

9月～12月

受講生5,000人が集う
富山新聞文化センター

ファボーレカルチャー

新しい習い事はじめませんか。

月々1,650円

無料体験会開催!



お申し込み・お問い合わせは



富山新聞文化センター ファボーレカルチャー
☎076-466-4708

富山市婦中町下鶴田165番地の1
フューチャーシティ ファボーレ1F 電話受付時間 月～土曜日10:00～18:30

受講申込みに必要なもの
①口座振替開始までの3カ月の受講料 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。
●新規ご入会の方は入会金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330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。

※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。



こども講座



絵画の基礎から絵を描く楽しさを丁寧に教えます

ゆうき先生のこども絵画

対象:小学生

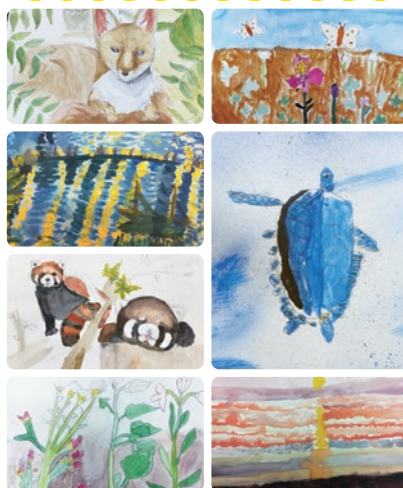
体験日 9/18、10/16、11/20、12/18(水) ■体験材料費/200円

色図鑑をつくろう! 赤・黄・青・白の4色を使い自分だけの色図鑑を作ります。

●日 時/第1・3水曜17:00～19:00のうち1時間 ●講 師/中村 優希(金沢美術工芸大学院修了) ●受講料/3,300円(月2回)

【対象/年長～小学6年生】
同時募集
〈火曜クラス〉体験日9/24、10/22、11/26、12/10(火)
第1・3火曜16:00～19:00(※定員のため受付停止中)、第2・4火曜15:30～18:00のうち1時間

すべて受講生の作品です!!



かっこよく、かわいく踊ろう!

K-POPダンス

体験日 9/18、10/16、11/20、12/18(水)

韓国アイドルのキレイのあるかわいいダンスを踊りませんか。

●日 時/第1・3水曜17:00～18:00、第2・4水曜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



対象:小学生・女児

楽しみながら運動能力を身につけよう!

アクション体操教室

体験日 9/27、10/25、11/22、12/20(金)

楽しみながら運動能力を身につけよう。

●日 時/金曜16:45～17:35(幼児)
17:40～18:40(小学生)
●講 師/山本 雄一朗(体操指導者、アクション俳優)
●受講料/5,720円(月4回) ●持ち物/飲み物、タオル



対象:幼児～小学生

体操競技経験者で体育大学卒の講師が指導

スタジオじゆう体操教室

体験日 9/21、10/19、11/16、12/21(土)

運動能力向上を目標に、楽しい運動遊びを行います。運動遊びを通じてルールを守る大切さを伝えます。

●日 時/第1・3土曜13:30～14:20

バック転教室

対象:小学3～6年生

体験日 9/21、10/19、11/16、12/21(土)

マットを使い、体が思い通りに動くのを考えながら数々の技に挑戦することが目標のクラスです。

●日 時/第1・3土曜14:30～15:30

●講 師/高橋 大和(スタジオじゆうトレーナー)
●受講料/3,300円(月2回)



音楽に合わせて体を動かす楽しさを体験しよう

こどもバレエ

体験日 9/19、10/17、11/21、12/19(木)

集中力や見る力、聞く力を養います。

●日 時/第1・2・3木曜16:30～17:15(幼児)
17:25～18:40(小学生)
●講 師/Junko(anatomic-ballet-arts主宰)
●受講料/4,950円(幼児・月3回)、5,610円(小学生・月3回)



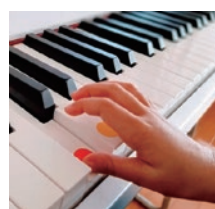
流行曲が弾けるようになります♪

ジュニアキーボード

体験日 9/21、10/19、11/16、12/21(土)

楽譜の読み方から、やさしくゆっくり教えます。

●日 時/第1・3土曜15:00～16:00
●講 師/田村 陽子(キーボード講師)
●受講料/3,300円(月2回)



ハヤカワサオリの
キャラクター・イラスト・
まんが講座

体験日 10/4、11/1、12/6(金)

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。

●日 時/第1金曜
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/1,980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)



人気!

運動の基礎を身につけ、運動に関する創造性や
積極性を育てます

カワイ体育教室

体験日 9/28、10/26、
11/30、12/14(土)

各年次の発育・発達に即した多種
多様な運動あそびを経験すること
で、段階的に無理なく楽しみながら
運動技能を身につけるクラスです。

●日 時/第2・4土曜13:30～14:10(年中・年長)
14:20～15:00(小学1～3年生)
※小学生受付停止中
●講 師/カワイ体育教室専任スタッフ ●受講料/3,300円(月2回)
●教材費(初回のみ)/2,200円(幼児)、2,420円(小学生)



人気!

大人講座

心と体の調和、新たな自分探し

ピラティス

体験日 10/9・23、11/27、
12/11(水)

日々の生活で感じるストレスや身体
の不調が運動で改善したいと思う
ことはありませんか。

継続することで変わる自分の身体を
ぜひ体感してみてください。

●日 時/第2・4水曜
11:30～12:30
●講 師/Miku(BASI pilates
instructor)
●受講料/3,960円(月2回)



新設
講座

みんなで歌って日頃のストレスを発散

富田均のらくらくカラオケ道場

体験日 9/20、10/18、11/15、12/20(金)

歌うまになる「発声」と「呼吸」のコツをプロが
指導!

●日 時/第1・3金曜10:10～11:10
●講 師/富田 均(カラオケ指導歴25年)
●受講料/3,300円(月2回)



新設
講座

いけ花の初歩からゆつくり丁寧に教えます

生け花 古流

体験日 9/26、10/24、11/28、12/12(木)

いけ花にあなたの個性が生きるように一緒ににお稽
古してみませんか。

●日 時/第2・4木曜14:00～16:00
●講 師/森沢 華穂(古流柏葉会家元之師範代、富山県いけ花作家協会理事)
●受講料/3,300円(月2回)花材料費1,500円(1回)

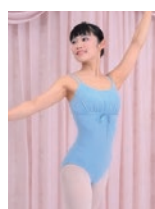


新設
講座

大人のためのバレエ

(土曜日クラス) 体験日 9/21、10/19、11/16、12/21(土)

●日 時/第1・2・3土曜19:30～20:30 ●受講料/4,950円(月3回)
(日曜日クラス) 体験日 10/20、11/17、12/15(日)
●日 時/第1・2・3日曜10:30～11:30 ●受講料/4,950円(月3回)
(火曜日クラス) 体験日 10/15、11/19、12/17(火)
●日 時/第1・3火曜14:00～15:15 ●受講料/3,960円(月2回)
●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、ヨガマット



素敵な音楽を弾いてみたい、でも難しそう!と思っているあなたへ

大人のキーボード

体験日 9/18、10/16、11/20、12/18(水)

和気あいあいとしながら、ゆつくりとわかりや
すくお教えする入門講座です。
●日 時/第1・3水曜13:30～14:30
●講 師/田村 陽子(キーボード講師)
●受講料/3,300円(月2回)

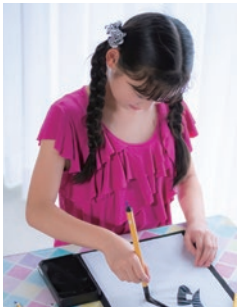


こども講座

文字は正しく美しく こども書道

体験日 9/28、10/26、11/16、12/21(土)

きれいに字を書くための基本から、正しい書き順で書く、集中して取り組む、静かに文字と向き合う、昇級試験へ挑む、心の学びが沢山あります。



- 日 時／第1・2・3水曜19:30～21:30
第2・3・4金曜14:00～17:00
第1・2・3土曜10:30～12:00
- 講 師／山口 李鳩
(書道研究晴巒会会長、日展作家)
- 受講料／2,310円(月3回)
- 材料費／2,000円(1ヵ月) ●持ち物／書道用具

女の子憧れの新体操! キッズ新体操

体験日 お問い合わせください

リボン、ボール、フープに触れて指先を使うことにより脳の発達にも役立ちます。
柔軟性を高めながら、リズムミカルなダンスと融合させた楽しいレッスンを心掛けています。



- 日 時／第1・2・3火曜16:30～17:30
- 講 師／金子 弘美(金子弘美体操教室主宰)
- 受講料／4,950円(月3回)

礼儀正しく、健やかな人格形成の お手伝いをします 正道会館 こども空手教室

体験日 9/25、10/23、11/27、12/18(水)

空手の基本の技をお教えます。
その子の適正にあわせ段階を踏んで、更に高度な技に挑戦します。
●日 時／水曜18:15～19:15
●講 師／松下 紘史(正道会館正天會 会長補佐)
●受講料／6,160円(月謝)



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 お問い合わせください

- 子供たちに日々の稽古を通して、努力する習慣を身につけることや諦めない気持ち、挑戦する勇氣、思いやりや優しさ、感謝する心をもてるようお伝えしていきます。
- 日 時／第2・3・4土曜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)
 - 備品代／200円(1ヵ月) ●持ち物／飲み物、タオル

美術・工芸、趣味、娯楽、外国語

はじめてでも大丈夫! まずは牌(ばい)に触ってみましょう! 初めての女性マージャン

体験日 9/26、10/24、11/28、12/12(木)

マージャンを全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。



- 日 時／第2・4木曜10:15～12:15(初級)
13:00～16:00(中級)
- 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)

画材はお好きなもので! 水彩画入門

体験日 9/30、10/28、11/25、12/23(月)

お好きなモチーフで自分らしい表現ができるように指導します。
●日 時／第2・4月曜
10:15～12:15
●講 師／古田 恵子
(県洋画連盟会員)



初めての方でも楽しく始められます 土曜油絵

体験日 9/21、10/19、11/16、12/21(土)

身近な対象を描くことから始め、自分らしい表現を見つけましょう。
●日 時／第1・3土曜
13:00～14:30
●講 師／宮本 明日香(富山県洋画連盟会員
富山市洋画作家連盟会員)



あなたの文字を美しく矯正します 美文字レッスン

体験日 9/24、10/22、11/26、12/24(火)

日常の文字が美しくなるのはもちろん、美文字になると作品作りも楽しめるようになります。
●日 時／第2・4火曜
13:30～14:30
●講 師／陽 苑(若越書道会同人)



単語をつなぎながらでもOK インバウンド対応英会話

体験日 9/26、10/24、11/28、12/19(木)

完璧な英語ではなく、実践で通じる英会話を目指しましょう
●日 時／木曜11:10～12:00
●講 師／ムンニャック・ジョン
(アメリカ・カンザス州立大学卒)



講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
ポーセラーツ	10/9、11/13、12/11	田中 陽子	第2水 10:30～12:30	2,200円(月1回)
カルトナーージュ入門	9/18、10/16、11/20、12/18	高橋 裕美	第3水 10:30～12:30	2,200円(月1回)
クラフトバンドでカゴ作り	9/19、10/17、11/21、12/19	上村 由佳	第1・3木 10:30～12:30	3,740円(月2回)
花遊フラワーデザイン/教室	9/17、10/15、11/19、12/17	HARUKA	第3火 10:30～11:30	1,650円(月1回)
はじめての日本画	9/24、10/22、11/26、12/10	中村 優希	第2・4火 13:00～15:00	3,300円(月2回)
楽しい絵手紙	9/25、10/23、11/27、12/11	菅田 陽子	第2・4水 10:00～12:00	3,300円(月2回)
仏像を彫る	9/28、10/19、11/30、12/14	森下 廣箭	第2・4土 18:00～20:00	3,740円(月2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 第1・2・3土 10:30～12:00	3,300円(月3回)
源氏物語を読む	10/21、11/18、12/16	谷口美都江	第1・3月 10:15～12:15	3,300円(月2回)
タロット入門講座	9/30、10/28、11/25、12/9	Rica	第2・4月 13:00～14:30	4,400円(月2回)
なりたいたい私になれるメイクアップ術	お問い合わせ下さい	福島 市代	第1火 10:30～12:00	2,200円(月1回)
着付け教室 資格取得コース	9/24、10/22、11/26、12/10	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	9/26、10/24、11/28、12/19		第2・3・4木 18:30～20:30	4,950円(月3回)
パソコン教室	お問い合わせください	富山のパソコンクリニックPC doctor	第1・3月 13:30～14:30	3,300円(月2回)
大人が楽しむ英会話コース	9/26、10/24、11/28、12/19	ムンニャック・ジョン	木 10:10～11:00	8,800円(月4回)
韓国語入門	10/21、11/18、12/16	金 光淑	第1・3月 18:50～19:50(入門) 20:00～21:00(初級)	5,060円(月2回)
フランス語入門	お問い合わせ下さい	ペイヤー・ニコラ	第2・4火 11:15～12:00	5,060円(月2回)

スポーツ・健康

日々の生活の中で出来る体操を 一緒にやりましょう シニアのロコモ予防

体験日 9/24、10/22、11/26、12/24(火)

“要介護”にならないように、骨、関節、筋肉の強化に取り組んでみませんか? 予防には運動が大切です。かかとトントンで骨密度UP。



- 日 時／火曜10:50～12:00
- 講 師／竹 かおり(生涯学習健康づくり指導士)
- 受講料／3,080円(月2回)、5,280円(月4回)

講座	体験日	講師
60代からの健康体操	9/27、10/25、11/22、12/20	竹 かおり
ミセスのためのリズムダンス	10/21、11/18、12/16	松原 康子
社交ダンス	9/25、10/23、11/27、12/11	前井 秀之
はじめてのフラダンス	9/27、10/25、11/22、12/13	摺崎 真純
はじめての太極拳	10/28、11/11、12/9	青山 玲子
はじめての太極拳-推手入門-		
トランポリンエクササイズ	9/18、10/16、11/20、12/18	ハートビートライフインストラクター Youn
骨盤調整ヨガ	9/25、10/23、11/27、12/11	

日々のお仕事の疲れを太極拳で癒しませんか 心と身体を癒す太極拳

体験日 9/26、10/17、11/21、12/19(木)

ゆっくりと動くことで健康保持・促進、筋力・持久力・柔軟性・バランス能力の向上、リラクゼーション効果が得られます。



- 日 時／第1・2・3木曜19:00～20:30
- 講 師／浅野 修(日本武術太極拳連盟A級指導員)
- 受講料／4,950円(月3回)

ヨガ初心者でも気軽に楽しめます リラックスヨガ

体験日 9/17、10/15、11/19、12/17(火)

心と体がリラックスすることで、毎日の疲れも解消でき、活動的な生活を送ることも出来ます。



- 日 時／火曜19:00～19:50、20:00～20:50
- 講 師／Kimiko(ヨガインストラクター)
- 受講料／4,950円(月3回)

ミュージック、日本の芸能

気軽に始めてみませんか? はじめてのウクレレ

〈月曜日クラス〉

体験日 9/30、10/28、11/25、12/23(月)
●日 時／第2・4月曜19:30～20:30
(体験時間19:00～19:30)

〈水曜日クラス〉

体験日 9/18、10/16、11/20、12/18(水)
●日 時／第1・3水曜15:00～16:00
(体験時間16:00～16:30)

体験日 9/25、10/23、11/27、12/11(木)
●日 時／第2・4水曜15:30～16:30
(体験時間16:30～17:00)

世界中で人気の楽器ウクレレ! 楽器初心者の方でも楽しく弾くことが出来ます。

- 講 師／荒木 美幸
(ウクレレ教室ラブレレとやま主宰)
- 受講料／3,960円(月2回)



テレビ・新聞で話題です 光る鍵盤楽しくキーボード

体験日 9/20、10/18、11/15、12/20(金)

光る鍵盤で初めてでもカンタン! 楽譜が読めなくても大丈夫。すでに購入された方も大歓迎。一緒にレッスンしましょう!



- 日 時／第1・3金曜
14:40～15:40、15:45～16:45
- 講 師／酒井 由香(ソプラノ/歌手、音楽ユニット「トリプレッツ」代表)
- 受講料／3,300円(月2回)

講座	体験日	講師	曜日・時間	受講料
大人のための脳トレピアノ®	9/17、10/15、11/19、12/17	中野 志保	第1・3火曜 10:15～11:15 11:30～12:30(増設)	3,960円(月2回)
近藤洋平のボイストレーニング	9/17、10/15、11/19、12/17	近藤 洋平	第1・3火 14:30～15:30	3,740円(月2回)
ソプラノ歌手によるボイストレーニング	9/18、10/16、11/20、12/18	谷口 琴音	第1・3水 11:00～12:00	3,960円(月2回)
はじめましょう本場の二胡	9/19、10/17、11/21、12/19	艾依有(アイ イヨウ)	14:00～15:00 18:30～19:30	3,960円(月2回)
若林美智子の胡弓入門	9/27、10/25、11/22、12/20	若林美智子	金 19:00～20:00	6,600円(月4回)
はじめての津軽三味線	9/24、10/22、11/26、12/10	一川 明宏	第2・4火 18:30～20:00	3,300円(月2回)
おわらの唄と三味線	9/25、10/23、11/27、12/11	庵 進	第2・4水 18:00～19:30	3,300円(月2回)
小唄と三味線入門	9/20、10/18、11/15、12/20	竹枝香寿々	第1・3金 10:30～12:00	4,400円(月2回)
淡川流剣詩舞道(歌謡舞道)	9/18、10/16、11/20、12/18	長瀬 天帆	第1・3水 13:00～14:30	3,300円(月2回)
おわら踊り入門	9/19、10/17、11/21、12/19	北川由美子	12:00～13:30(中級) 13:30～15:00(初級)	3,740円(月2回)