

春の受講生募集

先生の選ぶ
お花が贅沢で素敵。
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



TRY

1ヵ月 おためし体験

レッスンについていけるか不安…
まずはおためし体験から始めてみませんか？

詳しくは中面へ



ステンドグラス ガラスの金魚

ガラス作家 **Rico**
4～7月(全4回)
第2木曜
10:00～12:00
11,880円(税込)
※教材費別途



金魚をデザインしたプレートを制作。夏を迎える部屋に、ガラスの金魚を置いてみませんか。カット済みのガラスを使うので、初めての方もご参加いただけます。

笑顔のボイストレーニング 基礎編 若さを保つ声の出し方・磨き方

ビジヴォ認定ボイストレーナー **小松エミ**
4～6月(全3回)
第1火曜13:00～14:30
7,590円(税込)
※教材費別途

声帯も年齢とともに老化します。正しいトレーニングをすることで声が劇的に変わります。いつまでも若々しく愛される声、心を惹きつける“声”の作り方で人生まで変わります。



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1・3火曜
9:45～10:45
13,992円(税込)
※テキスト代別途



親指だけで弾く、アフリカ生まれの優しい音色の楽器。鍵盤シールを使い、指番号や音名が書いてあるので、すぐにメロディを奏でることができます。

わが家の定番レシピ

犬山クッキングスクール主宰 **奥村里美**
4～6月(全3回) 第1火曜10:30～12:30
9,240円(税込)
会場:犬山クッキングスクール(犬山市天神町1-13-1)

からだを整えるバランスの良い献立を幅広くご紹介。家族も喜ぶおいしいメニューで、豊かな食生活を送りましょう。



Spring Course

[春から始まる新講座]

大人J-POP Dance

HIT'S Dance Spaceインストラクター **岡嶋里奈**
4月開講 第1・3土曜10:30～11:20
9,372円(税込・3ヵ月分)

大人になってから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。はじめての方向けクラスなので、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。目的は何でもOK!一緒に楽しみましょう!



事前体験 3月15日(土)10:30～11:20
1,562円(税込)

読み書きを楽しむ初級文章講座

名古屋芸術大学
非常勤講師 **佐藤雄二**
4～9月(全6回)
第4木曜
13:00～14:30
13,860円(税込)



何を書こうか、どのように書こうか、うまく書けるだろうか…そんなことは当たり前。それでも私たちは歓びを求めて読みもすれば書きもする。さあ、言葉の海に舟を漕ぎいれましょう。

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
6～7月(全2回)
第2木曜13:00～14:30
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。パーソナルカラーを理解することで、イメージアップを目指します。



羊毛フェルトでトイプードルを作ろう

羊毛フェルト作家 **叶 蘭丸**
4～6月(全3回)
第4土曜
13:00～16:30
9,240円(税込)
※教材費別途



羊毛を専用の針で刺してトイプードルの顔(ブローチタイプ)を作ります。土台から作り、植毛やトリミングをして細部を仕上げます。

マクラメ雑貨を作ろう

楽習フォーラム認定講師 **大江啓子**
5～9月(全5回)
第4火曜10:00～11:30
10,450円(税込)
※教材費別途



ひもや糸、ロープを結びながら幾何学模様を作る手芸。コースターやスマホホルダー、ポーチなど、普段使いができる雑貨を中心に制作します。

事前体験 4月22日(火)10:00～11:30
2,090円(税込) ※教材費別途

にんにくパワーで元気! からだが喜ぶ発酵料理

からだが喜ぶ発酵料理
研究家 **後藤知子**ほか
5～7月(全3回)
第3木曜
15:00～16:30
7,590円(税込)
※教材費別途



にんにく麹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。

GOURMET 名店探訪

現地集合・解散

春の東海味めぐり

4～6月(全3回)12:00～13:30
26,290円(税込・食事代含む)

素材や料理についてシェフなどに話を伺い、スペシャルコースをお愉しみいただきます。ちょっぴり贅沢なひとときをお過ごしください。

「四間道レストラン MATSUURA」 (名古屋市中区)

4月10日(木)
三河湾の魚介や地元野菜を使った繊細なフレンチを、築380年の蔵を改装した歴史的空間で堪能できます。

「日本料理 一灯」(碧南市)

5月15日(木)
愛知県の伝統野菜から調味料まで地元産のものを中心に使用。素材の魅力を活かした季節の料理を味わいます。

「中国飯店 春秋」 (名古屋市中区)

6月19日(木)
春秋の名のごとく、日本の四季を感じながら特別な時間をお過ごしください。



中国飯店・春秋

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 マナーの鍵はイタリアにあり!

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)
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みましょう。



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
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庭内を散策します。



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(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。



食事を楽しみ、美しいマナーを学ぶひととき 日本料理編

料理研究家 **伊藤華づ枝**
6月27日(金)11:30～14:00
10,120円(税込)
会場:日本料理 小西(名古屋市中区新栄)



食事は、ただ食べるだけの行為ではありません。その「食べ方」には、その人の生き方や価値観が映し出されます。おいしい料理を楽しみながら正しいいただき方を学び、心豊かな時間を共有します。

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)
ユネスコ無形文化遺産にも登録されている犬山祭。なぜ無形文化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。名鉄犬山遊園駅集合。



八百津だんじり祭と日本料理 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)
船運で栄えたこの地域の特徴を色濃く残す元禄年間に始まったお祭。昼食は「日本料理いこい」にて、旬の厳選素材を使用した季節を感じるお食事をお楽しみください。名鉄新可児駅集合。



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)
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します。JR亀崎駅集合。



大人の社会見学 豊明花き市場

①4月3日(木)
②6月5日(木)
10:00～12:00頃
各5,610円(税込)
会場:愛知豊明花き地方卸売市場(名鉄豊明駅南口徒歩1分)
全国から集まった鉢物のセリの様子を見学し、寄せ植え作りを体験。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」をご賞味いただきます。



とびだせ!東山動植物園 日本伝統の花と木でたどる 「万葉の散歩道」

5月16日(金)
10:30～12:00頃
3,410円(税込)
※入園料別途
会場:東山動植物園(地下鉄東山線星ヶ丘駅徒歩7分)
万葉の花と木を楽しみ、その歌の意味と歴史背景を学びます。終了後は本物の花を使ったお弁当をお楽しみください。



健康

TRY

中高年のヨガ

松下ヨガ学院講師
岡本淳子

月曜10:00～12:00
18,480円(税込・3ヵ月分)

健康に不安を持ち始めるシニア世代を対象に、無理のないポーズを中心としたヨガ技法を指導します。

TRY

やさしいフレッシュヨガ

松下ヨガ学院講師
岡田素直

月曜12:30～14:00
18,480円(税込・3ヵ月分)

ゆったりとした動きと正しい呼吸で心身を癒やしましょう。年齢に関係なく、どなたでも気軽に楽しめます。

TRY

ピラティス・ヨガプラス

Poco Fitness Labo主宰
小室演子

第1・3火曜19:00～20:00
11,220円(税込・3ヵ月分)

全身の筋力と柔軟性をバランスよく整え、インナーマッスルにもフォーカス。すっきりとした美しいボディーラインをめざします。

TRY

バランスボールdeエクササイズ

体カメンテナンス協会認定
バランスボールインストラクター
yukiko

第2・4火曜
10:15～11:30
13,860円
(税込・3ヵ月分)

軽快な音楽に合わせて手足を動かし、楽しく弾みます。肩こり・腰痛の予防、産後のカラダケアのほか、転倒しない筋力づくりに効果的です。

TRY

50歳からはじめるイキイキ体操

ACEコンディショニング
トレーナー 山田早苗

第1・3木曜
13:00～14:15
12,540円
(税込・3ヵ月分)

筋トレ・ストレッチ・ピラティスなど、さまざまな運動を組み合わせて総合的に体を鍛えます。若々しく、代謝のいい「姿勢づくり」と、痛みなく動くための筋力や柔軟性のある「体づくり」を行います。

TRY

太極拳

日本武術太極拳連盟
公認指導員
川俣美陽子

正村由利
金曜

TRY

【入門コース】15:30～17:00
【入門修了者】13:30～15:00
各18,480円(税込・3ヵ月分)

太極拳は意識・動作・呼吸の三者を結合した健康法で、年齢を問わずどなたでも気軽に始めることができます。

TRY

楊名時八段錦・太極拳

楊名時八段錦・
太極拳師範
今村真裕美

第2・4火曜
12:00～13:30
12,012円
(税込・3ヵ月分)

ゆったりとした呼吸とともに、ゆっくり動く太極拳は「動く禅」ともいわれ、無理なく体幹が身につきます。

TRY

3B体操

(公社)日本3B体操協会
公認指導者 桑山純子

金曜
10:15～11:45
18,744円
(税込・3ヵ月分)

ボール、ベル、ベルターという3つの道具を使い、リズムに乗って運動します。体中の機能を使うので、全身のバランスを整えることができます。

TRY

磯村プロのゴルフ教室

プロゴルフファーム
磯村 禎

金曜A13:00～14:30、B15:00～16:30
土曜A13:00～14:30、B15:00～16:30
各34,100円(税込・3ヵ月分)
※ハーフラウンド料込み
会場:犬山カンツリー倶楽部練習場

初心者から経験者まで各レベルに合わせた個人指導です。3ヵ月ごとにハーフ実践レッスンも行います。

音楽

みんなキラキラ☆こころの歌

名古屋二期会
太田志麻

第1・3火曜
15:00～16:30
11,352円
(税込・3ヵ月分)

呼吸法やストレッチで姿勢を整え、体全体で歌えるよう指導。歌い継ぎたい名曲や懐かしいフォークソングなど、ジャンルを問わず挑戦します。

日本の歌・心の歌をうたう

声楽家
永井秀司

第2・4金曜
10:30～12:00
11,352円
(税込・3ヵ月分)

学校や家庭で歌い継がれてきた懐かしい唱歌や童謡などを、一緒に楽しく歌いませんか。

歌おう♪Happyゴスペル☆

ゴスペル指導者 若林めぐみ

第1・3金曜
18:30～20:00
12,012円
(税込・3ヵ月分)

歌いやすい曲、聞いたことのある曲など、年齢性別を問わず、みんなで楽しく歌いましょう。

土曜日のコーラス

名古屋二期会 奥野靖子

第1・3土曜
13:00～14:30
12,672円(税込・3ヵ月分)

声の出る仕組みについて学びながら、無理なく明るく歌えるようレッスンします。呼吸法の効果もあり、健康維持にも最適です。

弾いてみよう!ウクレレ

ギター・ウクレレ奏者
ジューク・オカヨシ

第2・4月曜
【初級】
18:00～18:50
10,692円
(税込・3ヵ月分)

老若男女、音楽経験一切不問。楽器レンタル(500円/回)で手ぶら受講も可能。初心者から経験者まで、ウクレレにチャレンジしてみましょう。

TRY

大正琴入門ー琴城流

琴城流家元
鈴木琴宝悦

第1・3木曜
10:00～12:00
12,012円
(税込・3ヵ月分)

情感豊かに表現できる独特の音色は、幅広い世代の方に楽しんでいただけます。

オカリナ

ライリッシュオカリナ連盟認定講師
横井奈穂美

第1・3火曜
13:30～15:00
第1・3土曜
13:30～15:00
各11,352円
(税込・3ヵ月分)

持ち方、息の出し方など初歩からレッスン。吹く楽しさを味わい、ソロからアンサンブルまで演奏できるよう指導します。

noriのウクレレレッスン入門

アロハカルチャースタジオウクレレ講師 nori

第1・3水曜
10:30～12:00
12,672円
(税込・3ヵ月分)

ウクレレは持ち運び簡単!女性講師が教えるレッスンは、女性の気持ちをしかり受け止め基礎から丁寧に進めます。

みんなで楽しもう!ウクレレ入門

ウクレレ講師 中村和正

第2・4水曜
10:30～12:00
12,672円
(税込・3ヵ月分)

楽しくコードを弾くことから始め、慣れてきたらメロディやアンサンブルにもチャレンジ。幅広い楽曲を題材に、ステップアップしていきましょう。

癒やしの堅琴(ライアー)入門

ライリッシュ・堅琴連盟
認定講師
横井奈穂美

第1・3火曜
15:45～17:15
13,332円～
(税込・3ヵ月分)

初心者でも扱いやすい小型の堅琴を使って幅広い楽曲を演奏するので、老若男女問わず堅琴の世界を楽しむことができます。

シニアのための脳トレピアノ

脳トレピアノ講師 長屋智子

第2・4木曜15:30～17:00
13,992円(税込・3ヵ月分)

誰でも、何歳からでも、遊ぶように音楽を楽しむうちに、ピアノが弾けるようになります。初心者から経験者まで個々に合ったレッスンを行います。

複音ハーモニカ入門

日本ハーモニカ芸術協会師範
津田貴三子

第1・3土曜
10:00～12:00
11,352円
(税込・3ヵ月分)

ハーモニカの基本練習から各種演奏法を、心に残るメロディを奏でながら楽しく学びましょう。

TRY

心も踊る♪エンジョイ・フラダンス

ファイフラオレイアロハ講師
酒井有貴

水曜10:30～12:00
18,744円(税込・3ヵ月分)

心地よいハワイアンミュージックに合わせて踊れば、心も体もリフレッシュ。週に一度体を動かして心身ともに健康的に過ごしませんか。

TRY

心うきうきフラダンス

ファイフラオレイアロハ講師
天白晶子

第2・4土曜
10:30～12:00
11,352円(税込・3ヵ月分)

足でリズムを踏みながら笑顔を保ち、手はその歌の内容を表して踊ります。歌詞の内容をよく理解し、手の動きと基本のステップを中心に指導します。

TRY

NYスタイルヒップホップ

ヤマカジメンバー AGATCHI

水曜
19:00～20:00
18,744円
(税込・3ヵ月分)

ストリートダンスの中でも最もポピュラーな基本スタイルを、ヒップホップやR&Bなどのダンスミュージックに合わせてパフォーマンスします。小5以上対象。

TRY

ハワイアンフラ

U'i Hula studio主宰
ウイラニ桜井

第2・4月曜
15:20～16:20
11,352円
(税込・3ヵ月分)

ハワイアのやさしい調べに乗って一緒に踊ってみませんか?運動不足の解消にも最適です。

TRY

フラダンス

ファイフラオレイアロハ講師
東郷由美

第1・3木曜
15:30～17:00
11,352円(税込・3ヵ月分)

ハワイのゆったりした美しい曲に合わせて体を動かし、心身ともに癒やしましょう。基本のステップ、手の動きなどをゆっくり丁寧に指導します。

TRY

大人のダンス

スタジオフィネス主宰
高木那帆

第2・4火曜14:00～15:15
12,672円(税込・3ヵ月分)

全身を使ったエクササイズで体のバランスをとり、脳を活性化させるダンス。ジャンルを問わず、楽しく踊れるよう指導します。実年齢よりマイナス15歳を目指しましょう。

TRY

ベリーダンス

エルメスダンスカンパニー
講師 EMI

土曜12:30～13:30
20,064円
(税込・3ヵ月分)

肩、腰、お腹などを動かしながら踊ります。女性らしい身のこなしやシェイプアップにも役立ちます。

日本の伝統・服飾

日本民踊

日本民踊研究会
加藤豊香玉

水曜
13:00～15:00
18,744円
(税込・3ヵ月分)

全国各地に伝わる伝承民謡や新民謡を中心にした舞踊です。盆踊りを踊る時のように気軽に始めてみましょう。

池坊

池坊総華督 木野峯子

第1・3月曜
10:00～11:15
【入門】17,160円(税込)
【研究科】18,480円(税込)

池坊の立花、生花・自由花をわかりやすく指導。一定の段階を修了すれば、免状が取得できます。

手結びきものの着付け

(学)清水学園 清水とき・きものアカデミア着装正教授 下村勝子

TRY

第2・4月曜18:00～20:00
11,220円(税込・3ヵ月分)

(学)清水学園 清水とき・きものアカデミア着装正教授 舟橋千代子

木曜10:00～12:00
19,800円(税込・3ヵ月分)

古くからの手結びを現代的に生かした着付け、帯結びの基礎を指導します。器具を用いることなく気軽に楽しめるのが特徴です。

歴史・外国語・文学

武将と城の歴史探訪

中日古城研究会会員 宮崎諭志ほか

【座 学】
第2月曜13:00～15:00
【現地学習】
第4金曜13:00～15:00
15,840円(税込・6ヵ月分)

尾張、美濃地方にある古城を取り上げ、資料や書物を検証するとともに、現地を訪れます。

聞けない!話せない!大人のための英会話

英会話講師 大坪聖子

水曜14:00～15:00
14,520円(税込・3ヵ月分)

ゆっくりとしたスピードでリスニングをするので、どなたでも会話を聞き取ることができます。日常生活で使う基本的な表現を学びます。

シニアのゆっくり英会話

英会話講師 大坪聖子

水曜
12:50～13:50
14,520円
(税込・3ヵ月分)

海外旅行をしたとき「もう少し話せたら、もっと楽しいのに」と思った人は多いでしょう。その人の年齢にふさわしい会話表現をレッスンしていきます。

韓国語入門

韓国語講師
李 虎宰

水曜18:20～19:20
15,840円
(税込・3ヵ月分)

ハングルを学んだことがある方対象のクラス。旅先で役立つ会話や日常会話まで分かりやすく指導。韓国語の基礎を身につけましょう。

俳句とエッセイ入門

俳人協会名誉顧問
加藤耕子監修

第2・4金曜
13:00～15:00
11,220円
(税込・3ヵ月分)

俳句の基礎知識を学びながら、実作の手ほどきをします。あわせて短い文章作りも指導します。

2

※お申し込み方法は最終面をご確認ください。 料金はすべて税込み表記です。

総合書道

東海書道芸術院副理事長 山本晴城

TRY 月曜13:00～15:00

東海書道芸術院常任理事 井口清華

水曜
18:00～20:00
各17,160円
(税込・3ヵ月分)
毛筆、かな、ペン
のいずれも指導
します。



TRY 書道入門 毛筆とペン

牧書会常任理事

伊藤芳華

第2・4金曜
15:30～17:00
11,220円
(税込・3ヵ月分)



書の基本から応用まで丁寧に指導。実用的なペン字（ボールペン）、筆ペン字も受講可能です。希望者には資格取得のチャンスもあります。

水彩画

新象作家協会会員

黒瀬道則

第1・3月曜
13:30～15:30
11,880円
(税込・3ヵ月分)



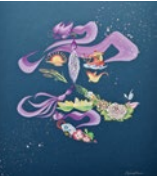
基本となる鉛筆デッサンから指導します。描きたいテーマを探し出し、個性を生かした表現法を発見しましょう。

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

第2土曜
13:00～15:00
8,910円(税込・3ヵ月分)



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。

TRY 楽しく学ぶ小筆・ペン

中部日本書道会顧問

松浦華苑

第2・4月曜
18:00～20:00
11,220円
(税込・3ヵ月分)



実用的な手紙やはがきの例文を使い、美しい文字が書けるよう指導します。希望者には毛筆の指導も。

TRY くせ字を直す!美文字レッスン

桃花会理事

吉永京子

第2・4土曜
10:30～12:00
11,220円
(税込・3ヵ月分)



お持ちの筆記具で実用的な文字を美しく書けるよう指導。まずは自分の名前から始めます。資格取得にも挑戦できます。

基礎から学ぶ水彩画

元示現会会員

中村美智代

第2・4火曜
13:00～15:00
12,540円
(税込・3ヵ月分)



透明水彩絵の具での表現を中心に、基礎から応用まで分かりやすく指導します。身近な花や果物、野菜などをモチーフに描きます。

TRY 楽しい絵手紙

藤墨会 宇野浩二

第4月曜
13:00～15:00
15,180円
(税込・6ヵ月分)



墨の濃淡や絵の具を用い、美しい色彩の絵手紙を描きます。小さな葉書きの中に四季の風景などを表現してみましょ。

TRY 毛筆(漢字)

白帝書道会

副理事長

伊藤翠香

火曜
10:00～12:00
17,160円
(税込・3ヵ月分)



漢字、かな、硬筆を、各自のレベルに合わせて手本を選び、臨書します。ご希望の文字も学ぶことができます。

TRY 自由画材の絵画教室

二紀会同人

山口恭市

第1・3月曜
10:00～12:00
11,880円
(税込・3ヵ月分)



水彩・色えんぴつ・パステル・アクリルなど、好きな画材で受講可能です。初心者から経験者まで、個々のレベルに合わせてレッスンします。

風景スケッチを楽しむ

一水会委員

相馬順子

第1・3火曜
10:00～12:00
11,880円
(税込・3ヵ月分)



明治村で四季折々の風景を描きます。お好きな画材で受講可能。はじめての方には、鉛筆デッサンの基礎から指導します。

TRY 心を伝える

絵手紙

日本絵手紙協会公認講師

佐藤重夫ほか

第1・3金曜
10:00～11:30
12,540円
(税込・3ヵ月分)



絵手紙の心は「ヘタがいい、ヘタでいい」。自分のオリジナルな絵と言葉添えて、絵手紙を描いてみませんか。

TRY 古筆から現代書道

中部日本書道会顧問

松浦華苑

水曜
10:00～12:00
17,160円
(税込・3ヵ月分)



楽しく古筆に触れ、書道に親しみを持つように指導します。現代の書道にも知識を広め、明るく素直に書いてみましょう。

TRY はじめてのボールペン画

日本ボールペン画協会

会長

日置英治

第4月曜
10:15～12:15
7,590円
(税込・3ヵ月分)



ボールペン1本でペンタッチの強弱や塗り重ねで濃淡を出し、立体感、リアル感を表現できます。

TRY 水墨・彩墨画入門

日本水墨画会

岡田美苑

木曜
10:00～12:00
18,480円
(税込・3ヵ月分)



筆の持ち方や線の引き方などの基本的な技法を身につけ、四季折々の花や身近な静物を描いていきます。墨の濃淡と色彩を使って楽しく表現します。

TRY 土曜日の洋画

二科会会員・東海支部長

堀尾一郎

第1・3土曜
10:00～12:00
11,880円
(税込・3ヵ月分)



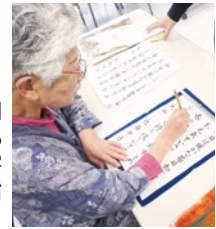
個性を生かした作品づくりをモットーに、初心者でも安心して楽しく描ける教室です。油絵、水彩など、初歩から高度な作品づくりまで指導。

TRY 毛筆(かな)

中部日本書道会評議員

赤堀正風

金曜
13:00～15:00
17,160円
(税込・3ヵ月分)
かなに関する知識を伝えるとともに、美しい文字が書けるよう指導します。



誰でも描ける楽しい己書

(社)日本己書道場公認道場師範 田中由佳

第3月曜15:30～17:00
6,930円
(税込・3ヵ月分)



筆ペンで「絵のように文字を描く」「気持ちや思いを描く」クラス。文字や絵の描き方の基本からお教えます。



TRY 大人ののためのやさしいぬり絵

フリーランスデザイナー

岩城二三枝

第3金曜
10:30～12:00
6,930円
(税込・3ヵ月分)



「絵心がなくて…」という方でも簡単にできます。市販のぬり絵本、または手持ちの写真から描き起こしたものを使って、ペットや花などを描いてみましょう。

TRY 人物デッサン入門

二科会会員・

東海支部長

堀尾一郎

第4土曜
10:00～12:00
10,890円
(税込・3ヵ月分)



人物デッサンは絵を描く上での基本となります。絵を描いてみたい、レベルアップしたい方に楽しく描けるよう指導します。

趣味

木彫工芸

槐の会会員 小足洋子

第2・4月曜
10:00～12:00
11,220円(税込・3ヵ月分)



木彫りは作る楽しみや木のぬくもりを感じ、心に癒やしを与えます。最初は実用的な土鍋敷きから制作します。

TRY ビーズデザインジュエリー

ビーズインストラクター

宮田 香

第1水曜13:00～15:00
15,180円(税込・6ヵ月分)



日常で使えるネックレスなどを制作。不器用さんでも大丈夫!ビーズステッチやソウタシエなど多彩な技術も習得できます。

TRY 脳を活性化!

大人の折り紙教室

日本折紙学会会員 竹内 啓

第3木曜13:00～14:30
13,200円(税込・6ヵ月分)



10本の指先全体を動かすことで、右脳が発達するといわれています。やさしい基礎の折り方から最新の創作折り紙まで指導します。

韓国のパッチワーク ポジャギ

ポジャギ作家 劉 静煥

第2月曜10:00～12:00
11,880円(税込・6ヵ月分)



韓国の伝統文様と素材を使った工芸品として幅広く知られ、独特な色彩と線の美しさが人気です。暮らしを彩る小物を中心に制作します。

ロマンティックビーズ刺しゅう

Moco&Kirara 竹中江美子

第3水曜13:00～15:00
15,180円
(税込・6ヵ月分)



アンティークビーズやレースを使って、バッグやポーチなど実用的な雑貨を中心に制作していきます。

楽しいつまみ細工

つまみ細工士 西脇ひろみ

第1金曜10:15～12:15
13,640円～(税込・4ヵ月分)



針や糸を使わず、小さな布から美しい作品が仕上がります。普段使いできるアクセサリーやインテリアなど季節感のある作品を作りましょう。

パッチワーク&ハワイアンキルト

寛子キルティングの会講師 斎藤幸子

第2・4火曜
13:00～15:00
11,220円(税込・3ヵ月分)



ポーチ、バッグ、タペストリーなどを作ります。ハワイの自然をモチーフにしたハワイアンキルトも指導します。

戸塚刺しゅう

戸塚刺しゅう協会師範一級 横井則子

第2・4水曜
13:00～15:00
11,220円
(税込・3ヵ月分)



ナフキン、テーブルクロス、ベッドカバーなど、さまざまな材料に刺しゅうを施していきます。

水野愛子監修 トコトン学ぶ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 都築麻子

第4木曜10:30～11:30
6,930円(税込・3ヵ月分)



医学に基づいた究極の表情筋トレーニングで顔のたるみを改善し、小顔でスッキリとした若々しい顔を手に入れましょう。

和布で作るちりめん小物

ちりめん工房桜桃舎代表 三宅ゆかり

第3火曜
12:30～14:30
15,180円
(税込・6ヵ月分)



ちりめんなどの和布を使い、かわいらしい花や動物、人形などを作ります。つるし飾りなど和のインテリアとしても楽しめます。

TRY 美容と健康の

アロマテラピー

アロハーブ・

ジャパン代表

河合喜久子

第2・4木曜
15:30～17:00
11,220円
(税込・3ヵ月分)



植物の持つさまざまな力を健康の維持・病気予防に活用できるアロマテラピー。おいしいハーブティーとともに心と体を癒やしてみましょう。

やさしいアロマハンドトリートメント

AHTAアロマハンドトリートメント協会

認定講師 近藤由紀

第4木曜13:00～14:30
6,270円(税込・3ヵ月分)



あなたとあなたのまわりのみんなが元気になるアロマハンドトリートメントを楽しむ学びましょう。

デジタル一眼レフ

日本写真協会会員

白井 厚

【ゼミクラス】第1・3金曜13:00～14:30
10,120円(税込・3ヵ月分)
【撮影実践編】第1・3金曜15:00～16:30
11,550円(税込・3ヵ月分)
【カメラ散歩】特定金曜13:00～14:30
4,620円(税込・2回分)



絞りやシャッター速度、レンズ効果や露出など、撮影に必要な知識を身につけます。撮影実習では、確実なレベルアップを目指します。

こども

こども絵画と造形

あとリエM-Bees主宰 渡辺まき

第2・4火曜17:00～18:30
(年中～小学生)
3,300円(税込・1ヵ月分)



絵画、造形という枠にとらわれず、思いのままに「描く・作る」を指導します。こどもの無限の可能性を引き出します。

こどもバレエ

松岡伶子バレエ団講師 島宗陽子

TRY

A15:30～16:30(3歳～幼児)
B16:30～17:30(小学生)
各5,368円(税込・1ヵ月分)



リズム感と創造性を身につけながら、本格的なクラシックバレエを指導します。

TRY ジュニアヒップホップ

AGWORLD MIKURU

水曜17:45～18:30(年中～小4)
5,368円(税込・1ヵ月分)



ダンスに必要な体づくりからはじめ、流行の曲に合わせて踊り、リズム感を身につけます。

チアドラゴンズダンスレッスン

チアドラゴンズ元メンバー

NANA, MIKI

木曜A18:00～18:50(年長～小3)
B19:00～19:50(小4～小6)
土曜A15:30～16:20(年長～小3)
B16:30～17:20(小4～小6)
各5,808円
(税込・1ヵ月分)



ジャズダンス、ヒップホップダンス、体操などいろいろな要素を含むオリジナルダンスパフォーマンスの講座です。パンテリンドームナゴヤでのパフォーマンスに参加するチャンスも!

TRY こども書道

白帝書道会参与 安部抱月

金曜16:00～18:00
(年中～小学生)
5,280円(税込・1ヵ月分)



毛筆、硬筆の正しい書き方を指導します。学校の課題書写指導、文部科学省の書写指導要項に沿って進めていきます。

TRY 少年空手

日本空手道東真会 浅井絵美

金曜A17:30～18:45(年長～小4)
B18:45～20:00(小5以上)
各5,720円(税込・1ヵ月分)



体力の向上とバランスのとれた敏捷性を養います。攻撃技・護身技を身につけるとともに、礼節も学ぶことができます。

料理

会場:犬山クッキングスクール(当センターより徒歩2分) 犬山クッキングスクール主宰 奥村里美 ※いずれも教材費込み

TRY エプロン1年生

第1・3火曜
18:30～20:30
第1・3土曜
10:00～12:00
各17,820円
(税込・3ヵ月分)



これから料理を学ぶ方を対象に、料理の本当の楽しさとおいしさを指導します。

TRY スイーツレッスン

第4水曜
10:00～12:00
第4土曜
10:00～12:00
各9,900円
(税込・3ヵ月分)



おいしい季節のスイーツをレッスン。できあがったケーキは持ち帰ることができます。

60歳からはじめる

男の料理

第1金曜
10:00～12:00
9,900円
(税込・3ヵ月分)

和食、洋食、中華すべてのジャンルを基本からやさしく指導します。



お父さんの

かんたん料理

第3金曜
10:00～12:00
9,900円
(税込・3ヵ月分)



簡単にボリュームがある男性向けの料理を中心に、家庭料理の基礎を学びます。

チアドラゴンズダンス体験レッスン

チアドラゴンズ元メンバー **NANA、MIKI**
①3月13日(木)17:00～17:50
②3月15日(土)15:30～16:20
各1,452円(税込)
ジャズダンス、ヒップホップダンス、体操などいろいろな要素を含むオリジナルダンスパフォーマンスの講座です。対象は2025年度年長～小3まで。



一瞬で相手の心をつかむ

「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「ビジヴォ」代表 **秋竹朋子**
3月15日(土)
15:30～17:00
3,432円(税込)



声は加齢によって衰えますが、トレーニングで美声に変わります。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。

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3日(木)
15:00～16:30
2,310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。

マイナス10歳!若見えメイク

メイクセラピストジャパン認定メイクセラピスト **星乃せい**
①4月4日(金)
ポイントメイク編
②6月6日(金)
アイブロウ集中編
13:00～14:30 各2,750円(税込)
印象分析を活かしたテクニックで、マイナス10歳を目指します。普段使っている化粧品を使って、毎日できる自然な若見えメイクをマスターしましょう。



シャインカービング

シャインカービングアカデミー代表 **田中淳也**
4月10日(木)13:00～15:00
2,310円(税込)※教材費別途
柔らかいビニールシートと彫刻刀を使って、驚くほど美しいステンドグラス風アートを生み出します。

大人のスイーツを楽しむ
カヌレデコ

犬山クッキングスクール 主宰 **奥村里美**
4月12日(土)
10:00～12:00
3,410円(税込)
会場:犬山クッキングスクール(犬山市天神町1-13-1)
フランスの伝統的な焼き菓子で、外はパリッと香ばしく、中はしっとりとした食感が特徴です。思い思いにデコレーションをして、見た目も楽しめるスイーツを作りましょう。



生活習慣病とフレイル予防

健康管理士、上級指導員(日本成人病予防協会) **早川文麿**
4月12日(土)11:00～12:00
2,090円(税込)
予防するための基本的な知識を習得。手軽な運動、声出し、笑いなどを取り入れ、健康寿命を延ばすためのトレーニングも行います。



似合う服がわかる骨格診断

パーソナルファッションアドバイザー **池田菜美**
4月15日(火)10:00～12:00
3,410円(税込)
骨格のバランスから似合う服のデザインや素材感までわかる診断です。ずっとおしゃれに生かせる知識なので、洋服選びでお悩みの方におすすめです。



ちりめんで作る端午の節句飾り

ちりめん工房桜桃舎代表 **三宅ゆかり**
4月15日(火)
12:30～14:30
2,530円(税込)
※教材費別途



手のひらサイズのかわいらしい飾り物です。お子さまの健康と立身出世を願って、ひと針ひと針心を込めて仕上げましょう。

ミニランタンで楽しむ

ガラス作家 **Rico**
4月26日(土)13:00～16:00
3,850円(税込)※教材費別途
充電可能なミニサイズのランタンを使ったランプを制作。吊り下げることのできる、庭やベランダ、ソロキャンプなど、さまざまな場所で優しい光を楽しむことができます。

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**
5月6日(火)10:00～12:00
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。



染め花 バラのコサージュ

染め花Horry **矢野仁代**
5月8日(木)
13:00～15:00
2,200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。色はベージュまたは淡いグリーンの2色から選択可。胸元やバッグに飾ったり、プレゼントにもおすすめです。

親子deクッキング
ピタパンでカフェランチ

犬山クッキングスクール 主宰 **奥村里美**
5月10日(土)
10:00～12:30
3,190円(税込)
会場:犬山クッキングスクール(犬山市天神町1-13-1)
ポケット状の形が特徴のピタパンを作り、さまざまな具材を挟んで楽しめます。好きなものを挟んで、自分だけのランチを作ろう!年中～小学生対象。



ハーブスイーツを楽しむ

JHS認定上級インストラクター **丹羽憲子**
5月16日(金)13:00～15:00
2,530円(税込)※教材費別途
ぶるんとした食感で、爽やかな味わいのハーブゼリーや、スイーツを作ります。合わせてハーブの基礎知識も紹介。からだにも優しいおやつ時間を楽しみましょう。

専門医から学ぶ
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**
5月21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言われています。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。



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24日(土)
13:00～15:30
2,860円(税込)
※教材費別途
真珠の街「神戸」の講師が用意したさまざまな色のパール・天然石でアクセサリを作ります。本物だからこそその満足感。真珠のプロがパールの見分け方やお手入れについてもお話しします。



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**
6月14日(土)
10:00～16:30
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、子どもの自立を促す方法を一緒に考えます。受講者は発達支援教育士に認定されます。



春からはじめよう 定期募集講座

ゆうきケア体操
ひざ・腰・股関節痛ケア

ゆうきケア体操 認定講師 **山岡要子**
4～6月(全6回)
第1・3火曜
12:00～13:30
15,180円(税込)



世界変形性関節症会議で認められた体操です。体のゆがみを整え、関節の動きを良くすることで、動ける体作りを行います。ひざ痛、股関節痛は自分で治せます。

歩き方を変えたら体が変わる!
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2木曜
13:30～15:00
13,860円(税込)
日々の姿勢や歩き方を正しく整えることで、若々しい見た目、引き締まった体を作ります。体を伸ばす、緩めるストレッチをしてから、全身の筋肉を使ってしっかり歩きます。

脳の疲れは体の疲れ
あたらしいアロマハンドトリートメント2級

(社)アロマハンドトリートメント協会 認定講師 **井戸側聡美**
4～9月(全6回)
第2火曜
10:30～12:00
13,860円(税込)
※教材費別途
肌と脳、心と手、普段当たり前に使っている五感を、相互的に活かすアロマハンドトリートメントで元気にして、日々を楽しむ心身を取り戻しましょう。



はじめての帽子づくり

帽子デザイナー **高橋久仁子**
第1木曜13:00～15:00
7,590円(税込・3ヵ月分)
※教材費別途
自分のサイズにあった帽子を作ってみませんか。基本となる形の作り方から始め、3ヵ月で1作品作ります。

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
5～7月(全3回)
第4木曜
13:30～15:00
8,910円(税込)
※教材費別途
簡単な基本技だけでできるバルーンアート!バルーンの曲げ癖をメインにお伝えします。いろいろな角度に曲がるバルーン。お誕生日やパーティーで賑やかに飾れる作品です。



※料金はすべて税込み表記です。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。

◎駅前なので通いやすさ抜群!

◎無料駐車場完備!
お買い物にも便利です!ぜひ一度、
見学にお越しください。
お待ちしております。
(一部の講座を除きます)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振込がご選択いただけます。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します。

お申し込み・お問い合わせは、窓口、お電話、ホームページまで

電話 0568-62-6346

H P 犬山中日文化センター 検索 受付時間 9:30～18:30 (第1・3月曜17:30まで、土曜14:30まで、日曜休み)



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
の取り扱い

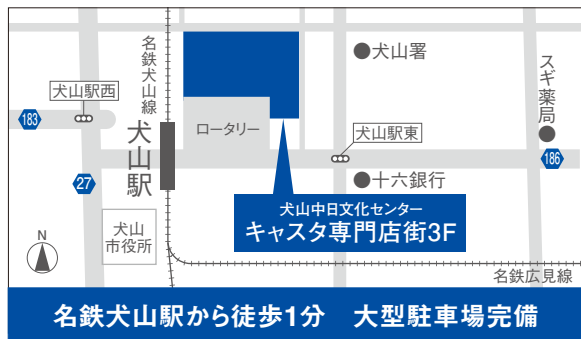
中日文化センターは、入会・受講申し込みの際にご記入いただいた、個人情報を厳正かつ適正な管理のもと運用いたします。利用目的は次の通りです。○申し込みいただいた講座の受講手続き、そのほか欠かせない確認やご案内○講座資料、募集企画などのご案内、サービスの提供○個人を識別することができない形で統計的に処理し、今後の

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4-1-1 中日ビル4階
中日文化センター栄内 TEL 0120-53-8164

良質なライフスタイルを求める人々と

中日文化センター
犬山

〒484-0073 犬山市天神町1-1キャスタ・ヨシヅヤ犬山店3階



名鉄犬山駅から徒歩1分 大型駐車場完備

毎月
15日・25日は
キャスタ感謝デー
お得がいっぱい!!

C.A.S.T.A. キャスタ
営業時間AM10:00～PM8:00

〒484-0073 犬山市天神町1-1
(犬山駅東側ロータリー前)
TEL 0568-62-8311

各店の情報が満載
犬山キャスタ 検索
http://www.inuyama-casta.com/

毎月5日は
キャスタポイント
5倍

C.A.S.T.A.

2025. 02. 14
NEW OPEN
カット & カラー
親子3代で通えるファミリーサロン

HAIR SALON
IWASAKI
ヘアーサロン イワサキ

キャスタ
2F
南出入口