

1月～3月

県内18会場に受講生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

新規/
受講生
募集!!

2025年度スタート!

無料体験会開催!

カルチャー祭り2025開催!

3月15日土・16日日 会場:高岡文化ホール

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

富山市婦中町下善田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～木、土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か月分の受講料 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。
- 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

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 1/31、2/28、3/14(金) 対象:幼児～小学生

運動が好きな子!苦手な子!アクションを通じて、楽しみながら運動能力を身につけよう。

アクションはあらゆる要素を含んでいるので様々なスポーツに活かされます。少林寺拳法や体操競技を基礎とした運動教室です。



山本 雄一郎 講師

講師プロフィール

幼少期より父の影響で少林寺拳法を始める。小学生の時に体操競技を始め、高校時代は2000年とやま国体の選手に選ばれ入賞。22歳でアクションの道に進みヒーローショーや映像作品に出演しアクション、お芝居を学ぶ。

- 日 時/金曜16:45～17:35(幼児)
17:40～18:40(小学生)
- 講 師/山本 雄一郎(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



大人講座

韓国ドラマを
字幕なしで
楽しもう!

憧れの
韓国語を
今日から
始めよう!

韓国旅行
での会話、もう
怖くない!

話してみよう

韓国語

함께 말해 봐요

韓国語が
わかると
世界がもっと
広がる!

今学べば次の
韓国ドラマが
もっと楽しい!

K-POPの
歌詞が心に
もっと響く!



金光淑 講師

講師プロフィール

金光淑です。光州市出身です。日本に来て30年になります。15年前から高校やカルチャー教室、個人レッスンで韓国語を教えています。韓国人は情に厚く、涙もろく、温かいです。韓国語を学ぶことでそんな温かい韓国がさらに身近に感じることが出来ます。一緒に楽しく学びましょう。

昼夜入門クラススタート!

新設
講座

韓国語入門

体験日 2/3・17、3/17(月)、1/27、2/10、3/24(月)
18:50～19:50 13:00～14:00

文法はもちろん、実生活で使える会話中心の授業で、言語と合わせて韓国の文化もより深く楽しむことができます。なかなか身に付けることができない韓国語の特殊な発音もわかりやすく説明し、通じる会話ができることを目指します。

- 日 時/第1・3月曜18:50～19:50(入門・NEW)、20:00～21:00(初級)
第2・4月曜13:00～14:00(入門・NEW)
- 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) ※受講開始時にテキストの準備をお願いします

スタジオじゆう体操教室

対象:年中～小学3年生

体験日 1/18、2/15、3/1(土)
●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 1/18、2/15、3/1(土)
●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)



かっこよく、かわいく踊ろう!

K-POPダンス

体験日 1/29、2/19、3/5(水)

韓国アイドルのキレのあるかわい
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



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 お問い合わせ下さい

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)



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 1/25、2/22、3/8(土)

- 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)



新設
講座

わくわくシニア スマホ・パソコン教室

体験日 2/12・26、3/26(水)

■体験持ち物/スマートフォン(お持ちでなければ見学も大歓迎)
パソコン(お持ちでなければ無料で貸出あり)

「スマホの操作はよくわからないから電話だけ出来れば良い!」と思っ
ている方はいらっしゃいませんか。せっかく便利なスマホをお持ちなのに、
もったいないです。ゆっくり進み、何回も復習しますので安心です。スマホ
をお持ちでない方は見学もできます。パソコン初心者の方が対象です。

- 日 時/第2・4水曜13:30～14:30(パソコン)、14:45～15:45(スマホ)
- 講 師/本郷 智子(移動通信端末診断士、元大手キャリアシニアスマホ教室講師)
- 受講料/3,960円(月2回)



本郷 智子 講師

初めて買った
私でも習える講座は
ないかしら。

電話の便利な
使い方が知りたい。

孫の写真を
共有したい。

文字の入力の
仕方が知りたい。

新聞、雑誌の
QRコードを
読み取りたい。

友達とLINEで
話したい。

旅行の
目的地への行き方を
検索したい。
スーパーでスマホ
決済をしたい。



スマホ

パソコン

こども講座

ゆうき先生のこども絵画

体験日 1/29、2/19、3/5(水) 対象:小学生

■体験材料費/200円
色図鑑をつくらう! 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)
●同時募集
(火曜クラス)体験日1/28、2/25、3/11(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
【対象/年長~小学6年生】

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 お問い合わせ下さい

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)

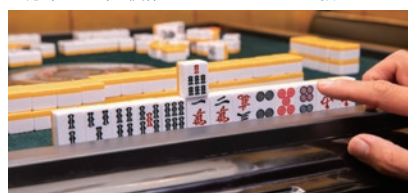
美術・工芸、趣味、娯楽、外国語

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 1/23、2/27、3/13(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)

大河ドラマで注目!!

源氏物語を読む

体験日 1/20、2/17、3/3(月)

小学館の日本古典文学全集を使い原文、口語訳、注釈を丁寧に読み進めます。

●日 時/第1・3月曜10:15~12:15
●講 師/谷口 美都江(紫友会講師)
●受講料/3,300円(月2回)、コピー代別途



今の自分に必要なメッセージを読み解く

タロット入門講座

体験日 1/27、2/10、3/10(月)

誰にでも分かりやすく楽しめる入門講座です。

●日 時/第2・4月曜13:00~14:30
●講 師/Rica(占術者)
●受講料/4,400円(月2回)



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 1/28、2/25、3/11(火)

日常の文字が美しくなり、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)
●受講料/3,300円(月2回)



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 1/30、2/27、3/13(木)

完璧な英語ではなく、実践を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)
●受講料/8,800円(月4回)



スポーツ・健康

日々の生活の中で出来る体操と一緒にやりましょう

シニアのロコモ予防

体験日 1/28、2/25、3/11(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。

●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)

新設講座 心と体の調和、新たな自分探し

ピラティス

体験日 1/22、2/26、3/12(水)

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)



一緒に気持ち良く体を動かし
キレイと健康を目指しましょう。

はじめてのフラダンス

体験日 1/24、2/28、3/14(金)

基本のステップや手の動きを覚えて、歌詞を踊りて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。

●日 時/第2・4金曜19:00~20:30
●講 師/摺崎 真純(Masumi Hula studio
Makaeleu主宰)
●受講料/3,300円(月2回)



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 1/30、2/20、3/13(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。

受講生コメント

ゆっくりとした動きですが、全身運動と言われるだけあって、血行が良くなり、気持ちの良い汗をかくことができます。心が穏やかになり、日々のストレスから解放される感覚が好きです。



●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)

ミュージック、日本の芸能

テノール歌手が指導します

近藤洋平のボイストレーニング

体験日 1/21、2/18、3/4(火)

声楽科出身の現役テノール歌手が、わかりやすく丁寧に指導します。

●日 時/第1・3火曜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)



理想の歌声を目指すお手伝いをします♪

ソプラノ歌手によるボイストレーニング

体験日 1/29、2/19、3/5(水)

カラオケで自信を持って歌いたい、合唱団に入ってるけどもっと専門的に習ってみたいそんな方のための講座です。

●日 時/第1・3水曜11:00~12:00
●講 師/谷口 琴音(ソプラノ歌手、声楽家)
●受講料/3,960円(月2回)



はじめてのウクレレ

〈月曜日クラス〉体験日 1/27、2/10、3/10(月)

●日 時/第2・4月曜19:00~20:00(体験時間20:00~20:30)

〈水曜日クラス〉体験日 1/15、2/19、3/5(水)

●日 時/第1・3水曜15:00~16:00(体験時間16:00~16:30)

体験日 1/22、2/26、3/12(木)

●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/3,960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®	1/21、2/18、3/4	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)
大人のキーボード	1/29、2/19、3/5	田村 陽子	第1・3水 13:30~14:30	3,300円(月2回)
光る鍵盤楽器からキーボード	1/31、2/21、3/7	酒井 由香	第1・3金 14:40~15:40、15:45~16:45	3,300円(月2回)
挫折しないギター 個人レッスン	お問い合わせ下さい	のだ まさし	第1・3月 19:10~21:25(うち30分)	4,400円(月2回)
ギター入門 個人レッスン	お問い合わせ下さい	佐原 潤三	第2・4木 18:20~20:20(うち40分)	3,520円(月2回)
若林美智子の胡弓入門	1/31、2/28、3/14	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	1/28、2/25、3/11	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	1/22、2/26、3/12	庵 進	第2・4水 18:00~19:30	3,300円(月2回)
小唄と三味線入門	1/31、2/21、3/7	竹枝香寿々	第1・3金 10:30~12:00	4,400円(月2回)
渋川流剣詩舞道(歌謡舞道)	1/29、2/19、3/5	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	1/30、2/20、3/6	北川由美子	第1・3木 12:00~13:30(中級) 13:30~15:00(初級)	3,740円(月2回)
生け花 古流	1/23、2/27、3/13	森沢 華穂	第2・4木 14:00~16:00	3,300円(月2回)
昭和・平成の名曲を歌おう	1/31、2/21、3/7	酒井 由香	第1・3金 13:30~14:30	3,300円(月2回)
富田均のらくらくカラオケ道場	1/31、2/21、3/7	富田 均	第1・3金 10:10~11:10	3,300円(月2回)

専門家が深掘り! ふるさとの歴史再発見

開講日 1/18、2/15、3/15、4/19、5/17、6/21(土)

北陸三県は古代、新潟を含め「越の国」と呼ばれる一つの大きな国でした。本講座を通じて、北陸の名舞台でくり広げてきた歴史と文化を、現代からタイムスリップしてみませんか。

1/18 戦国武将 柴田勝家 4/19 関ヶ原の戦い、前田利長の勝利と苦悩
2/15 上杉謙信と越中ゆかりの城 5/17 室町幕府十代将軍・足利義材の亡命と越中
3/15 北陸の刀工と知られざる名刀 6/21 織田信長を苦しめた北陸一向一揆の城郭

●日 時/14:00~(90分から120分程度) ●講 師/専任講師
●受講料/各回1,500円 ●会 場/富山新聞高岡会館 3階ホール(高岡市広小路1-15)

高岡本部

第2期
残り3回!

富山新聞文化センター スペシャル講座
ビートルズ大学
TAKAOKA 第2期

高岡本部

各回
残りわずか
お急ぎを

1/19(日) 封印映画「Let It Be」解禁記念 特別講座(前編)
2/16(日) 封印映画「Let It Be」解禁記念 特別講座(後編)
3/16(日) ビートルズ曲にひそむ「秘密の隠し味」講座

●会場/富山新聞高岡会館3階 ●日時/第3日曜14:00(各120分 延びる時也有)
●料金/2,000円(税込・各回1回)※小学生以下、入場不可。

