寺  
 住職 北川宥智

4~9月(全6回)  
 第1木曜13:00~14:30  
 ※6月のみ第2週  
 15,180円(税込)

弘法大師が遺した壮大な遺産を巡り、真言宗の本山とその歴史に迫る講座。高野山や東寺、大覚寺、醍醐寺など、皇室ゆかりの寺院や新義真言宗の展開まで、多彩な仏像と人々の物語を紐解きます。



### 親鸞聖人の言葉

円勝寺  
 住職 橋行信

第2・4水曜  
 10:30~12:00  
 13,200円(税込・3カ月分)

私たちは紆余曲折ある人生を過ごしております。親鸞聖人は、安心して暮らせるようにと、多くの言葉を届けてくださいました。その言葉の数々を紹介し、皆さまとともに一句一句丁寧に味わいます。



### 迷った時、悩んだ時は直感を信頼する

臨床心理療法士 伊藤香苗

4~9月(全6回)  
 第3木曜10:30~12:00  
 15,180円(税込)

2025年は、今までの世界観が根底から揺るがされる時代に入りました。個人的にも選択を迫られる事が多くなりますが、そんな時、頭(思考)で考えるより直感や体感を信じられる自分になる事が必須になります。環境や条件ではなく、自分自身に安心することの大切さを具体的に学んでいきます。



ぶらり歴史散歩	中日古城研究会会員	第4木	13:00~15:00	⑥	18,480円
「去来抄」を読んでみよう	大野鶴士	第2木	13:00~14:30	③	6,930円
楽しい古文書「信長公記」	吉田義治	第1・3水	13:30~15:00	③	14,850円
楽しい短歌	村井佐枝子	第2・4水	13:00~15:00	③	13,200円
自分史・エッセイを書く	吉村登	第2・4土	10:30~12:30	③	13,860円
娯楽小説の書き方	鈴木輝一郎	第4土	15:30~17:30	③	12,045円
朗読の楽しみ	浅井彰子	第1・3火	13:00~15:00	③	13,200円
あなたらしい伝え方のための声美人・言葉美人レッスン		第2・4水	13:00~15:00	③	13,200円

## 外国語

### 英語で楽しむ世界のニュース

英語講師  
 荻本邦子

第1・3火曜  
 13:30~15:00  
 17,820円(税込・3カ月分)

英語ニュースのポイントは、何といってもまず「大人の語彙」。温暖化、難民、宇宙開発といった単語になじめば英語のニュースがぐっと身近に。単語や熟語、文法に注釈をつけた教材で、一緒に世界のニュースを楽しみましょう。



### ワンフレーズイングリッシュ

普段よく使う日本語を英語で話そう!

英会話講師  
 副見百合子

第2・4火曜  
 14:00~15:00  
 9,240円(税込・3カ月分)

※テキスト代別途  
 日常的に使っている日本語を英語で言うときに、言葉が出てこない…という経験をしたことはありませんか?すぐに使える簡単に短い英語フレーズを場面別に学びましょう。



やさしい英会話	奥田恵子	月	10:30~12:00	③	22,440円
もっと話せる英会話		月	13:00~14:30	③	22,440円
シニアのゆっくり英会話	副見百合子	火	15:30~16:30	③	18,480円
やさしい旅行英会話		水	10:30~12:00	③	22,440円
はじめて学ぶ韓国語	金恵淑	第1・3金	18:30~20:00	③	13,200円
たのしく学ぶ韓国語		第2・4金	18:30~20:00	③	13,200円

## 書道

### やさしいかな

中日書道会参与  
 青木美雲

第1・3火曜  
 10:30~12:00  
 13,200円(税込・3カ月分)  
 ※コピー代別途

初心者の方には、かな基本のいろは、変体かななどを楽しみながら書けるよう手ほどきをします。自詠の俳句、短歌など、誰でも読めるような作品づくりをします。また、かな部での公募展出品も指導します。



### ついでに 想いが伝わる伝筆

伝筆協会認定講師  
 伊藤千春

4~9月(全6回)  
 第2土曜  
 10:30~12:00  
 ※5月のみ第3週  
 15,180円(税込)

※教材費別途  
 伝筆とは、誰でも、いつでも、どこでも筆ペンで描ける筆文字です。筆文字は、人を笑顔にし、元気にする事ができます。文字が苦手な方もほっこりとした味のある文字が描けます。



生活に役立つ毛筆	伊藤小游	土	13:00~15:00	③	21,120円
暮らしの書	伊藤仙游	月3回金	13:00~14:30	③	16,830円
楽しく学ぶ暮らしの書	吉澤有岐子	第1・3月	10:30~12:00	③	13,200円
楽しむ書道	戸崎翠虹	第1・3水	13:30~15:30	③	13,200円
基礎から学ぶ毛筆	松久暁水	第1・3金	10:30~12:00	③	13,200円

## 美術

### 色鉛筆でお気に入りのイラストを描こう

フリーランスデザイナー  
 岩城二三枝

4~6月(全3回)  
 第1月曜  
 14:00~15:30  
 9,075円(税込)

色鉛筆は、使い次第で温かな表現や繊細な色彩・質感が演出できます。お気に入りの動物や花などの静物を描いてみましょう。



### 楽しいスケッチと水彩画

元日洋会会友  
 藤澤真実

①第1・3火曜  
 10:30~12:30  
 ②第2・4火曜  
 10:30~12:30  
 各14,520円(税込・3カ月分)

旅に出て、ちょっとスケッチしてみたいと思っている方のために、さまざまなモチーフを題材にやさしく指導します。



楽しい版画	出倉裕之	第1・3金	10:30~12:30	③	14,520円
やさしい日本画	林森次	月	13:00~15:00	③	22,440円
日本画	前川伸彦	第1・3土	13:00~15:00	③	14,520円
スケッチと静物画	青木年広	第2・4金	13:00~15:00	③	14,520円
水彩色鉛筆を楽しむ	北野玲	第1・3月	10:30~12:30	③	14,520円
写仏・仏画入門	前田道雄	第2・4火	10:30~12:30	③	14,520円
心をつなぐ絵手紙	久保田陽子	第4月	13:00~15:00	③	7,590円

## 音楽

### はじめようウクレレ

ギター・ウクレレ奏者  
 ジューク・オカヨシ

第2・4火曜  
 10:00~10:50  
 11,352円(税込・3カ月分)  
 ※教材費別途

ギターよりも小さく、気軽に弾くことができる楽器・ウクレレ。童謡や唱歌、歌謡曲、ハワイアン、スタンダードポップスなど、初めての方でも楽しんでもらえるようレッスンします。

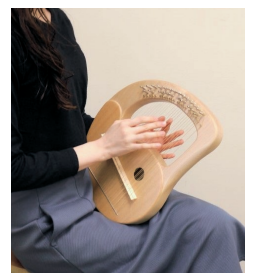


### 癒やしの竖琴(ライアー)入門

ライリッシュ・竖琴連盟  
 認定講師 宮川恵

第2・4水曜  
 10:30~12:00  
 13,002円(税込・3カ月分)  
 ※楽器、教材費など別途

初心者でも扱いやすい小型の竖琴を使って幅広い楽曲を演奏しますので、老若男女問わず竖琴の世界を楽しむことができます。演奏することで自分自身も癒やされる最高の楽器です。楽器レンタルあり。



70歳からの「歌ごえサロン」	山田眞理子	第1・3月	11:15~12:00	③	8,712円
こころのうた・季節のうた		第1・3月	13:00~14:30	③	13,332円
世界のうた・日本のうた★	赤堀織慧	第1・3木	13:30~15:00	③	13,332円
やさしいコーラス	後藤和美	第2木	13:30~14:50	③	7,326円
混声コーラス♪	増田有香	第2・4火	13:00~14:30	③	12,672円
思い出の名曲を歌う	瀧本晴都子ほか	第2・4水	13:30~15:00	③	13,332円
楽しく歌おう♪ポピュラーソング	奥田薫ほか	第2・4月	11:00~12:30	③	13,332円
歌声ひろばみんなで歌おう	ささはらなおみ	第3火	14:00~15:30	③	6,996円
愛と人生の歌・シャンソンを歌う	青山桂子	第2・4火	10:30~12:30	③	16,632円
歌唱力アップ!カラオケレッスン	しいの実ほか	第2・4金	17:30~19:30	③	13,992円
おとなのためのピアノレッスン(30分個人レッスン)	村上尚美	第2・4金	朝~昼	③	21,912円
シニアのための脳トレピアノ®	河邊淑子ほか	第3金	10:30~12:00	③	8,646円
オカリナ	内藤いつみ	第2・4月	13:30~15:00	③	13,332円
楽しいウクレレ	ジューク・オカヨシ	第2・4火	11:00~11:50	③	11,352円
ギターで楽しむ昭和歌謡・青春ソング		第2・4火	13:00~13:50	③	11,352円

## 日本の伝統

### 裏千家

茶道裏千家教授 大島宗甫ほか

①金曜13:00~15:00  
 ②第1・3金曜13:00~15:00 ③第2・4金曜13:00~15:00  
 ①25,080円(税込・3カ月分)※水屋代含む  
 ②③各15,840円(税込・3カ月分)※水屋代含む

裏千家茶道を学び、伝統文化を継承し見つけ直して、日常生活にも生かされていく茶道を学びませんか。茶道はあらゆる要素を兼ね備えた文化です。茶道のお稽古を始めて、楽しみませんか。



池坊	井深上子ほか	土	13:00~15:00	③	31,680円
暮らしを彩る生け花 草月流	服部生芳	第1・3金	18:00~20:00	③	18,480円
正統則天門華道	小澤光玉	火	10:30~12:30	③	33,000円
せん茶・亮茶流	額額智子	第1・3火	13:00~15:00	③	15,840円
表千家	高橋淑子ほか	第2・4水	10:30~12:30	③	15,840円
		第2・4水	18:00~20:00	③	15,840円
着物の着付け★	吉川良子ほか	木	10:30~12:30	③	19,800円

創作舞踊

日本舞踊花龍派 家元 花龍儷鳳 第1・3木曜 13:00～15:00 13,332円 (税込・3カ月分) いつでも好きな踊りを続けたい...そんな仲間と一緒に、なじみやすい曲を題材にゆっくり楽しく踊りましょう。



琉球民謡 はじめての三線

宮古民謡保存会師範 松川哲雄ほか 第1・3土曜13:00～15:00 13,332円(税込・3カ月分) ※テキスト代別途 沖縄の三線を弾けるようになりたい...、三線を持っているけど弾けない...そんな方はいませんか? 童謡・沖縄民謡・宮古民謡・沖縄ポップスなどを練習。初心者を対象に、基本から親切・丁寧に指導します。



Table with 5 columns: Course Name, Instructor, Day/Time, Fee, and Contact Info. Courses include '民謡をうたう', 'どじょうすくい〜正調安来節', '雅楽入門(箏・龍笛)', '小鼓〜伝統を楽しむ', and '琉球民謡〜唄と三線'.

服飾

やさしい和裁

(学)清水学園 清水とき・きものアカデミア和裁教授 北原弘子ほか ①木曜10:30～12:30 ②第1・3木曜10:30～12:30 ③第2・4木曜10:30～12:30 ①19,800円(税込・3カ月分) ②③各11,880円(税込・3カ月分) 運針の仕方から普段着や単衣の制作、寸法直しや仕立て直しまで、カリキュラムに沿って指導します。初心者には基本からやさしく丁寧に、経験者には個々の要望に応じて指導します。



Table with 5 columns: Course Name, Instructor, Day/Time, Fee, and Contact Info. Courses include '手編みサロン', '戸塚刺しゅう', 'オシャレな帽子作り', '白鳳古式くみひも道', 'マクラメ編みの天然石アクセサリー・経験者', 'ブティ〜南フランスのキルト', and 'タティングレース'.

健康

ゆうきケア体操

ひざ・腰・股関節痛ケア ゆうき関節運動研究所理事 ゆうきケア体操講師 早川みどり 4～6月(全6回) 第2・4水曜10:30～12:00 13,860円(税込)



世界変形性関節症会議で認められた体操です。身体のゆがみを整え、関節の動きを良くすることで、動ける身体づくりをします。無理なく簡単な体操です。健康寿命は足腰から。

楊名時八段錦・太極拳

心も体も楽しく健康に! 楊名時八段錦・太極拳師範 今村真裕美 4～6月(全6回) 第2・4月曜13:30～15:00 12,012円(税込) 穏やかな心、ゆったりとした呼吸、ゆっくり動く太極拳は、肩こりや腰痛の改善に効果が期待できます。また、心肺や脳にも良い刺激をもたらします。



SAYOKO 美ボディウォーキング

SAYOKO美ボディウォーキング講師 渡邊雅美 4～9月(全6回) 第3水曜10:30～12:00 13,860円(税込) 日常の姿勢や歩き方を正しく整えることで、若々しい見た目、引き締まった身体をつくります。基本の姿勢、歩き方から癖やゆがみを改善していく立ち方などを指導します。



空手教室

(公財)日本スポーツ協会 公認スポーツ指導員 空手道コーチ 高橋みゆき 土曜15:00～16:00 17,160円(税込・3カ月分) 空手の形で美しい姿勢を保ち、組手で判断力を身に付けます。空手は生涯スポーツです。こどもから大人まで目的に合わせて楽しめます。



Table with 5 columns: Course Name, Instructor, Day/Time, Fee, and Contact Info. Courses include 'やさしい太極拳', '簡化24式太極拳入門', 'リラックスヨガ', '女性のためのヨガ★', '四季のヨーガ(足心ヨーガ)', 'やさしい気功健康法', '懐メロ体操', 'いきいき脳トレ音楽体操', and 'こども空手'.

ダンス

大人J-POP Dance

ヒッツダンススペース インストラクター 岩田淳未 4～6月(全6回) 第1・3月曜14:00～14:50 9,372円(税込) はじめてダンスにチャレンジされる女性のための教室です。ダンスやスポーツ経験がない方も安心してお越しください。一緒に楽しみましょう!



楽しいフラダンス♪

フラ ハーラウ オ カプアアロハ主宰 岡部ますよ 第2・4木曜 13:00～14:00 13,332円(税込・3カ月分) 心地よいハワイアンを聴きながら踊るフラは心身ともにリラックスでき癒されます。基本となるステップから始め、楽しく踊れるよう指導します。年齢に関係なくどなたでも!



Table with 5 columns: Course Name, Instructor, Day/Time, Fee, and Contact Info. Courses include 'やさしい社交ダンス', '大人のためのやさしいバレエ★', 'おとなのやさしいバレエ★', '初歩から始める楽しいフラダンス入門★', and 'フラダンス★'.

趣味

デジフォトを楽しもう

日本写真家協会会員 服部辰美 4～9月(全6回) 第3土曜13:00～14:30 16,500円(税込) ※教材費、現地学習費別途 四季の風景、街中スナップ、花などを撮影する際のテクニックや注意点を現地学習と講評を交えて楽しく学びます。フォトブックの制作も予定。デジタル一眼レフカメラの取り扱いを理解している方、撮影レベルをもっと向上させたい方が対象です。



心ときめく花文字

花文字プロジェクト所属 花文字アーティスト 広珠 4～6月(全3回) 第1金曜10:30～12:30 8,910円(税込) ※教材費別途 開運へ導く花文字を描きます。書道、絵画の経験がなくても大丈夫。花文字作家へも夢ではありません。心から楽しいと思える時間を一緒に過ごしましょう。



クラフトバンドで作る猫ちぐら

(一社)クラフトバンド エコロジー協会認定講師 石川 恵 4～7月(全4回) 第2月曜10:30～12:00 10,560円(税込) ※教材費別途 猫を飼っている人の中で注目を集めている人気の猫グッズ「猫ちぐら」。クラフトバンドを使用して、じょうぶな猫ちぐらを作ります。



みんな笑顔に! 飾り巻き寿司

川澄飾り巻き寿司協会 公認講師 牛田純子 4～6月(全3回) 第2水曜13:30～15:00 7,590円(税込) ※教材費別途 巻き寿司の切り口から飛び出す、かわいいデザインのキャラクター。お弁当やパーティーに楽しい飾り巻き寿司を作りませんか。



蒼山日菜の世界 レース切り絵

蒼山日菜レース切り絵 認定講師 高橋和子 4～6月(全3回) 第4土曜10:00～12:00 10,230円(税込) ※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はさみだけで作り出す蒼山日菜のモノクロームの世界。そのテクニックを基礎から学びます。



カラフル切り絵

切り絵作家 ゆまあひmaki 第1水曜12:30～16:30 14,190円(税込・3カ月分) ※教材費別途 黒い紙をカットして、好きな色の和紙を後ろから貼る手法で作品を作ります。同じ図案でも色が違うだけで全く違ったイメージに仕上がります。



水野愛子監修 表情筋トレーニング

～魅力あふれる笑顔のために～ 日本表情筋トレーニング協会 認定講師 山崎純子 4～9月(全6回) 第4木曜10:30～11:45 15,180円(税込) ※教材費別途 鏡を見るのが楽しくなる! どんどん美しくなるお顔の変化を体験してください。「シミ、シワ、タルミ」の予防改善や小顔づくりに効果のある表情筋トレーニングを、深く優しく丁寧に伝えます。



似顔絵を描こう!

似顔絵デザイナー 中村 剛 4～6月(全3回) 第4土曜13:00～15:00 8,910円(税込) ※教材費別途 似顔絵は描かれた人を笑顔にする魔法の技能です。プロの似顔絵デザイナーが、描き方のコツと練習方法を最初から丁寧に伝えます。絵心のない方でも安心してご参加いただけます。



消しゴムはんこの世界

JESCA認定上級 消しゴムはんこ講師 うえむらゆみこ 4～9月(全6回) 第2火曜 10:30～12:30 15,180円(税込) ※教材費別途 雑誌TVメディアでの出演も多数、予約待ち続出の人気作家に学ぶ、消しゴムはんこ教室です。



癒やしのタロットカード

小アルカナ編 セラピスト kaco 4～9月(全6回) 第1土曜10:30～12:00 16,500円(税込) ※教材費別途 タロットカードは、あなたを導く神秘的アイテムです。悩みや気持ちを整理したいとき、カードからメッセージを読み解く「セルフリーディング」を学びます。



初めてでも簡単! プロから教わるバルーンアート

ロコニコバルーンプロアーティスト ムッチョよほか 4～6月(全3回) 第3火曜13:30～15:00 8,910円(税込) ※教材費別途 カラフルで柔軟性のある風船を使って創作するバルーンアート。風船を組み合わせ、曲げ、結びつけて、さまざまな形状やデザインを作り出します。



レザークラフト

レザーファクトリーフジツカ 藤塚仁美 第1・3月曜10:30～12:30 13,200円(税込・3カ月分) ※教材費別途 革のもつ温かみや柔らかさを生かし、実用小物からインテリアとしての作品まで作ります。カービングなど他の技法を使い、バッグ・アクセサリー・インテリアなどの作品も指導します。



Table with 5 columns: Course Name, Instructor, Day/Time, Fee, and Contact Info. Courses include 'たのしい陶芸', '身近に陶芸', 'わくわく陶芸', '暮らしの木彫', '楽しい囲碁', 'はじめての脳トレ健康麻雀', '脳トレ健康麻雀', '超初心者のためのレディース麻雀', 'ワインの楽しみ方', '暮らしを彩るハーブデザイン', 'ポプリとハーブデザイン', '作って吹こう横笛', '金継ぎ工房', 'ナンタケットバスケット', '基礎から学ぶクラフトバンド', '大人の折り紙', 'デジタル一眼レフ作品研究科', '四季折々の情景盆栽', and 'もっと花が好きになる フラワーデザイン'.

この機会に体験してみませんか?

# ONE 1dayセミナー

登録料不要

事前予約制

## 春・元気色をいれた大人色のスワッグ

グリーンローズ主宰  
**松浦奈美子**  
4月9日(水)  
10:30~12:30  
2,310円(税込)  
※教材費別途



柔らかな日差しが嬉しい「春本番」。元気色の黄色とオレンジ色、そして大人色の紫の配色の豪華なヨーロッパテイストのアーティフィシャルフラワーで作るスワッグです。

## 花びらコラージュ ミモザでつくる小さな幸せ「花籠〜パニエ〜」

hana塾主宰  
**吉田和代**  
4月15日(火)  
10:30~12:30  
3,410円(税込)  
※教材費別途



ミモザの葉っぱと新芽で花籠をつくり、小さな花たちを飾ります。完全密封仕上げで、長時間きれいな花びらの色が楽しめます。

## 色鮮やかに花保存 レカンフラワーの世界

アトリエMOE 代表  
**小原いづみ**  
6月11日(水)  
10:30~12:30  
2,530円(税込)  
※教材費別途



花のもつ自然な色をそのままに乾燥させて作品を作ります。庭で育てた花やプレゼントにももらった花をレカンフラワーにすることで長く楽しむことができます。

## 水野愛子の中高年のための表情筋スペシャル&心美学®

日本表情筋トレーニング協会代表  
**水野愛子**  
4月11日(金) 10:30~12:00  
2,530円(税込)  
今年73歳を迎える表情筋のスペシャリストが「しみ、しわ、たるみの予防改善」に役立つトレーニング法を伝授! 楽しい本音トークもご期待ください!



## 上製の和綴り帳

カオポック  
**KaoPoK**  
5月10日(土)  
10:30~12:30  
5,390円(税込)



和綴りの中でも大切な一冊を綴じた1時に用いる上製(ハードカバー)の和綴り帳を作ります。本文、見返し、糸、花布の色をお選びいただけます。

## まるで睡蓮の花のよう... 睡蓮木的情景盆栽を作ってみましょう!

情景盆栽作家 **中尾浩之**  
5月22日(木)  
13:30~15:30  
2,640円(税込) ※教材費別途  
4月から10月まで次々と睡蓮の花に似た美しい花を咲かせる睡蓮木。その睡蓮木を用いモダンで可愛い盆栽「情景盆栽」を制作します。



## 眉毛で印象自由自在 アイブロー集中レッスン

メイクセラピストジャパン認定メイクセラピストプロデューサー  
**星乃せい**  
6月2日(月) 10:30~12:30  
2,970円(税込)  
眉毛は、なかなか自分では変えられないパーツ。自分に合った眉の描き方をマスターして、「今の顔の印象が好き」と思える美眉を目指します。



## 紅茶のある暮らし 春の紅茶の楽しみ方

Teaplace Mahola主宰  
**奥田奈美**  
4月15日(火)  
13:30~15:00  
2,420円(税込)  
※教材費別途



特徴を知って、その紅茶に合った飲み方をする事で、日々のティータイムをより豊かに楽しむことができます。

## 和菓子講座 徳川家康

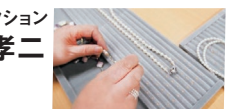
和菓子研究家  
**水無月晴**  
5月10日(土)  
13:30~15:00  
3,575円(税込)



徳川家康は和菓子の歴史と深い関わりのある人物です。生誕から戦国時代を生きた歴史を辿りながら和菓子を味わっていただきたいと思ひます。

## 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**  
5月23日(金)  
13:00~15:30  
2,860円(税込) ※教材費別途  
さまざまな色のパール・天然石でお好きなアクセサリを作ります。本物だからこそ満足感。真珠のプロがパールの見分け方やお手入などお話しします。



## 占星学で読み解くあなたの月相と金星~幸運の香水づくり~

AHTA理事長  
**木之下恵美**  
6月6日(金) 13:00~14:30  
2,310円(税込) ※教材費別途  
大きく変わる時代の潮流とともに、未来のあなたの月相とまじりの金星を占星学で読み解きます。あなたの誕生日から月相と守りの金星を導き出して、星を味方につける香水をつくりましょう。



## 着付けが簡単! 造り帯教室

さくら着物工房  
**北澤育代**  
4月24日(木)  
13:00~17:00  
6,930円(税込)  
※教材費別途



お手持ちの帯を切らずにお太鼓に仕上げます。帯結びが2分ででき、着付けが楽になります。糸を取れば元の帯に戻ります。

## 染め花「バラのコサージュ」

染め花Horry  
**矢野仁代**  
5月13日(火)  
13:00~15:00  
2,310円(税込)  
※教材費別途



たくさんの花びらを重ねて作る、華やかな開きバラのコサージュを作ります。お好みに合わせて、ページュまたは淡いグリーンの2色からお選びいただけます。

## 初夏の雫のリース作り

花雑貨Roji  
**村瀬幸代**  
5月24日(土)  
10:30~12:30  
2,310円(税込) ※教材費別途  
清涼感のある色合いの花々で、しずく形のリースを作ります。アーティフィシャルフラワー素材のリースはお部屋や玄関ドアにも飾ってお楽しみいただけます。



## ハーブ魔女のミントコーディアル

ハーブで夏を爽やかに過ごす!!  
ハーバリスト **児嶋有子**  
6月9日(月) 10:30~12:30  
2,530円(税込)  
※教材費別途  
ミントの使い方や効能を知り活用する方法を楽しく学びます。ミントコーディアルを作りお持ち帰りいただけます。また色々なハーブのドリンクをご紹介します。



## 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**  
4月26日(土)  
10:30~17:00  
17,710円(税込)  
※認定料・テキスト代別途



発達障害やグレーゾーンといわれる子どもたちのコミュニケーション方法、生活環境の整え方、お金の管理などをお伝えします。

## コレステロールの不思議

中部大応用生物学部客員教授  
**横山信治**  
5月15日(木) 13:00~14:30  
2,750円(税込)



生命にとって大切なコレステロールですが「高い」となれば「気を付けなさい」と言われるので、コレステロールとはなにして、体の中でなにをさせて、それがどう病気になるのか、専門家が分かりやすく解説します。

## 羊毛で作る☆ぽっちゃり文鳥

羊毛フェルト作家  
**meimei 箕浦メイ**  
5月24日(土)  
13:30~16:30  
2,310円(税込)  
※教材費別途  
ふわふわの羊毛を専用の針でチクチクさせて、ぽっちゃりフォルムのかわいい手のり文鳥を作ります。色は白、カフェオレ、グレーからお選びいただけます。



## トロッケンランツ「初夏のバルコニー」

トロッケンランツ認定講師  
**鈴木美智子**  
6月10日(火)  
13:00~15:00  
2,530円(税込)  
※教材費別途  
初夏のお花や木の実を使って、窓辺のガーデニング風景を作ります。



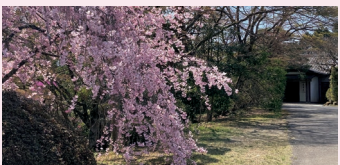
## お出かけセミナー

現地集合・解散

登録料不要



**水野愛子のトーク&ランチパーティー**  
マナーコーディネーター **水野愛子**  
4月15日(火) 11:00~14:30頃  
15,620円(税込)  
会場:インフィニート名古屋(名古屋市中村区名駅3)  
中世の文化、歴史、ファッション、そして王妃を取り巻く人間関係など、驚きや発見がいっぱい! 優雅なひとときをイタリアンのフルコースとともに楽しんでください。



**春を楽しむ夜がらす山荘「長多喜」**  
長多喜店主 **吉田信助**  
4月17日(木) 11:30~14:00頃  
7,920円(税込)  
会場:夜がらす山荘「長多喜」(中津川市駒場1649)  
一万坪の広大な敷地の中、恵那山と中津川の街を一望できる古民家隠れ宿「長多喜」で、山里中津川ならではの旬の味をいただきます。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を散策します。

**季節の養生法と薬膳茶**  
梨杏で楽しむ中国料理と季節のカラダを整えるお茶  
漢方ナチュラル kitchen 主宰  
**高山恵美**  
5月29日(木) 12:00~14:30頃  
11,550円(税込)  
会場:中国料理 梨杏(りんか)(名古屋市中村区名駅1 名古屋マリオットアソシアホテル18階)  
立夏から夏の時期に起こりやすい体の不調とその養生法について、梨杏のスペシャルコースと夏のカラダを整えるお茶を楽しみながら学びます。



**盟友石田三成と大谷吉継**  
静岡大名教授  
岐阜関ヶ原古戦場記念館 館長 **小和田哲男**  
5月30日(金) 13:30~15:00  
3,520円(税込)  
会場:大垣市ストピアセンター(大垣市室本町5)  
石田三成と大谷吉継は、秀吉が長浜城主になった頃、ほぼ同じ時期に秀吉に仕えます。二人とも武功よりは奉行的職務で辣腕をふるいます。関ヶ原の戦いでは二人が中心となって西軍を組織することになる二人の絆を掘り下げます。



**ユネスコ無形文化遺産犬山祭の車山行事と登録有形文化財堀部邸で食す饗応膳**  
4月6日(日)  
13:00~20:00頃  
9,196円(税込)  
精巧なからくり人形の妙技、十三輦の装飾された美しい車山...。そうした表層的な部分だけでなく、何故、有形文化財でなく無形文化財として登録されたのかを祭礼に触れながらその本質を解き明かします。



**八百津だんじり祭り**と**日本料理 3つの巨大な山車が練り歩く「けんか祭り」**  
4月13日(日) 9:30~17:10頃  
9,691円(税込)  
八百津の産土神である大船神社を中心として行われる「八百津だんじり祭り」は、舟運で栄えたこの地域の特徴を色濃く残すお祭です。大きな掛け声と高さ6メートル・重さ4トンのだんじりを引っ張りながら町を練り歩く姿は圧巻です。昼食は「日本料理いこい」にて。



**ユネスコ無形文化遺産と望洲楼 亀崎潮干祭を訪ねて**  
5月3日(土・祝)  
9:30~16:00頃  
8,976円(税込)  
潮の退いた波打ち際に向かって一気に山車を曳き下ろす豪快な「海浜曳き下ろし」と、山車を飾る諏訪立川の傑作彫刻彫り。安政二年創業の料亭望洲楼での食事を楽しまます。



使用写真は一部イメージを含みます。

### 新規入会お申し込みの手順

- 1. 講座を決めて確認**  
講座を決めたらお電話、またはHPへアクセス。空席・募集状況を確認し、予約登録を行います。
- 2. お支払い方法の選択**  
窓口もしくはコンビニでのお振込を選択いただけます。HPからお申込みの場合は、カード決済、24時間受付可。
- 3. 登録料・受講料のお支払い**  
お電話でのご予約は、登録料550円(税込)と受講料を、14日以内に窓口もしくはコンビニ振込にてお支払ください。
- 4. 会員証のお受け取り**  
お支払日に窓口でお渡しいたします。コンビニ振込とWEB決済は、初回日に窓口でお渡しいたします。

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 **0120-670-877**

HP **ぎふ中日文化センター** 検索 月・火・木・土 10:00~17:00 水・金 10:00~18:30 日曜休み



## 中日文化センター ぎふ

岐阜市柳ヶ瀬通1丁目12番地 岐阜中日ビル3階



入会と受講料について

- 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、登録料は不要です。
- 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。

個人情報保護の取扱い

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○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 名古屋市中区栄4-16-36 久屋中日ビル7階 (4月3日以降) 名古屋市中区栄4-1-1 中日ビル4階 中日文化センター案内 TEL 0120-53-8164

◎特約駐車場があります。