こども講座

ダンス習うなら 富山新聞文化センター

カルチャー祭り2026（富山県高岡文化ホール）

G･O･Wダンススクール高岡校（小学生～高校生）

体験日 4/24、5/22、6/26、7/24、8/28、9/25（金）

●金曜18:10～19:10（ベーシッククラス）
19:25～20:25（エキスパートクラス）
●SERIHA（G.O.W歴7年）
●ベーシック 5,000円、エキスパート 6,000円（1カ月）●本部

SERIHA 講師

土曜 キッズダンス

体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

●第2･4土曜11:00～12:00（年中～小学生）
●HITOMI（ダンシング・ハーツ・サウザンズ）●3,740円（月2回）●本部

K-POPダンス（小学生）

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

●火曜17:50～18:50
●ERI（KDSインストラクター・ジャズダンサー）●5,280円（月4回）●本部

ブレイキン

体験日 4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30（水）

●第2･4水曜18:30～19:30（初級）、19:30～20:30（中級）
●hidekick（ブレイクダンサー）●3,300円（月2回）●本部

HIPHOPDANCE

体験日 4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28（月）

●月曜19:00～19:50（小学生）、19:50～20:40（中学生～）
●RIKA（ダンスインストラクター）●6,600円（月4回）●本部

キッズダンス

体験日 4/24、5/29、6/26、7/31、8/28、9/25（金）

●金曜19:15～20:00（小学生）、20:05～20:50（小学5年生～）
●Urua（ダンスインストラクター）●5,984円（月4回）●プラザ

MAIのキッズ＆ジュニアダンス

体験日 4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24（木）

●木曜16:00～16:55（3歳～小学1年生）、17:00～18:05（小学2年生以上）
●MAI（振付家、ダンサー）●キッズ6,380円、ジュニア6,820円（各月4回）●本部

全クラス残りわずか！ ジュニアスイミング（幼児の水慣れ教室）

1カ月4回体験 体験料（4回分）3,300円

定員に達し次第締め切ります。お早めにお申し込みください。

クラスによって、水深を60cmまたは90cmに変更するので安心です。

クラススケジュール

曜日	時間（75分）※は60分
月	16:30 / 18:00
火	17:15
水	16:00（※幼児の水慣れ教室） 17:15
木	16:30
金	17:15
土	8:30 / 10:00 / 15:00

左記の中から同じ曜日と時間帯に4週連続で体験いただけます。
●対　象／年少から小学6年生
●受講料／5,720円
●持ち物／水着、スイミングキャップ、タオル（キャップは貸出可能）
●会　場／高岡プラザ

平日は人数が少ないのでお勧めです。

申し込みはコチラ

富山シティバレエ団 幼児（3歳～）クラス

体験日 4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28（月）
4/18、5/30、6/20、7/25、8/22、9/19（土）

充実の設備、美しいバレエ専用スタジオです。
バレエコンサートにも出演できます。

バレエコンサート2025富山公演より

●月曜16:30～17:30
土曜14:00～15:00
●富山シティバレエ団専任講師
●5,647円（1カ月）※3カ月分まとめてのお支払いになります
●本部

申し込みはコチラ

カワイ体育教室

体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

子どもの成長に合わせた運動プログラム。幼児から小学低学年の子どもたちが、鉄棒や跳び箱、マット運動などを通じて運動の基礎を習得。

●第2･4土曜9:30～10:20（幼児）、
10:30～11:20（小学生）
●カワイ体育教室専任スタッフ ●3,300円（月2回）
●教材費（初回のみ）／2,200円（幼児）、2,420円（小学生）●プラザ

正道会館空手教室

体験日 4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24（木）

楽しみながら強くなる！勝つ事も大切ですが、それよりも負けない諦めない粘り強い子供を目指しませんか？

富山新聞文化センター
イオンモールとなみの受講生

●木曜16:45～17:45
●中川 正秀（正道会館正天會 会長）
●6,600円（1カ月）●プラザ

雪も雨も関係なし 土曜 屋内サッカー

体験日 4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26（土）

■体験持ち物／動きやすい服装、タオル、水分、内履きシューズ

●土曜9:30～10:20（幼児～小学2年生）
10:30～11:20（小学3～6年生）
●中山 智幸（ジョカトーレ高岡指導員・JFA C級指導者ライセンス）
●5,720円（月4回）
●会場／大島農村環境改善センター

土曜 パルクール／バク転教室

体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

多くのテレビCMや映画、ドラマなどでよく見かけるフランス生まれのスポーツ「パルクール」の動きを取り入れた体操・バク転教室です。

●第2･4土曜
パルクール体操教室13:30～14:30（年中～小学3年生）
バク転教室14:40～15:40（小学生）
●金沢パルクール講師 ●3,300円（月2回）●本部

ジュニアキーボードクラブ（小学生～中学生向け）

開講日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

ヒット曲で学ぶ！「好きな曲だから楽しい！楽しいから続けられる！」をテーマに、子供たちが知っているJ-POPやアニメソングを使って、楽しみながらキーボードを学ぶクラスです。

●第2･4火曜17:00～18:00
●田村 陽子（キーボード講師）
●3,300円（月2回）●本部

土曜 こども将棋

体験日 4/18、5/30、6/20、7/18、8/29、9/19（土）

ルールを知らない子でも将棋に興味があれば大丈夫。テキストを使い、わかりやすく指導します。

●第1･3土曜10:00～11:00
●高田 彰
（日本将棋連盟公認将棋指導員・七段）
●2,640円（月2回）●本部

きれいな字は一生の宝物

かきかた・こども書道

体験日 4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24（木）

●木曜（かきかた教室）16:00～16:45（幼児～小学2年）
（書道教室）16:00～19:30うち1時間（幼児～小学生）
●今川 芳舟（日展作家 日本書芸院審査員）
●5,280円（月4回）●本部

筆・鉛筆の持ち方や姿勢、筆使いなどもしっかりチェックします

土曜 こども書道

体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

●第2･4土曜16:30～17:30
●中村 友希（現書会常任幹事富山県書道連盟会員）
●3,300円（月2回）●本部

土曜 かずみ先生のこども絵画

体験日 4/18、5/30、6/20、7/18、8/29、9/19（土）

イメージしたことを自由に描いてみませんか！絵画の基礎から絵を描く楽しさを感じてみましょう。

●第1･3土曜
14:00～15:00（年長～小学2年生）
15:20～16:20（小学3～6年生）
●川原 かずみ（国画会 会員）
●3,520円（月2回）●本部

保存版

2022年9月に完成した富山新聞 高岡会館

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 ワンコイン（500円）体験会 開催！

※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ございます。※一部体験出来ない講座もございます。

2026年新規 受講生募集!!

富山県内の主な教室

富山スタジオ／ファボーレカルチャー／アピタ富山教室／アピタ富山東教室／グリーンモール山室教室／ショッピングタウン北の森教室／イオンモールとなみスタジオ／氷見教室

高岡プラザ

大人講座

疲れない体をつくる 新設講座

男の体幹 マシンピラティス

体験日 4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26（土）

■体験料／1,500円
■体験持ち物／滑り止めの付いた靴下、動きやすい服装、飲み物、タオルなど

●第1･2･3土曜18:00～18:50、19:00～19:50、20:00～20:50
●坂下 朋子（FTPリフォーマーピラティスアカデミー代表）
●6,600円（月3回分）●プラザ

申し込みはコチラ

樋爪基子のモデルウォーキングレッスン

新設講座

〈夜コース〉体験日 5/21、6/18、7/16、8/20、9/17（木）
〈昼コース〉体験日 4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24（木）

■体験持ち物／動きやすい服装・素足または滑りにくい靴下着用、飲み物、フェイスタオル

●第1･3木曜18:45～19:45、19:50～20:50
第2･4木曜13:00～14:15
●樋爪 基子（ウォーキング講師）
●4,840円（月2回）●本部

申し込みはコチラ

ギターを楽しむ（個人レッスン）

新設講座

体験日 4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17（木）

■体験持ち物／お持ちであればギター

ジャンルを問わず様々な音楽に挑戦できる基礎を身につけ、生涯にわたってギターで音楽を楽しむことを目指す講座です。

●第1･3木曜
19:00･19:30･20:00
●笠尾 淳（アップルカウンティー初心者ギター教室講師）
●4,400円（月2回）●プラザ

申し込みはコチラ

美Hula（フラダンス）

新設講座

体験日 4/17、5/29、6/19、7/17、8/21、9/18（金）

■体験持ち物／動きやすい服装

ゆったりとした音楽に合わせて、やさしく体を動かすフラダンス。フラのある素敵な時間を、あなたも始めてみませんか。

●第1･3金曜19:00～19:50、20:00～20:50
●宮本 園子（クゥキラキライケアオオーノヒ主宰）
●3,960円（月2回）●プラザ

申し込みはコチラ

ドローン入門 1日講座

新設講座

体験日 5/17（日）10:00～16:00
※1時間休憩あり

注目のドローンを基礎から実践まで楽しく学べる講座です。業務や趣味の空撮にも対応し、構造や操縦マナー、法律も丁寧に解説。

●NPO法人日本ドローン安全飛行推進協会講師
●9,900円（テキスト代）
●持ち物／筆記用具、昼食
●プラザ

申し込みはコチラ

ちょっとリアルな羊毛フェルト

新設講座

〈第1･3月曜〉体験日 4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7（月）NEW
〈第2･4月曜〉体験日 4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28（月）

■体験材料費／800円～1,000円

羊毛フェルトでうちの子を再現。初めてでも安心丁寧に基礎から学べる講座です。

●第1･3月曜・第2･4月曜
10:00～12:00
●辻 惠子（ベットフェルトクリエーター）
●4,620円（月2回）●本部

申し込みはコチラ

リンパ関節体操講座

新設講座

体験日 5/19、6/16、7/21、8/18、9/15（火）

体に合う食事や運動、本当にできていますか？リンパ学を20年以上研究した講師が、体の仕組みと整え方をやさしく解説。リンパ関節体操を楽しく行い、無理なく健康維持を目指します。

●第1･3火曜10:30～12:00
●川島 雅司（NPO法人リンパ健康学普及協会 代表理事）
●3,960円（月2回）●本部

申し込みはコチラ

佐伯哲也のお城てくてく物語（全6回、講義形式）

新設講座

開講日 5/30、6/27、7/25、8/29、9/26・11/7（土）
14:00～15:30

名将と名城を最新研究から読み解き、時代の移ろいを城から考えます。

●佐伯 哲也
（北陸城郭研究会会長）
●受講料7,500円（6回）
※1回申し込みは1,500円
●本部

申し込みはコチラ

FTPリフォーマー＆マシンピラティススタジオ

残りわずか

本場アメリカからの直輸入ピラティスマシン × 1クラス5人限定 × 北陸唯一のFTPリフォーマー&マシンピラティス専任講師

満席が予想されます。お申し込みはお早めに！

●坂下 朋子（FTPリフォーマーピラティスアカデミー代表）・FTP認定インストラクター
●平日コース 8,800円（週1回、1カ月4回分）、土日コース 6,600円（週1回、1カ月3回分）
●持ち物／滑り止めの付いた靴下、動きやすい服装、飲み物、タオル ●プラザ

申し込みはコチラ

HOT YOGA 1カ月体験

■持ち物／飲み物、バスタオル
●プラザ

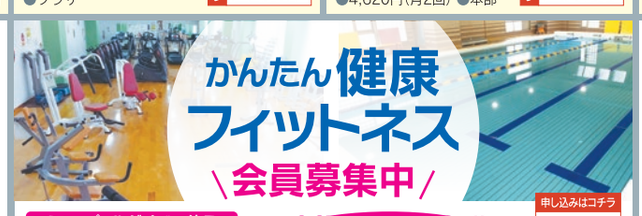
温度38度 湿度60%

各クラス5人限定

まずは4回続けて体験してみませんか？ 1カ月4回体験 4,400円
ホットタエボー 2,200円（月2回）※からだ調整ピラティスは1回体験のみとなります（1,562円）

申し込みはコチラ

かんたん健康フィットネス ＼会員募集中／



マシン・プールがすべて使えて 4,500円（1カ月）

まずは一度お試し下さい!! 新規の方が対象です！ 500円体験 事前にご予約が必要です。

申し込みはコチラ

エアリアルスタジオ

体験日 4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28（月）
4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30（水）
4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26（土）

申し込みはコチラ

コース	日時	体験料	受講料
ゆらぎと呼吸	月 14:45～15:30	1,500円（1回）	7,260円（月4回）
空中ポディメイク	水 18:45～19:30		
逆さを楽しむ	水 19:45～20:30		
はじめてクラス	土 15:00～15:45		

●yoko（エアリアルヨガインストラクター yoko-yoga主宰）●プラザ

ピラティス

体験日 4/21、5/26、6/16、7/21、8/25、9/15（火）
●第1･2･3火曜9:50～10:50、11:00～12:00
●小山 久美子 ●4,950円（月3回）●本部

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）
●第2･4火曜18:50～19:50、20:00～21:00
●Miku ●3,960円（月2回）●本部

体験日 4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24（木）
●第2･4木曜19:00～20:00
●ERI ●3,960円（月2回）●本部

飲まない・吸わない・賭けない

健康麻将

けんこうマージャン

一から丁寧に教えます！ 麻将を始める人が急増中！

【体験日】4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24（木）

●第2･4木曜10:00～12:00、13:00～15:00
●川上 浩志（NPO法人健康麻将越中ひばり会理事長）
●3,300円（月2回）●本部

申し込みはコチラ

壊れた器を自分で直してみませんか

金継ぎ入門

体験日 4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25（金）

日本の伝統技法を手軽に学べます。割れたり、欠けたり、ひびが入った器を漆で接着し金粉を蒔くことで新たな器に生まれ変わります。

●第2･4金曜10:00～12:00
●吉川 則行（日本工芸会正会員）
●4,620円（月2回）●プラザ
※螺鈿・蒔絵入門講座もございます。

カウンセリング型練習

英会話サロン

体験日 4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30（水）

本当に話したい人だけの講座です。
上達の秘訣は毎日の学習です。カウンセリングを中心に行います！

●水曜13:00～13:50
●東山祐子（カナダトリニティウエスターン大学大学院修了 TESOL取得）
●5,940円（月4回）●本部

土曜 中国語

体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

中国語を発音・文法を基礎からお教えします。日常会話や旅行など、目標に向け「役立つ中国語」を学びます。

●第2･4土曜14:00～15:00（入門・初級）
15:10～16:10（中級）
●岡田ファンイ（中国上海出身）
●3,740円（月2回）●プラザ

土曜 初心者の写真教室

体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

日々の生活の中で心が動いた瞬間を感じたままに撮る技術を学び合います。屋外、スタジオ、色々な場所で実践していきます。

千本松 賢一 講師

●第2･4土曜10:00～12:00
●千本松 賢一（日大芸術学部写真学科卒 千本松賢一写真館代表）
●4,400円（月2回）
●持ち物／カメラ、あれば取扱説明書 ●本部

スマホのお悩み解決しよう

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

■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

ゆっくり進み、何回も復習しますので安心です

●第2･4火曜
13:30～14:30
●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）
●3,960円（月2回）●本部
※体験は30分間です。

庵主さまのほほえみ写仏

体験日 4/22、5/27、7/22、9/30（水）

思い思いの色使いで、自分だけの写仏を描きましょう。色紙や掛け軸にして家に飾って楽しめます。

●第4水曜
12:30～14:30
●小林 良正
（良正庵庵主浄土宗尼僧）
●1,760円（月1回）●本部

土曜 話せる日常英会話

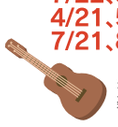
体験日 4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26（土）

日常生活で使えるフレーズや表現を会話中心に学べる講座です。

●第2･4土曜11:00～12:00
●中嶋 清（元海外赴任教育研修講師）
●3,740円（月2回）●本部

はじめてのウクレレ

体験日 4/22、5/27、6/26、7/22、8/26、9/30（水）
4/21、5/19、6/16、7/21、8/18、9/15（火）



心を癒す優しい音色に包まれながら、仲間と一緒に楽しくアンサンブル♪

●第2･4水曜9:30～10:30、11:00～12:00
第1･3火曜11:00～12:00、20:00～21:00
●荒木 美幸（ウクレレ教室ラブレレとやま主宰）
●3,960円（月2回）●本部

野口整体～健康生活・活元運動～

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（木）

健康を維持するため、セルフケアを学びます。

●第2･4火曜
10:30～12:00
●中村 耕治（柔道整復師）
●3,300円（月2回）●プラザ

申し込みはコチラ

はじめての生け花（いけ花古流）

個人の感性と技術を活かしたお花の教室

体験日 4/21、5/26、6/16、7/21、8/25、9/15（火）
●火曜18:00～20:45
●水野 渡月（古流柏葉会家元之師範代）
●4,950円（月3回）●本部

体験日 4/15、5/27、6/17、7/15、8/26、9/16（水）
●水曜14:00～16:00、17:30～20:30
●北山 理光（古流柏葉会家元之師範代）
●4,620円（月3回）●本部

はじめての二胡（入門）

体験日 4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7（月）
体験日 4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16（水）

音楽の知識がなくても大丈夫。楽器の扱い方、構え方などひとつひとつ丁寧に指導いたします。

●第1･3月曜18:30～19:30
第1･3水曜10:00～11:00
●水野 麻美（張鶴二胡教室講師）
●4,180円（月2回）●本部

定員間近

パティシエール府録友己の基本のお菓子「ワザとコツ」

説明会 5/16、6/6、7/4、8/1、9/5（土）

■体験料／500円 ■体験教材費／1,000円
■体験持ち物／エプロン・筆記用具・ハンドタオル・タオル2枚・持ち帰り用大きめのタッパー・保冷剤

道具の使い方からフルーツのカットの仕方、お菓子を作るうえでプロが使う「ワザとコツ」を分かりやすく受講生の皆さんにお伝えします。

●第1土曜10:00～12:30、13:30～15:00NEW
●府録 友己（パティシエール）●3,000円（月1回、材料費別途）
●会場／里山交流センター（高岡市国吉1324-1）

申し込みはコチラ

寿司職人が教える 魚のさばき方

定員：5名

体験日 4/22、5/27、6/24、7/22、8/26、9/30（水）

■体験料／3,960円（材料費込み）
■体験持ち物／包丁（どんなものでも結構です）、まな板、手ぬぐい、マスク、エプロン、バンダナ

●第4水曜14:00～15:30
●中田 道夫（寿司居酒屋よしお 大将）
●3,960円（材料費込み）
●会場／寿司居酒屋 よしお
（射水市八幡町1-7-20）

そばを打つ（講座説明会）

説明会 5/8、6/3、7/1、8/5、9/2（水）
4/17、5/15、6/19、7/17、8/21、9/18（金）

●第1水曜18:30～21:00
第1金曜13:00～15:00
第3金曜13:00～15:00
●内 毅（富山そば研究会会員）
●2,200円（月1回）材料費別途 ●本部

説明会 4/27、5/27、6/22、7/27、8/24、9/28（月）

●第4月曜18:30～21:00
●道谷 悦一（そば教室講師）
●2,200円（月1回）材料費別途 ●本部

四季の飾り巻き寿司

体験日 4/6、5/11、6/1、7/6、8/3、9/7（月）

■体験料／3,900円（材料費込）

内容
4月 こどもの日　9月 トンボ
5月 あじさい　10月 ハロウィン
6月 カタツムリ　11月 クリスマス
7月 ひまわり　12月 お正月
8月 かに

●第1月曜13:30～15:30
●中根 純子（JSIA飾り巻き寿司インストラクター）
●2,200円 ●材料費／1,700円
●持ち物／エプロン・タオル
●本部

申し込みはコチラ

「発達支援教育士」認定1日講座

開講日 5/31（日）（富山スタジオ 富山市大手町5-1）
9/6（日）（高岡会館）両日共10:00～16:30

障害の有無に関係なく、特性のある子どもの自立を後押しするために身だしなみ・お金の使い方など、日々の生活をサポートする方法が学べます。

●カール友波（発達支援教育士認定講師）
●18,700円、教材費7,700円（テキスト代、認定料含む）※定員20名

同時募集 「発達障がい食環境支援士」講座（1日講座）
開講日 9/5（土）13:00～16:00（高岡会館）
●12,650円、修了証・テキスト代は10,450円

ゴスペルクワイヤー TAKAOKA

体験日 4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30（水）

覚えやすい曲を一緒に歌ってみて、簡単な発音もできるように練習します。日本人のアシスタントもいるので安心です。

●第2･4水曜19:05～19:50
●エリック カスティーロ（シンガーソングライター）
●3,960円（月2回）●本部

ふるさとの歴史再発見

開講日 4/18、5/16、6/20（土）
14:00～（90分から120分程度）

4/18 信長の北陸支配に関わったキーパーソン
5/16 越中永正の乱と室町幕府
6/20 福井藩の「忍之者」

●専任講師 ●各回1,500円
●会場／富山新聞高岡会館3階（高岡市広小路1-15）
●後援／富山県教育委員会・高岡市
●本部

7月から新シリーズ最新情報はコチラ

陶芸

体験日 4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28（月）

■材料費実費（マグカップ1,000円～）
■体験持ち物／エプロン、手拭い

ろくろ4台を常設。陶芸の初歩から、ろくろ技術まで、作品づくりを通じて陶芸の楽しさを学びます。

●月曜10:00～12:00
●橋本 精一（精一窯）
●4,840円（月4回）●プラザ

コーヒー教室（全4回）

開講日 6/23、7/28、8/25（火）、9/27（日）

高岡の人気老舗喫茶店、カフェくらうん小島マスターが指導！月1回開催の好評の講座です。

●第4火曜18:30～20:00
※最終日は日曜10:30～12:00
●小島 治（カフェ くらうん店主）
●8,800円（全4回）
●会場／カフェくらうん（高岡市古定塚9-33）
●定員／10名

若林美智子のおわら踊り入門

体験日 4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24（木）

■体験持ち物／足袋、草履（あれば持参）

八尾本場のおわら踊りを女踊り、男踊りと共に基礎からお教えします。

●第2･4木曜19:30～20:30
●若林 美智子（越中弦奏楽若林流宗家）
●4,620円（月2回）●本部

盆栽入門

体験日 4/18、5/16、6/20、9/19（土）

■体験料／2,420円、材料費実費

女性にも人気の盆栽。季節の盆栽の育て方や管理もわかります。

●第3土曜10:30～12:00
●野上 和義
（日本盆栽作家協会理事）
●2,420円（月1回）
●会場／（株）晴香園
（高岡市広小路5-47）

申し込みはコチラ

はじめての茶道（裏千家）

体験日 4/15、5/27、6/17、7/15、8/26、9/16（水）

■体験持ち物／白ソックス

茶道を経験したことがなくても、気軽に受講できます。喧騒から離れた空間で季節を感じながら、おいしいお茶を味わう癒しのひとときです。

●第1･2･3水曜10:00～12:00
13:00～15:00、18:30～20:30
●宮木 宗尚（茶道裏千家助教授）
●4,884円（月3回）●プラザ

初めての水彩画・油彩画

体験日 4/16、5/21、6/18、9/16、8/20、9/17（木）

■体験材料費／200円
■体験持ち物／水彩画用具

基本的な画材の使い方や表現技法を丁寧にお教えします。

●第1･3木曜
10:30～12:00
●寺井 峰規子（二科会富山支部所属 富山県洋画連盟会員）
●3,960円（月2回）

※日時・講師・受講料・会場の順に記載してあります。

お申し込み お問い合わせ

24時間受付

富山新聞文化センター 高岡本部 高岡市広小路1-15 / 高岡プラザ 高岡市中川1-1-10

☎(0766)26-7000

電話受付時間 月曜～土曜9:30～18:30

※必ず事前にお申し込みください。

高岡本部 高岡プラザ 駐車場80台完備！

JR越中中川駅から徒歩5分

万葉線広小路から徒歩10分

公共交通機関も便利です

〈受講申込みに必要なもの〉
❶口座振替開始までの3カ月分の受講料
❷金融機関の預金口座番号
❸預金口座お届け印

●新規ご入会の方は入会金500円が必要です。70歳以上の方は不要。
●別途設備維持費330～550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。
●受講料はすべて税込み表示です。

熱いリクエストにより、第4期が実現！

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4期

全6テーマ お得な通し券も

開講日 4/19、5/17、6/21、7/26、8/23、9/27（日）

各回150席限定

初心者は一気にビートルズがわかり、ベテランファンは“眼からウロコ”の感動。
新たな切り口で、第4期が開講です。
「ビートルズ大学」は、国際的ビートルズ研究者・宮永正隆氏（音楽評論家）が
一点物の賞味法を直伝する知的エンタテインメント。
新たなレア映像・レア音源てんこ盛りの全6回。さあ、あなたはどの回を選ぶ？
※お得な6回通し券の発売期間は、第1回の前日まで。

申し込みはコチラ

会場／富山新聞高岡会館3階（高岡市広小路1-15）　後援／富山県・高岡市
日時／各月1回・日曜14:00～16:00延長あり（開場13:30）
講師／宮永 正隆（音楽評論家・ビートルズ大学学長）
料金／2,000円（税込・各回1回）小学生以下、入場不可

専門家が深掘り！ 北陸歴史探訪講座

ふるさとの歴史再発見

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。この歴史的なつながりを見つめ直すことは、現代の連携の重要なヒントになります。本講座を通じて現代からタイムスリップし、北陸を舞台に繰り広げられてきた歴史と文化に触れてみませんか。

申し込みはコチラ

4月18日（土） 信長の北陸支配に関わったキーパーソン ～菅谷長頼と堀秀政～ 講師 角 明浩 氏（坂井市教育委員会 丸岡城国宝化推進室学芸員）

5月16日（土） 越中永正の乱と室町幕府 ～連動する中央と地方の動向～ 講師 髙森 邦男 氏（富山県公文書館史料調査専門員）

6月20日（土） 福井藩の「忍之者」 ～サラリーマン”忍者“のリアルな実像～ 講師 長野 栄俊 氏（福井県文書館主任）

会場 富山新聞高岡会館 3階（高岡市広小路1-15）　後援／富山県教育委員会・高岡市
時間 各月1回・土曜日 14:00～（90分から120分程度）　料金 各回1,500円（税込）

土曜 日本の名曲を歌おう

体験日 4/18、5/30、6/20、7/18、8/29、9/19（土）

「あの曲を歌ってみたい！でも難しそう」と思っていませんか。和気あいあいと楽しみながら美雪先生と楽しく一緒に歌いましょう！

中川 美雪 講師

●第1・3土曜 15:30～16:30
●中川 美雪（コーラスグループ伴奏者、ピアニスト）
●3,520円（月2回）●本部

とやま英語ガイド講座

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

富山県を訪れる外国人が興味を持ちそうな場所、出来事などを英語で説明できるようになります。

●第2・4火曜13:30～15:30
●神保 正（富山外国語専門学校前教授、通訳案内士）
●4,400円（月2回）●本部

今日から使える東洋医学（漢方）と養生

体験日 4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28（月）

今日から使える養生方法とそのための知識や漢方薬について学べます。
ご自身やご家族が病気にならないように、もしくは不調がよくなるようにお伝えします。

●第2・4月曜13:00～14:30
●荒川 賢人（島田漢方堂店長）
●3,300円（月2回）●本部

パッチワーク＆ハワイアンキルト

体験日 4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30（水）

毎日の暮らしが楽しくなるパッチワーク。お友だちと一緒に本格的なパターンから小物づくりまで、パッチワークのすばらしい魅力にふれてみませんか？

●第2・4水曜10:00～12:00
●中村 登志子（（財）日本手芸普及協会指導員 ミシンキルト講師）
●3,300円（月2回）●本部

はじめての表具

体験日 4/21、5/19、6/30、7/21、8/18、9/15（火）

いま見直されている和の文化「ミニ屏風」「ミニ掛軸」「和本」などを作ります。
和の文化を見直しながら、お気に入りの飾りを作ってみましょう。

●第1・3火曜10:00～12:00
●明野 さやか（創業120年の表具屋明野静観堂5代目、一級表装技能士）
●4,620円（月2回）●本部

簡単パソコン

体験日 4/24、5/29、6/19、7/24、8/28、9/18（金）

一人一人に合わせた指導なので、自分のペースでできます!!
各自パソコン操作でわからないこと知りたいこと、やりたいことについて説明します。

●金曜14:00～16:00
●パソコン教室㈱絶品女性インストラクター
●7,480円（月4回）●本部

土曜 ハーブ&アロマテラピー

体験日 4/18、5/16、6/20、7/18、8/29、9/19（土）

■体験料／1,870円、材料費別

ハーブ＆アロマテラピーについての基礎知識と生活に取り入れる方法がしっかりきちんと学べる講座です。

●第3土曜10:30～12:00
●伊藤 令子（ハーブ＆アロマ教室 Ann. Grand Clamp主宰 NPO法人 日本ハーバルアロマセラピスト協会 認定講師）
●1,870円（月1回）●本部

はじめての俳句

体験日 4/17、5/15、6/19、7/17、8/21、9/18（金）

「俳句って難しそう」と思っていませんか。はじめての方でも季語や切字の基本から優しく丁寧にお教えします。
季節の情景や、ふとした日常の気持ちを、限られた文字数「五・七・五」で表現する方法を学びます。

●第3金曜10:00～12:00
●中島 平太（俳誌「辛夷」同人）
●1,650円（月1回）●本部

楽しい己書（おのれしょ）

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

挿絵入りの年賀状や暑中見舞いなど、季節のお便りが書けます。
誰でも90分で味のある字が書けるようになります。上手下手は関係ありません。己の心を素直に書く。あなただけの己書を書いてみませんか。

●第4火曜14:00～16:00
●福岡 靖子（日本己書道場師範）
●2,200円（月1回）
●持ち物／筆ペン、水彩絵の具など ●本部

楽しい油絵・水彩画

体験日 4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7（月）

道具の使い方の説明から始めます。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！また、作品鑑賞の楽しみ方についてもお話します。

●第1・3月曜18:30～20:00
●宮本 明日香（県洋画連盟会員、現在高校美術教師）
●3,740円（月2回）●本部

社交ダンス

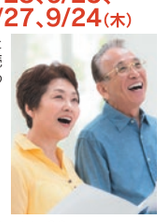
体験日 4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16（水）

社交ダンスはとても楽しく面白いものです。
初めての方は、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いただけるようにご指導させていただきます。

●第1・3水曜19:00～19:50
●髙田 英明（高岡・ダンススタジオ講師）
●3,960円（月2回）●本部

脳トレ音読講座

体験日 4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24（木）



日本語で書かれた名作を声に出して読めば心身の健康につながります。

●第2・4木曜10:00～11:00
●今川 美千子（イベント司会者）
●3,300円（月2回）●本部

プリザーブドフラワー

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

プリザーブドフラワーを中心に、自然素材の実やドライフルーツなども使って、季節に応じたアレンジを作っていきます。

●第4火曜10:00～12:00
●熊谷 明子（フラワーデザインコーディネーター）
●1,980円（月1回）●本部

初心者のためのかぎ針

体験日 4/20、5/18、6/29、7/20、8/31、9/7（月）

かぎ編みは、かぎ針と毛糸があればすぐに始めることができます。
持ち方から、レベルに合わせてゆっくり丁寧に進めます。

●第1・3月曜10:00～12:00
●竹田 玲子（編み物作家）
●3,300円（月2回）●本部

手編み

体験日 4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24（木）

マフラー、帽子、バッグ、コサージュも好きな色、形で作れて楽しい教室です。

●本曜10:00～12:00
●竹田 玲子（編み物作家）●6,600円（月4回）
●プラザ ※月2回クラスもあります。

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

まずは編んでみることが手編みの楽しさを知る一歩です。

●火曜10:00～12:00
●小杉 佐智子（日本編物文化協会会員）
●6,600円（月4回）●本部

相本芳彦の話し方入門

体験日 4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17（木）

話し方でお悩みの方。コツがしっかり身に付く工夫がいっぱい!!楽しく学べる講座です。

●第1・3本曜10:00～11:30
●相本 芳彦（フリーアナウンサー）
●3,960円（月2回）●プラザ

デッサンからはじめる日本画

体験日 4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24（木）

道具やその扱い方はもちろん、基本のスケッチの指導から始めますので、趣味で始められる方も、将来的に公募展出展を目指す方も受講できます。

●第2・4木曜10:00～12:00
●小原 好博（南砺市日本画連盟委員長、富山県日本画家連盟委員）
●3,960円（月2回）●プラザ

お仕事帰りの太極拳

体験日 4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29（火）

呼吸を整えて全身を動かすので、血の流れがよくなり、激しく動くわけではないのですが、程よく汗を流すことができます。
太極拳は体幹を使うので、姿勢も良くなります。

●火曜19:10～20:10
●馬渡 明美（日本武術太極拳連盟公認A級指導員 太極拳5段位 日本武術太極拳1級審判員認定
●5,940円（月4回）●本部

ワンコイン体験会（500円） 開催！

※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ございます。※一部体験が出来ない講座もございます。

高岡プラザ（旧高岡本部スタジオ）

高岡市中川1-1-10 中川交差点角

	講座名	体験日	講師	日時（第）		受講料
日本の芸能	茶道 藪内流	4/20、5/25、6/15、7/27、8/17、9/28	山本 誠一	1・2・3月	15:00～17:00 18:00～20:00	5,214円
	男性茶道（裏千家） はじめての男性茶道	4/21、5/26、6/16、7/21、8/25、9/15	津沢 宗美 宮林 宗尚	1・2・3火	18:00～20:00	4,884円
	茶道入門（裏千家） 茶道 裏千家	4/15、5/27、6/17、7/15、8/26、9/16		1・2・3水	10:00～12:00 13:00～15:00 18:30～20:30	4,884円
	茶道 裏千家	4/16、5/21、6/18、7/16、8/27、9/17		1・2・3木	13:00～15:00 15:30～17:30	4,884円
	茶道 表千家	4/17、5/22、6/19、7/17、8/28、9/18	鎌仲 宗由	1・2・3金	14:00～16:00 16:00～18:00	4,884円
	はじめての香道	4/10、5/8、6/12、7/10、8/21、9/11	佐賀たえ子	2金	17:30～19:30	3,630円
	仕舞	4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25	吉田 俊平	2・4金	19:00～20:30	3,300円
	楽しい新舞踊	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	尾上 彌生	火	15:30～16:30	6,600円
	新歌謡舞踊 舞mai	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	艶	木	19:45～20:45	7,040円
	はじめての薩摩琵琶	4/20、5/25、6/15、7/27、8/17、9/28	有澤 結水	1・2・3月	13:30～15:30	5,280円
	はじめての沖縄三線 昼コース	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	北山 康代	2・4木	13:30～15:00	3,960円
	はじめての沖縄三線 夜コース	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	川原 徹也	2・4木	19:30～20:45	3,300円
趣味 娯楽	かんたんキーボード	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	田上 俊子	1・3木	13:30～15:00	3,080円
		4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25		2・4金		
	中高年のための簡単キーボード	4/24、5/29、6/26、7/24、8/28、9/25		金	12:30～13:30	7,040円
	土曜 こだわりの模型入門	4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26	中埜 伸一	土	10:00～12:00	6,600円
	土曜 プラモデル	4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26		2・4土	10:00～12:00	3,300円
	ブラックゾロのマジック 入門	お問い合わせ下さい	氣口光明（ブラック・ゾロ）	1・3月	10:15～11:45	2,860円
	コーヒー教室（全4回）	〈開講日〉6/23、7/28、8/25、9/27	小島 治	4火	18:30～20:00	8,800円（全4回）
	ソプラノ歌手によるボイストレーニング	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	谷口 琴音	1・3木	14:15～15:15	3,960円
	ディジュリドゥ&ダラブッカ	4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7	Hide yidakijapan	1・3月	19:30～20:00	4,620円
	ギターを楽しむ（個人レッスン）	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	笠尾 淳	1・3木	19:00～20:30	4,400円

	講座名	体験日	講師	日時（第）		受講料
美術・文化・工芸	土曜 日本画を描く	4/18、5/23、6/20、7/18、8/22、9/19	西藤 哲夫	1・2・3土	13:30～15:30	4,950円
	デッサンからはじめる日本画	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	小原 好博	2・4木	10:00～12:00	3,960円
	鉛筆デッサン・水彩	4/16、5/21、6/18、7/16、8/27、9/21	後谷 達門	1・2・3木	13:00～15:00	4,290円
	水彩画	6/16、7/21、8/18、9/15	前村 悦夫	1・2・3火	10:00～12:00	5,280円
	木彫入門	4/27、5/25、6/29、7/27、8/24、9/28	安念 洋子	2・4月	13:00～15:00	3,520円
	和田華光 和紙アート教室	4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16	和田 華穂	1・3水	13:30～15:30	2,860円
	書道	4/27、5/25、6/22、7/27、8/31、9/28	津田 海仙	月	18:00～20:00	5,720円
	心を贈る絵手紙	4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30	福井 京子	2・4水	10:00～12:00	2,860円
		4/17、5/29、6/19、7/17、8/21、9/18		1・3金		
	仏像を彫る	お問い合わせ下さい	森下 廣箭	2・4水	13:00～15:00	3,960円
	はじめての仏像	お問い合わせ下さい	林原 瑠佻	2・4水	10:00～12:00	4,620円
	金継ぎ入門 螺鈿・蒔絵入門	4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25	吉川 則行	2・4金	10:00～12:00 13:00～15:00	4,620円
	陶芸	4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28	橋本 精一	月	10:00～12:00	4,840円
ビジネス・語学・教養	土曜 中国語（入門・初級）	4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26	岡田ファンイ	2・4土	14:00～15:00	3,740円
	土曜 中国語（中級）				15:10～16:10	
	韓国語（初級） 韓国語（中級）	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	朴 元美	2・4火	19:00～19:50 18:00～18:50	4,400円
	話し方入門	4/17、5/29、6/19、7/17、8/21、9/18	今川美千彦	1・3金	18:45～19:45	3,520円
	相本芳彦の話し方入門	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	相本 芳彦	1・3木	10:00～11:30	3,960円
	土曜 源氏物語を読む	4/4、5/16、6/20、7/18、8/29、9/19	常田 正代	3土	14:00～15:30	1,760円
手芸・服飾	ビーズ織 ※見学のみ	4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25	橋本由美子	2・4金	10:00～12:00	3,300円
	パンフラワー	4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16	竹井小夜子	1・3水	13:30～15:30	3,520円
	かんたん手編み	4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24	竹田 玲子	木	10:00～12:00	6,600円
	ガラスアクセサリー（とんぼ玉）	4/17、5/29、6/19、7/17、8/21、9/18	高田 範子	1・3金	10:00～12:00 13:00～15:00	5,500円
	ぬくもりの手織教室	4/6、5/25、6/1、7/6、8/3、9/7	中村 千賀	1月	12:00～15:00	3,960円
スポーツ・健康・ダンス	アイアンガーヨガ	4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24	桜井利江子	木	13:30～14:45	6,820円
	太極拳	4/22、5/27、6/24、7/22、8/26、9/30	寺井美智子	水	18:30～20:00	5,720円
	はじめての太極拳	4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28	田中 正人	月	19:00～20:30	5,280円
	リフレッシュエアロビクス	4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28	西村 紹史	月	13:00～14:00	5,280円
	フラメンコ 入門	4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28	寺崎 恵子	月	10:30～12:00	6,600円
	楽しいフラメンコ 入門	4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28	長谷川友希子	2・4月	19:00～20:30	4,400円
	ストレッチポールエクササイズ	4/23、5/28、6/18、7/23、8/27、9/24	長谷田昌子	木	11:20～12:20	7,040円
	美温活リンパストレッチ	4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25		2・4金	13:30～14:30	3,520円
	中高年の社交ダンス	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	田畑譲次・祥子	火	13:30～15:30	5,720円
	社交ダンス	4/24、5/22、6/19、7/24、8/28、9/25		金	15:00～17:30	5,280円
	エアリアルヨガ	4/27、5/25、6/29、7/27、8/31、9/28	Yoko	月	14:45～15:30	7,260円
		4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30		水	18:45～19:30 19:45～20:30	
	土曜 筋トレ&エアリアルヨガ	4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26	Yoko	土	15:00～15:45	7,260円

	講座名	体験日	講師	日時（第）		受講料
ジュニア	野口整体	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	中村 耕治	2・4火	10:30～12:00	3,300円
	初めてのベリーダンス	4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7	髙谷美也子蝶々	1・3月	19:30～20:30	4,620円
	タップダンス 入門	4/15、5/27、6/17、7/15、8/26、9/16	岸 恭子	水	10:00～11:00	7,480円
	クプナフラ	お問い合わせ下さい	リフ・ラリーハウスレイ佳永子	1・3金	10:00～11:30	4,400円
ジュニア	土曜 カワイ体育教室（年中・年長）	4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26	専任講師	2・4土	9:30～10:20	3,300円
	土曜 カワイ体育教室（小学1～3年生）				10:30～11:20	
	キッズダンス（小学生） キッズダンス（小学5年生～）	4/24、5/29、6/26、7/31、8/28、9/25	Urua	金	19:15～20:00 20:05～20:50	5,984円
	土曜 キッズサッカー（幼児～小学2年生） 土曜 ジュニアサッカー（小学3～6年生）	4/25、5/30、6/27、7/25、8/29、9/26	中山 智幸	土	9:30～10:20 10:30～11:20	5,720円
	正道会館 空手教室	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	中川 正秀	木	16:45～17:45	6,600円
プール・フィットネスジム	おとなのスイミング	4/23、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	専任トレーナー	木	18:00～19:30	5,280円
		4/24、5/22、6/19、7/17、8/21、9/18		金	13:00～14:30	
	水中エクササイズ	4/20、5/18、6/15、7/13、8/17、9/14	橋本 令子	月	13:00～14:15	5,280円
		4/21、5/19、6/16、7/14、8/18、9/15	専任トレーナー	火	14:30～15:45 18:45～20:00	
		4/25、5/23、6/20、7/18、8/22、9/19	山本 和美	土	12:00～12:45	
	のびのびスイミング	4/21、5/19、6/16、7/14、8/18、9/15	専任トレーナー	火	13:00～14:30	5,280円
		4/22、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16		水	10:00～11:30	
	レディーススイミング	4/23、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	専任トレーナー	木	10:00～11:30	5,280円
		4/24、5/22、6/19、7/17、8/21、9/18		金		
	土曜 週末リフレッシュ	4/25、5/23、6/20、7/18、8/22、9/19	専任トレーナー	土	13:00～14:30	5,280円
	運動処方教室	4/23、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	専任トレーナー	木	18:30～20:30	5,280円
	土曜 ストレッチ&水中運動	4/25、5/23、6/20、7/18、8/22、9/19	専任トレーナー	土	10:15～11:45	5,280円
	ストレッチ専科	4/21、5/19、6/16、7/14、8/18、9/15	板谷 和雄	火	10:30～12:00	4,840円
		4/24、5/22、6/19、7/17、8/21、9/18	専任トレーナー	金	10:00～11:30 13:00～14:30	
	からだ整えストレッチ&スイム	4/23、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	橋本 令子	木	13:00～14:30	5,720円
	サーキットフィットネス・プール	お問い合わせ下さい	専任トレーナー	月～金	10:00～20:45	4,500円
				土	8:30～15:00	
	ジュニアスイミング	4/20、5/18、6/15、7/13、8/17、9/14	専任トレーナー	月	16:30～17:45 18:00～19:15	5,720円
		4/21、5/19、6/16、7/14、8/18、9/15		火	17:15～18:30	
		4/22、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16		水		
		4/23、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17		木	16:30～17:45	
		4/24、5/22、6/19、7/17、8/21、9/18		金	17:15～18:30	
		4/25、5/23、6/20、7/18、8/22、9/19		土	8:30～ 9:45 10:00～11:15 15:00～16:15	
	幼児の水慣れ教室	4/22、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16	専任トレーナー	水	16:00～17:00	5,720円

●プール・ジム・フィットネスは、別途設備維持費550円、保険料100円が毎月かかります。

高岡本部

高岡市広小路1-15 富山新聞高岡会館

	講座名	体験日	講師	日時（第）		受講料
日本の芸能	いけ花 草月流	4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/26	義本 幸秋	1・3月	14:00～15:30 17:30～19:30	3,080円
	いけ花 草月流 いけ花 草月流・親子華道	4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25	炭谷 彩陽	2・4金	17:00～20:00 17:30～18:30	3,080円
	いけ花 古流 やさしくはじめる“いけばな入門”	4/21、5/26、6/16、7/21、8/25、9/15	水野 理月	火	18:00～20:30 18:30～20:30	4,950円
	いけ花 古流	4/22、5/27、6/17、7/15、8/26、9/16	北山 理光	水	14:00～16:00 17:30～20:30	4,620円
	いけばな 嵯峨御流	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	津田美智甫	1・3木	13:30～15:30	2,640円
	詩吟	4/17、5/22、6/19、7/17、8/28、9/18	宇波 龍慶	1・2・3金	13:30～15:30	3,960円
	箏と三絃と十七絃	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	森林雅楽洋	1・3木	14:00～19:00	3,960円
	民謡三味線	4/22、5/27、6/17、7/22、8/26、9/16	飛弾美津枝	水	15:30～20:30	5,720円
	はじめての津軽三味線	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	加藤 訓芳	2・4木	13:00～14:30	3,520円
	小唄と三味線	4/17、5/29、6/19、7/17、8/21、9/18	竹枝香寿々	1・3金	18:00～20:00	4,840円
	若林美智子の胡弓（入門） 若林美智子の胡弓（初級） 若林美智子の胡弓（中級） 若林美智子のおわら三味線と唄	4/23、5/28、6/18、7/23、8/27、9/24	若林美智子	木	19:00～20:00 20:00～21:00 20:00～21:00	7,920円 8,800円
	若林美智子のおわら踊り入門	4/23、5/28、6/25、7/23、8/27、9/24		2・4木	19:30～20:30	4,620円
	初めての尺八	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	東海 煌山	2・4火	18:30～20:00	3,960円
	越中おわら踊り	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	向柴千賀子	2・4火	10:00～12:00	3,300円
	土曜 やさしい日本舞踊（こども可） 土曜 やさしい日本舞踊	4/25、5/23、6/20、7/25、8/22、9/19	藤間 馨	土	9:00～10:30 18:00～19:30	6,160円
	土曜 リフレッシュ歌謡舞踊			1・3土	18:00～19:30	3,080円
	土曜 リフレッシュ歌謡舞踊・男舞専科			土	18:00～19:30	6,160円
	太鼓 入門	4/24、5/29、6/26、7/31、8/28、9/25	良鳴 竜一	金	14:30～15:20 15:30～16:20 16:30～17:20 18:10～19:00 19:10～20:00	7,040円
趣味 娯楽	楽しいハーモニカ	4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28	福井 宗豊 吉田満里子	2・4月	10:00～11:30	3,960円
	オカリナ（上級） オカリナ（中級） オカリナ（初級）	4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30	窪田比佐子	2・4水	13:15～14:15 14:15～15:15 15:15～16:15	3,740円
	アコースティックギター教室	4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30	平能 雅典	2・4水	19:30～20:30	3,960円
	ウクレレ	4/21、5/19、6/16、7/21、8/18、9/15	荒木 美幸	1・3火	11:00～12:00 18:30～19:30（中級） 20:00～21:00	3,960円
		4/22、5/27、6/24、7/22、8/26、9/30		2・4水	9:30～10:30 11:00～12:00	
	楽しい大正琴	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	任海 裕子	2・4火	10:00～12:00	4,070円
	アンサンブル大正琴	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	さわだ佳子	1・3木	10:00～12:00	3,600円
	ドラムレッスン（団体）	4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30	岩橋 秀喜	2・4水	18:30～19:30 19:30～20:30	4,620円
	シニアドラム	4/28、5/26、6/23、7/28、8/25、9/29	土合 茜	2・4火	13:00～14:00 14:10～15:10 15:15～（個人）	4,400円 4,840円
	シニアのための脳トレピアノ	4/21、5/19、6/30、7/21、8/18、9/15		1・3火	13:00～14:00 14:10～15:10 15:20～16:20	4,180円
	歌って脳トレ倶楽部～UTAKURA～	お問い合わせ下さい		2・4火	11:15～12:15	3,300円
	健康マージャン（入門・初級）	4/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	川上 浩志	2・4木	10:00～12:00 13:00～15:00	3,300円
	元気の出るカラオケ	4/24、5/22、6/19、7/24、8/28、9/18	松井 芳子	金	10:00～12:00	6,160円
	土曜 二胡（初級） 土曜 二胡（中級） 土曜 二胡（入門）	4/18、5/30、6/20、7/18、8/29、9/19	水野 麻美	1・3土	10:00～11:00 11:00～12:00 9:00～10:00	4,180円
	二胡（入門）	4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7	水野 麻美	1・3月	18:30～19:30	4,180円
		4/15、5/20、6/17、7/15、8/19、9/16		1・3水	10:00～11:00	4,180円
	カラオケ	4/22、5/27、6/24、7/22、8/26、9/16	友井賢太郎	水	15:00～16:50	6,160円
	楽しい童謡唱歌	4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7	加藤美津子	1・3月	13:30～15:00	3,080円
	カワイピアノ教室	お問い合わせ下さい	専任講師	月・火	15:00～18:30	6,050円
				木	16:00～18:30	
	土曜 Rock&English	4/25、5/23、6/27、7/25、8/22、9/26	前出 敏雄	4土	10:00～12:00	1,980円
	ゴスペルクワイヤーTAKAOKA	4/22、5/27、6/24、7/29、8/26、9/30	エリック・カスティーロ	2・4水	19:05～19:50	3,960円
	歌が上手に歌えるボイストレーニング	4/17、5/29、6/19、7/17、8/21、9/18	加藤美津子	1・3金	13:00～13:50	3,300円
	ソプラノ歌手によるボイストレーニング	4/16、5/21、6/18、7/16、8/20、9/17	谷口 琴音	1・3木	19:30～20:30	3,960円
	シニア世代の脳トレピアノ	4/20、5/18、6/29、7/6、8/31、9/7	殿村 裕紀	1・3月	10:00～11:00 11:00～12:00	4,180円
		4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28		2・4月	10:00～11:00	
	土曜 日本の名曲を歌おう	4/18、5/30、6/20、7/18、8/29、9/19	中川 美雪	1・3土	15:30～16:30	3,520円

	講座名	体験日	講師	日時（第）		受講料
趣味・娯楽	土曜 クラシック音楽を訪ねて	4/18、5/16、6/20、7/18、8/29、9/19	石井 哲夫	3土	11:00～12:00	1,650円
	占い講座	7/23、5/28、6/25、7/30、8/27、9/24	咲羅 紅	2・4木	19:00～20:30	4,620円
		4/24、5/22、6/26、7/31、8/28、9/25		2・4金	19:00～20:30	
	土曜 健康将棋	4/18、5/30、6/20、7/18、8/29、9/19	高田 彰	1・3土	11:00～12:00	2,640円
	そばを打つ	4/1、5/6、6/3、7/1、8/5、9/2	内 毅	1水	18:30～21:00	2,200円
		4/3、5/15、6/5、7/3、8/7、9/4		1金	13:00～15:00	
		4/17、5/15、6/19、7/17、8/21、9/18		3金	13:00～15:00	
	そばを打つ	4/27、5/25、6/22、7/27、8/24、9/28	道谷 悦一	4月	18:30～21:00	2,200円
	はじめての飾り巻き寿司	4/6、5/11、6/1、7/6、8/3、9/7	中根 純子	1月	13:30～15:30	2,200円
	土曜 基本のお菓子	4/4、5/16、6/6