

2023年秋
(9～12月)

ファボーレカルチャー

富山新聞文化センター

受講生4,000人が集う

学びの秋 運動の秋

今が始め時、レッツスタート!

無料 全94講座
体験会開催!
月々1,650円～

※材料費が必要な講座もあります。
※一部体験料が異なる講座もあります。

お申し込み・
お問い合わせ

富山新聞文化センター/ファボーレカルチャー

富山市中町下野田165番地の1 フューチャーシティ ファボーレ1F

受付時間 月～土曜日 10:00～18:30

☎076-466-4708

[HP]http://toyama.bunkacenter.or.jp [E-mail]office@toyama.bunkacenter.or.jp

ご入会登録に 必要なもの

- ①口座振替開始までの3ヵ月分の受講料
- ②金融機関の預金口座番号
- ③預金口座お届け印をご準備ください。

必ず事前にお申し込みください。

※材料費が必要な講座もあります。
※一部体験料が異なる講座もあります。

●はじめての方は入会金500円が必要です。ただし、70歳以上の方は入会金が不要です。●別途設備維持費220円が毎月かかります。●ご入会時には口座振替のご登録が必要です。



詳細は
コチラ



増設講座 K-POPダンス



体の使い方やダンスの基礎から、丁寧に指導いたします!
みんなと踊るダンスの楽しさを学びましょう!!

体験日 9/27、10/25、11/22、12/13(水) 対象:小学生



AYA講師

- 日 時/第1・3水曜日 17:00～18:00
第2・4水曜日 17:00～18:00(増設)
- 講 師/AYA(ダンスインストラクター)
- 受講料/3,300円(月2回) ●持ち物/内履きシューズ、飲み物、タオル

新設講座 ハヤカワサオリのキャラクター・イラスト・まんが講座

頭の中で想像しているキャラクターを、身近にある画材を使って描いてみよう。



体験日 10/6、11/17、12/1(金)

- 日 時/第1金曜日 18:30～19:30(小学生)、18:30～20:30(中学生以上)
- 講 師/ハヤカワサオリ(イラストレーター)
- 受講料/1,960円(小学生・月1回) 2,200円(中学生以上・月1回)
- 持ち物/筆記用具(鉛筆、消しゴムなど)

増設講座 大人のための 脳トレピアノ®

今、全国的に人気が高まっているシニアのための脳トレピアノ!
脳を活性化させる要素を取り入れながら楽しく音楽を学び、ピアノが弾けるようになります。初めて鍵盤に触れる方でも大丈夫。指1本からでも楽しめる内容となっています。

【中野志保講師】からのメッセージ
「脳トレピアノ®」は全国ゆうゆう塾協会(京都)が、30年以上のピアノ指導の経験に基づいたレッスン法です。誰でも、何歳からでも始められ、「自分で弾けた」という満足感を味わって欲しいと思います。

体験日 9/19、10/17、11/21、12/5(火)

- 日 時/第1・3火曜日 ①10:15～11:15 ②11:30～12:30(増設)
- 講 師/中野 志保(脳トレピアノエグゼクティブ認定講師)
- 受講料/3,960円(月2回)

初めてでも大丈夫!まずは牌(ばい)を触ってみましょう!

初めての女性マージャン

マージャンをまったくやったことがない方を対象に、遊び方(ルール)、役作りまで、わかりやすく教えます。実践を通して楽しく学んでいきましょう。マージャンを通じて交流する仲間も増え、脳トレにもつながります。

体験日 9/28、10/26、11/30、12/14(木)

- 日 時/第2・4木曜日 初級 10:15～12:15、中級 13:00～16:00
- 講 師/竹中 慎(元最高位戦日本プロ麻雀協会所属)
- 受講料/4,400円(月2回)

骨盤調整ヨガ

身体の要である骨盤を中心に全身の調整を行います。肩こり・腰痛・婦人科系疾患・産後太りにお悩みの方や身体を柔らかくしたい方、体幹を鍛えたい方に効果があるヨガです。

体験日 9/27、10/25、11/22、12/13(水)

- 日 時/第2・4水曜日 13:30～14:40
- 講 師/Youen(骨盤調整ヨガインストラクター)
- 受講料/3,300円(月2回)



近藤洋平の ボイストレーニング

声の出し方などをイチから学ぶ講座です。
「これを歌いたい!」というリクエストに応えます。



体験日 9/19、10/17、11/21、12/5(火)

- 日 時/第1・3火曜日 14:30～15:30
- 講 師/近藤 洋平(テノール歌手)
- 受講料/3,740円(月2回)

韓国語入門

まず、基本的な文法を覚え、それを基にして日常会話ができるよう徐々にレベルアップしていきます。会話ができるようになると韓国語学習が楽しくなっていきます!



体験日 10/16、11/20、12/4(月)

- 日 時/第1・3月曜日 18:50～19:50(入門)
20:00～21:00(初級)
- 講 師/金 光淑(光州市出身、朝鮮大学校卒)
- 受講料/5,060円(月2回)

暮らしに溶け込む、シンプルでオシャレなカゴづくり

クラフトバンドで カゴ作り

何個か作ると、自分好みのサイズでカゴを作ることができるようになります。オリジナルサイズで作るカゴは、既製品にはない唯一無二の作品になります。



体験日 9/21、10/19、11/16、12/7(木)

- 日 時/第1・3木曜日 10:30～12:30
- 講 師/上村 由佳(カゴ作家)
- 受講料/3,740円(月2回) ※材料費実費

高岡会館OPEN1周年特別講座 三遊亭美よしと 落語を楽しもう!

【おとなの部】
90分真剣勝負
美よしLIVE

【こどもの部】
こばなし入門講座
(対象/小学3～6年生)

開講日 9/26(火) 会場:高岡本部(高岡市広小路1-15)

- 日 時/第4火曜 16:45～17:45(こども)
19:00～20:30(おとな)
- 講 師/三遊亭 美よし(落語家)
- 体験料・受講料/2,200円(月1回)

社交ダンス

音楽に合わせて身体を動かす楽しさ、パートナーと息を合わせて踊る面白さを実感してみませんか。初めての方向けの講座です。



体験日 9/27、10/25、11/22、12/13(水)

- 日 時/第2・4水曜日
19:30～20:20(入門)
20:30～21:20(経験者)
- 講 師/高田 英明(高岡ダンススタジオ講師)
- 受講料/3,960円(月2回)

美文字レッスン

それぞれのレベルに合ったお手本を用意し、ボールペンや筆で縦画、横画、払い、跳ねなど基本点をまず教えます。

体験日 9/26、10/24、11/28、12/12(火)

- 日 時/第2・4火曜日 13:30～15:00
- 講 師/陽苑(若越書道会同人)
- 受講料/3,300円(月2回)

おわら踊り入門 (初級・中級)

体験日 9/21、10/19、11/2、12/7(木)

- 日 時/第1・3木曜日 12:00～13:30(中級)、13:30～15:00(初級)
- 講 師/北川 由美子(越中八尾おわら道場師範)
- 受講料/3,740円(月2回) ●持ち物/足袋、草履

趣味・娯楽、日本の芸能

はじめての津軽三味線

三味線の持ち方、音の出しかから始めて、津軽三味線のダイナミックな醍醐味を楽しめるように指導します。

- 体験日 9/26、10/24、11/28、12/12(火)
- 日 時／第2・4火曜日 18:30～20:00
 - 講 師／一川 明宏(津軽三味線明宏会主宰)
 - 受講料／3,300円(月2回)

タロット入門講座

初めてタロットを見る方、触る方に、基本から指導します。

- 体験日 9/25、10/30、11/27、12/11(月)
- 日 時／第2・4月曜日 13:00～14:30
 - 講 師／Rica(非営利生きがいづくり代表)
 - 受講料／4,400円(月2回)

ハーブ&アロマテラピー

ハーブとアロマの基礎知識を学びます。

- 体験日 9/29、10/27、11/24(金)
- 日 時／第4金曜日 10:30～12:00
 - 講 師／伊藤 令子(ハーブ&アロマテラピー教室 Ann.GrandClamp主宰)
 - 受講料／1,650円(月1回)
 - 材料費／500円～1000円(1回につき)

講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
小唄と三味線入門	9/15、10/20、11/17、12/1	竹枝香寿々	第1・3金 10:30～12:00	4,400円(月2回)
若林美智子の胡弓入門	9/29、10/27、11/24、12/8	若林美智子	金 19:00～20:00	6,600円(月4回)
渋川流剣詩舞道(歌謡舞道)	9/20、10/18、11/15、12/6	長瀬 天帆	第1・3水 13:00～14:30	3,300円(月2回)
花遊フラワーデザイン教室	10/17、11/21、12/19	HARUKA	第3火 10:30～11:30	1,650円(月1回)
おわらの唄と三味線	9/27、10/25、11/22、12/13	庵 進	第2・4水 18:00～19:30	3,300円(月2回)
なりたい私になれるメイクアップ術	10/3、11/7、12/5	福島 市代	第1火 10:30～12:00	2,200円(月1回)

ミュージック、文芸・教養

美容・薬膳漢方スクール

実践できる方法を、漢方などの東洋医学と上級心理カウンセラーの視点からお伝えします。

- 体験日 9/17、10/15、11/19(日)
- 日 時／第1・3日曜日 10:30～12:00
 - 講 師／荒川 健生(国際中医師)
 - 受講料／3,300円(月2回)

県内各教室で120人が習う人気講座!

はじめてのウクレレ

- 体験日 9/27、10/25、11/22、12/13(水)
9/25、10/30、11/27、12/11(月)
- 日 時／第2・4水曜 15:30～16:30 体験時間16:30～17:00
 - 講 師／荒木 美幸(ウクレレ教室ラブレとやま主宰)
 - 受講料／3,300円(月2回)
- 同時募集 月曜日クラス:第2・4月曜日19:00～20:00 3,300円(月2回)
水曜日クラス:第1・3水曜日15:00～16:00 3,300円(月2回)

はじめましょう本場の二胡

初心者にも丁寧に指導します。カリキュラム例①基本姿勢・弓の弾き方②楽器の扱いと調音③ドレミ音階の弾き方

- 体験日 9/21、10/19、11/16、12/7(木)
- 日 時／第1・3木曜14:00～15:00、18:30～19:30
 - 講 師／艾依育(アイ イヨウ)(二胡奏者、中国安徽省出身)
 - 受講料／3,960円(月2回)

講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
ソプラノ歌手によるボイストレーニング	9/20、10/18、11/15、12/6	谷口 琴音	第1・3水 11:00～12:00	3,960円(月2回)
大人のキーボード	9/20、10/18、11/15、12/6	田村 陽子	第1・3水 13:30～14:30	3,300円(月2回)
光る鍵盤キーボード	9/15、10/20、11/17、12/1	酒井 由香	第1・3金 14:40～15:40	3,300円(月2回)
源氏物語を読む	10/16、11/20、12/4	谷口美都江	第1・3月 10:15～12:15	3,300円(月2回)
はじめてのハーモニカ	9/15、10/20、11/17、12/1	福井 宗豊	第1・3金 10:30～12:00	3,520円(月2回)
ギター入門 個人レッスン	9/28、10/26、11/30、12/14	佐原 潤三	第2・4木 18:20～20:20(うち40分)	3,520円(月2回)
挫折しないギター 個人レッスン	お問い合わせください	のだまさし	第1・3月 19:10～21:25(うち30分)	4,400円(月2回)
昭和・平成の名曲を歌おう	9/15、10/20、11/17、12/1	酒井 由香	第1・3金 13:30～14:30	3,300円(月2回)

美術・工芸、パソコン

プロが教える写真教室

デジタルカメラの基本や撮影テクニックなどを指導します。

- 体験日 9/30、10/28、11/25、12/9(土)
- 日 時／第2・4土曜日 13:00～15:00
 - 講 師／大志摩 洋一(フォトグラファー)
 - 受講料／3,960円(月2回)

講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
はじめての日本画	9/26、10/24、11/28、12/12	中村 優希	第2・4火 13:00～15:00	3,300円(月2回)
パソコン教室	10/16、11/20、12/4	富山のパソコンリニックPC doctor	第1・3月 13:30～14:30、14:40～15:40	3,300円(月2回)
NEW ポーセラーツ	10/11、11/8、12/13	田中 陽子	第2水 10:30～12:30	2,200円(月1回)
楽しい絵手紙	9/27、10/25、11/22、12/13	菅田 陽子	第2・4水 10:00～12:00	3,300円(月2回)
着付け教室 資格取得コース	9/26、10/24、11/28、12/12	吉田三智子	第2・4火 18:30～20:30	5,500円(月2回)
着付け教室 自装コース	9/28、10/26、11/30、12/7		第2・3・4木 18:30～20:30	4,950円(月3回)
カルトナージュ入門	10/4、11/1、12/6	高橋 裕美	第3水 10:30～12:30	2,200円(月1回)
書 道	お問い合わせください	山口 李鳩	第1・2・3水 19:30～21:30 第2・3・4金 14:00～17:00	3,300円(月3回)
土曜油絵	9/16、10/21、11/18、12/2	宮本 明日香	第1・2・3土 10:30～12:00	3,300円(月2回)
仏像を彫る	9/30、10/14、11/25、12/9	森下 廣箭	第1・3土 13:00～14:30	3,300円(月2回)
			第2・4土 18:00～20:00	3,740円(月2回)

水彩画入門

お好きなモチーフで自分らしい表現を。

- 体験日 10/23、11/27、12/11(月)
- 日 時／第2・4月曜日 10:15～12:15
 - 講 師／古田 恵子(県洋画連盟会員)
 - 受講料／3,520円(月2回)

こども講座

楽しみながら、プログラミングに触れる入門講座です

マインクラフトでプログラミング

仮想空間の世界で、自由にものづくりや冒険を楽しめるゲームです。

- 川谷智幸講師
- 手ぶらでお越しください
 - 教材の購入はありません

- 体験日 9/30、10/28、11/25、12/9(土) 対象:小学生
- 日 時／第2・4土曜日 15:30～16:30、16:30～17:30
 - 講 師／川谷 智幸(ステップアップパソコン教室インストラクター)
 - 受講料／4,400円(月2回)
 - 教材使用料／550円(1ヵ月) ●定員／各回8名

富山新聞文化センターは Microsoft 社および Mojang 社とは関係ありません。(NOT OFFICIAL MINECRAFT PRODUCT NOT APPROVED BY OR ASSOCIATED WITH MOJANG)

こども講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
ゆうき先生のこども絵画	毎週火曜日	中村 優希	第1・3火 16:00～19:00 第2・4火 15:30～18:00のうち1時間	3,300円(月2回)
こどもバレエ	9/21、10/19、11/16、12/7	Junko	第1・2・3木 16:30～17:15(幼児) 17:25～18:40(小学生)	4,950円(月3回・幼児) 5,610円(月3回・小学生)
こども書道	お問い合わせ下さい	山口 李鳩	第1・2・3水 19:30～21:30	2,310円(月3回)
正道会館 こども空手教室	毎週水曜日	松下 紘史	第2・3・4金 14:00～17:00	
キッズ新体操	9/19、10/17、11/21、12/5	金子 弘美	第1・2・3土 10:30～12:00	6,160円(月謝)
カワイ体育教室	9/30、10/28、11/25、12/9	カワイ体育教室 専任講師	水 18:15～19:15	16:30～17:30、 17:40～18:30(初心者)
ジュニアキーボード	9/16、10/21、11/18、12/2	田村 陽子	第1・2・3火 13:30～14:10(年中・年長) 14:20～15:00(小学生)	4,950円(月3回)
			第1・3土 15:00～16:00	3,300円(月2回)

外国語、スポーツ・健康

はじめてのフラダンス

基本のステップや手の動きを覚えて、歌詞を踊りで表現できるようになります。脳トレにもおすすめです!!
また、音楽によるリラックス効果も期待できます。

- 体験日 9/22、10/27、11/24、12/8(金)
- 日 時／第2・4金曜日 19:00～20:30
 - 講 師／摺崎 真純(HuiHula Makaeleu主宰)
 - 受講料／3,300円(月2回)

大人のためのバレエ

初心者さん大歓迎! 基礎や体の土台作りをバレエでコンディショニング。

- 講 師/Junko(anatomic-ballet-arts 講師)
 - 持ち物/靴下、動きやすい服装、飲み物、タオル
- 土曜日クラス 体験日 9/16、10/21、11/18、12/2(土)
●日時/第1・2・3土曜日 19:30～20:30 ●受講料/4,950円(月3回)
- 日曜日クラス 体験日 9/24、10/15、11/19、12/3(日)
●日時/第1・2・3日曜日 10:30～11:30 ●受講料/4,950円(月3回)
- 火曜日クラス 体験日 9/19、10/17、11/21、12/5(火)
●日時/第1・3火曜日 14:00～15:15 ●受講料/3,960円(月2回)

講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
トランポリンエクササイズ	9/20、10/18、11/15、12/6	ハートビートライフ・オアシストラクター	第1・3水 10:30～11:30	3,300円(月2回)
フランス語入門	9/26、10/24、11/28、12/12	ペイヤー・ニコラ	第2・4火 11:15～12:00	5,060円(月2回)
リラックスヨガ	9/19、10/17、11/21、12/5	Kimiko	火 19:00～19:50、20:00～20:50	4,950円(月3回)
はじめての太極拳	9/25、10/23、11/13、12/11		第1・2・3月 10:30～12:00	4,950円(月3回)
NEW はじめての太極拳・推手入門	10/23、11/13、12/11	青山 玲子	第2月 13:00～14:30	2,200円(月1回)
心と身体を癒やす太極拳	9/21、10/19、11/16、12/7	浅野 修	第1・2・3木 19:00～20:30	4,950円(月3回)
シニアのロコモ予防	9/26、10/24、11/28、12/5	竹 かおり	火 10:50～12:00	2,860円(月2回)
60代からの健康体操	お問い合わせ下さい	竹 かおり	金 10:30～12:00	5,280円(月4回)
ミセスのためのリズムダンス	10/16、11/20、12/4	松原 康子	第1・3月 13:30～14:30	4,400円(月4回)
				3,300円(月2回)

それぞれの年齢や目標に応じて無理なく空手技術が修得できます

尚道館 キッズ空手

- 体験日 9/30、10/28、11/25、12/9(土) 対象:6歳～小学6年生
- 日 時／第2・3・4土曜日 10:15～11:30
 - 講 師／山崎 英明(尚道館空手道場館長・代表師範)
 - 受講料／4,950円(月3回)

人気ランキング1位の習い事! チアダンス

ジャンプやキック、バランスを取り入れて、元気いっぱいのかげ声でチアダンスを楽しみましょう。

- 体験日 9/30、10/28、11/25、12/9(土)
- 日 時／第2・4土曜日 16:00～16:40(幼児)
16:40～17:30(小学生) ※満席
 - 講 師/YUUKA(富山グラウジーズ専属ダンスチームG.O.W)
 - 受講料／3,300円(月2回)