



# 中国新聞文化センター

CHUGOKU SHIMBUN BUNKA CENTER

[イオン三原教室]  
[尾道しまなみ教室]  
[府中教室]

2024年4月～2024年9月講座案内

## イオン三原教室

三原市城町2-13-1  
イオン三原店1階

☎0848(62)9111

(受付時間…9:45～17:45/日曜・祝日は休み)

### 新講座 暮らしを楽しむテーブル煎茶

ほんの少し時間をかけるだけでおいしいお茶を入れることができます。お煎茶の作法を学びながら、季節のお菓子とともに楽しいひと時を過ごしませんか。

日本礼道小笠原流煎茶総師範  
廿日出 錦水  
第③木曜  
10:00～12:00  
3カ月 3回7,425円



### 新講座 四季を彩る フラワーアレンジメント

四季折々の花を格調高く生けて楽しめます。飾る場所やシーンに合わせたアレンジを基礎から学びましょう。

ロイヤルフラワーアレンジメント講師  
(専正池坊)  
廿日出 秀美  
第③火曜 10:00～12:00  
3カ月 3回7,425円



### 新講座 歌って 笑って 音楽体操

笑顔いっぱい楽しく行う、運動と音楽を組み合わせた音楽ケア体操です。顔や舌の運動、発声練習となつかしい遊びを使った「ながら運動」で脳と身体の活性化を目指しましょう。

(一社)国際技能・技術振興財団認定  
認知症予防音楽ケア体操指導員  
増田 裕子  
第①③木曜 13:00～14:00  
3カ月 6回15,642円



Web利用登録  
してみよう!

イオン三原教室の  
ホームページは  
こちらから

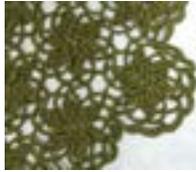


手芸・クニフト

### カスパリー編み

モチーフをつなぎ合わせるのではなく連続で編んでいきます。糸の始末がないので、表裏両面の趣きを楽しむことができます。

国際カスパリー編協会教師  
谷森 千弘  
第②木曜  
15:00～17:30  
3カ月 3回8,745円



### 手作りを楽しむ かぎばり編み

季節によって素材を変えながら、身近に使えるかわいい小物を手作りしましょう。初めての方は簡単にできるものから編んでいきます。

手編み講師  
谷森 千弘  
第①③火曜  
13:30～15:00  
3カ月 6回11,550円



### 手 あ み

基礎から始め春夏秋冬、季節に応じた素材を使って作品を完成します。

手あみ・機械あみ研究会  
講師指導員  
行武 和子  
第②④土曜  
10:00～12:00  
3カ月 6回11,550円



### パッチワークキルト(古布の手作り)

思い出の布や古布を使って、基礎パターンを学びながら、こもの、ベスト、インテリアなど楽しく作っていきましょう。

キルト工房  
布遊楽主宰  
永島 涼子  
第②④金曜  
13:00～15:00  
3カ月 6回13,530円



### ハワイアンキルト

ハワイ在住18年、現地のマスターキルター達から伝統的手法を学んだ講師が、日常使いの生活雑貨から大きな作品までサポートします。毎日の暮らしにハワイを取り入れてみませんか。

ハウオリスタジオ代表  
杉原 喜代美  
第①③月曜  
10:00～12:00  
3カ月 6回16,830円



### レザークラフト

革を素材にして小物、バッグ、インテリアetc.一緒に作ってみませんか。基礎から、カービングなどいろいろな技法を指導します。

どひレザーアートセミナー主宰  
土肥 怜子  
木曜  
10:00～12:00  
3カ月 12回  
20,460円



### 深雪アートフラワー

布から一片の花びらや葉っぱを作り、優しく柔らかく表現します。立体的な花姿にまとめた作品は、まさに芸術です。

深雪アートフラワー  
本部指定教室  
宮宗 リカ  
第①③金曜  
10:00～12:00  
3カ月 6回13,530円



### 手作り人形

抱き人形、和・洋人形。素材でかわいらしい、思わず微笑みたくなるような手作りの布人形です。

人形作家  
丸山 ちづる  
第①③水曜 10:00～12:00  
3カ月 6回10,890円



### ねんどの花と人形

いろいろな種類の粘土を使って、季節の花や愛らしい人形を作ります。小物作りから楽しみましょう。

創作紙粘土協会講師  
伊藤 智子  
第①③金曜  
13:00～15:00  
3カ月 6回13,530円



### 大人可愛いリボン刺しゅう

お花の図案が多いリボン刺しゅう。立体的でより花らしくなり、とても華やかな作品ができます。ハンドメイド制作が好きな方におすすめです。

和日本リボン刺しゅう協会本部  
講師  
逸見 順子  
第②金曜  
13:30～15:30  
3カ月 3回8,415円



絵画・デッサン・美術工芸・写真

### 油 絵

鉛筆デッサンから始めます。デッサンと並行し、油彩による油絵の描き方を手ほどきします。

日展会友  
大地 千春  
金曜 13:00～15:00  
3カ月 12回20,460円



### 水 彩 画

子どものころに描いた絵を、また始めてみませんか。楽しい水彩教室です。スケッチにも出かけます。

日本水彩画会会員  
佐藤 玉枝  
第①③水曜  
13:00～17:30  
第②④水曜  
13:00～17:30  
3カ月 6回17,820円



### 水 墨 画

水墨画の基礎である四君子から始め、掛け軸などへの作画に進んでいきます。季節の便りに素敵な絵を描き添えてもおしゃれです。

玄画会理事  
伊達 紀雪  
第①③月曜  
13:00～15:00  
3カ月 6回11,550円



### きもの着付け

初歩から学びたい方、美しく着せられるようになりたい方におすすめ。現代のセンスを取り入れた着付けにも挑戦しましょう。(着物・帯は貸出可)

前田着物きつけ教室  
正教授  
前田 倭子  
田中 美絵  
松原 智子  
第①③水曜 17:30～19:30  
3カ月 6回13,530円



### きもの着付け(研究科)

忙しい方も月1回は「きもの日」にしませんか。新しい各種帯結びを学びたい、着付けを忘れたくない、という方が対象です。

第①水曜 17:30～19:30  
3カ月 3回7,425円  
きもの着付けプロ養成コース(初心者～経験者)  
コース修了後、プロとして一人立ちできる技術が身に付きます。進度に合わせた個人指導です。  
第①③水曜 17:30～19:30  
3カ月 6回13,530円

### 楽しい絵手紙

日常生活の中で楽しく絵手紙を描いてポストインしてみませんか。

日本絵手紙協会  
公認講師  
高畦 八重子  
第①③水曜  
10:00～12:00  
3カ月 6回12,210円



### 金継ぎと蒔絵

陶磁器、漆器などの割れた部分を継ぎ、欠けた部分を成形し、金銀の化粧を施し修繕する技法をお伝えします。さらに、蒔絵で繕う技法を加えて器に新たな魅力を添えます。

漆芸伝承の会 監修  
栗原 蘇秀  
講師  
好沢 亮  
第②水曜  
14:30～17:15  
3カ月 3回10,329円



### 初心者のための写真教室

毎回、作品をお持ちいただき上達のアドバイスを行います。

中国新聞写真クラブ  
三原支部  
藤原 敏明  
第①③土曜  
13:00～15:00  
3カ月 6回11,550円



### 楽しくなる きもの着付(装道)

日本の行事について話しながら、きものを一人で着られるよう指導します。体形補正の仕方や浴衣、街着、振袖、留袖の着方からたたみ方、きものに合った帯結び等学んでいきます。(公社)全日本きものコンサルタント協会講師

金光 康子、桃井 和子  
高木 加奈  
第①③土曜  
10:00～12:00(初級)  
3カ月 6回13,530円  
13:00～15:00(中級)  
3カ月 6回14,850円



### わかる楽しいくらしのマナー

マナーは人生をより幸せに美しく生きていくための知恵であり、思いやりの表現です。冠婚葬祭、年中行事などでの言葉遣い、もてなし方など具体例をあげながら指導します。

装道礼法きもの学院  
金光康子教室  
金光 康子  
第②土曜  
10:00～11:30  
3カ月 3回7,425円



健康・ヨガ・ダンス・バレエ

### 太極拳(初級)

形を覚えるところから始めます。精神を集中させ穏やかな気持ちで、緩やかにゆったりと動いてみましょう。

C級指導員  
齋藤 興告  
月曜  
12:30~  
14:00

3カ月  
11回17,545円



### やさしいヨガ

肩こり、腰痛をやわらげ、慢性疲労や運動不足を解消しませんか。体が軽くなり、呼吸により心も落ち着きます。

米国財団法人  
国際ヨガ振興財団日本本部  
公認指導員  
藤原 典子  
金曜  
10:30~  
12:00

3カ月  
11回17,545円



### 3B体操

はつらつとした生活をおくりたい女性のための健康体操です。3種類の補助具を使い、音楽に合わせて体を動かします。

(公社)日本3B体操協会公認指導者  
谷口 典子  
土曜  
10:00~  
11:30

3カ月 11回  
16,940円



### スポーツウェルネス吹矢

吹矢式呼吸法で矢を的に飛ばします。血液循環や、冷え症の改善、ストレス解消に役立ちます。ゲーム感覚で楽しみましょう。

(一社)  
日本スポーツウェルネス吹矢協会  
公認指導員  
木曾 けい子  
第①③水曜  
14:30~  
16:00

3カ月  
6回12,210円



### かんたんエアロビクス

歩く動作を基本にした簡単なエアロビクスです。音楽に合わせて体を動かしながら、体力をつけていきましょう。

フィットネス  
インストラクター  
石川 説子  
第②④火曜  
14:30~15:30  
3カ月  
6回15,312円



### デューク更家のウォーキングエクササイズ

いつまでも元気に若々しく、美しく歩くにはどうすればよいのかアドバイスします。一緒にエクササイズしましょう。

デューク更家公認ウォーキング  
スタイリストプロフェッサー  
陣内 千鶴  
第②④金曜  
18:30~20:00  
3カ月 6回19,470円



### 体幹づくり~整えて鍛える~

呼吸を意識しながら、全身のストレッチと筋トレで体幹づくりをしていきます。姿勢が気になる人、無理のない筋トレを身につけたい人におすすめです。

健康運動指導士  
槇田 沙希  
第②④火曜  
第①③水曜  
10:00~11:00  
3カ月  
6回15,510円



### 脳と身体のストレッチ

椅子に座ってできるストレッチで体をほぐし、動かしながら脳トレすることで、脳と体の活性化が期待できます。いろいろな動きで、飽きずに続けることができます。

健康運動指導士、JCCAシニアスペシャリスト  
槇田 沙希  
第①③火曜  
10:00~  
11:00  
3カ月  
6回14,850円



### ソシアルダンス

簡単なステップからパーティで楽しめるステップまで丁寧に指導します。あなたの趣味に加えてみませんか。

田原ダンスアカデミー  
主任  
とろぶ あき  
原田 清美  
火曜  
11:30~13:00  
3カ月  
12回18,084円



### 癒やしのフラダンス

ダンス経験のない方でも気軽に始められるのがフラの良い所です。音楽に合わせて普段使わない体の部分を動かして、健康的な体づくりを目指しましょう。

九州ハワイアン協会  
インストラクター  
水馬 康江  
第②④木曜  
10:30~  
11:45  
3カ月  
6回14,982円



### 大人のバレエ

初めてでも大丈夫。レッスンで正しい姿勢を身に付け、普段使わない筋肉を意識して使うことで身体をひき締めましょう。

バレエ&ヨガStudio  
lala主宰  
大古 美織  
第①③金曜  
17:30~18:30  
3カ月  
6回14,982円



### 楽しくバレエ

大人からバレエを始めたい方、ダンスのレベルアップをしたい方、クラシック音楽にのって、優雅に踊ってみましょう。

三原シティバレエ主宰  
高砂 裕江  
安楽 葵  
木曜  
18:15~19:45  
3カ月  
12回18,744円



### やさしいベリーダンス

アラブ発祥のエキゾチックなベリーダンスは、インナーマッスルを使う、美容にも健康にも良い踊りです。基礎の動きを学び楽しく踊りましょう。

Mimmy's  
bellydance school主宰  
Mimmy  
第②④月曜  
14:30~  
15:30  
3カ月  
6回14,982円



### 池坊

草木の命と向き合い、花と人、人との和を大切にしながら稽古します。まずは自由花から始めましょう。

華道家元池坊教授  
生田 智子  
第①③火曜  
13:00~15:00  
3カ月  
6回10,890円



### 池坊

自由花の形態、表現テクニック、いけ方などの基本を身に付けましょう。月1回立花をおりませるコースもあります。

華道家元池坊華道教授  
講崎 以久代  
月曜  
13:00~15:00  
3カ月  
11回 18,150円  
25,410円  
(立花コース)



### 童謡や唱歌・抒情歌の楽しみ

楽譜が初めての方、人前で歌うのが苦手な方も大丈夫です。四季折々の懐かしい歌を一緒に歌いましょう。

音楽講師  
松島 真理子  
第①③月曜  
10:00~11:30  
3カ月  
6回12,342円



### 健康のためのボイストレーニングとコーラス

健康寿命にもつながる正しい発声や呼吸法を知ることは重要です。プロの歌手のレッスンで、童謡を歌いながら美しい歌声を手に入れませんか。

東京芸術大音楽学部声楽科卒、ソプラノ歌手  
村上 彩子  
第①③金曜  
12:30~  
14:00  
3カ月  
6回17,622円



### のむら歌謡教室

まず楽譜を利用して、基礎から練習します。発声・発音・音程など丁寧に指導します。(30分の個人レッスン)

三原文化協会  
芸能副部長  
桧垣 とし子  
第②④土曜  
12:30~  
16:00  
3カ月  
6回11,682円



### カワイ音楽教室 おとなピアノ

年齢、音楽ジャンルにとらわれない大人のための音楽教室です。(30分の個人レッスン)

#### カワイ音楽教室専任講師

月曜 15:30~20:00  
水曜 16:30~20:00  
金曜 15:30~20:00  
土曜 17:30~20:00  
(内30分)  
3カ月  
10回25,520円~46,970円(入門~上級)  
月2回コース  
20,262円~40,062円(入門~上級)



### 大人からはじめるケンハモ

その日から音を出すことができ、持ち運びも便利なケンハモ。手の置き方やマウスピースのくわえ方など、基礎から始めます。無理なく楽しく上達を目指しましょう。

SUZUKIケンハモ認定  
講師  
加下 久水子  
第②④月曜  
13:00~  
14:00  
3カ月  
6回14,982円



### 癒やしの音色オカリナ

癒やしの音色が人気です。みんなでお楽しみましょう。

オカリナ講師  
松林 路恵  
第②④火曜 10:30~11:30(中級)  
11:30~12:30(初級)  
3カ月 6回11,682円



### マンドリン

楽器の持ち方など基礎から学びます。簡単な合奏を少しずつ取り入れ、音を合わせる喜びが味わえます。心豊かな生活を一緒に楽しみませんか。

ロゼッタ・マンドリーノ代表  
田口 直樹  
第②④木曜  
14:00~  
15:30  
3カ月  
6回14,982円



### 二胡を楽しむ(グループレッスン)

初心者のための基本講座です。二胡と弓の持ち方を丁寧に指導します。3カ月くらいで簡単なメロディーが弾けるようになります。

二胡演奏家  
◎DEN SEN  
日本二胡普及会専任講師  
藤岡 一郎  
第①③水曜  
10:30~12:00(初級)  
13:00~14:30(中級)  
14:30~16:00(初級)  
3カ月 6回20,262円



### キーボードピアノ(グループレッスン)

はじめての方も、両手で弾けるように、指の動かし方、楽譜の読み方など、基礎からお伝えします。簡単な曲から始めましょう。

ピアノ講師  
松島 真理子  
第①③水曜  
10:00~11:30  
11:45~13:15  
3カ月  
6回12,342円



### 嵯峨御流

花を生けることにより報恩感謝の心を養います。この授業を通じ、技と共に潤いのある心のふれあいを深めます。

嵯峨御流三原所長  
大枝 美紀甫  
第①③土曜  
10:00~  
12:00  
3カ月  
6回10,890円



### 暮らしを楽しむ生け花

生け花を気軽に楽しんでみませんか。まずは基本を身に付け、四季折々の花を自分らしく生けてみましょう。

嵯峨御流正教授  
中野 剛甫  
第①③水曜  
13:00~  
15:00  
3カ月  
6回10,890円



### 幸せを運ぶプリザーブドフラワー

美しい花を長い間楽しめて、ギフトにもインテリアにもできるのが魅力です。さあ、一緒にアレンジしてみましょう!

フェリシテフラワー  
マスター  
藤田 祥子  
第④水曜  
13:00~  
15:00  
3カ月  
3回7,425円



### テーブルで楽しむお抹茶教室

イスに座ってお茶をたてる「立礼式」や「盆点」の講座です。気軽にお茶を楽しみませんか。

表千家教授  
大森 尚美  
第①火曜  
10:00~  
12:00  
3カ月  
3回7,425円



いけばな・フラワー

音楽・楽器

書道

### 書道漢字(総合)

はじめての方は、基礎から指導します。実用書から芸術書まで希望に応じます。生涯学習として一緒に学びましょう。

日展会友  
**林 桂翠**  
第①③土曜  
第②④木曜  
10:00～12:00  
3カ月  
6回13,530円



### 仮名・漢字

仮名は半懐紙に和歌、俳句を書いています。漢字は書道雑誌に月例競書作品を、また1年に1度のシルバー展に出品しています。

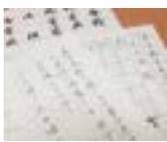
書芸院一科審査員  
**三宅 洋子**  
第②④月曜  
10:00～12:00  
第②④水曜  
10:00～12:00  
3カ月  
6回12,210円



### ボールペン習字・実用書

ひらがなカタカナ、漢字などの基礎から始めます。のしの表書き、芳名帳の書き方、その他筆ペンまで指導します。

日本書写硬筆技能一級  
**橋本 秋華**  
第①③④木曜 10:00～12:00  
3カ月 9回14,355円



### カワイ音楽教室 こどもピアノ

「個」と「表現」を大切にレッスンします。カワイオリジナルテキスト「サウンドツリー」を使用します。3歳児向けのソルフェージュコースもあります。(30分の個人レッスン)

**カワイ音楽教室専任講師**  
月曜 15:30～20:00  
水曜 16:30～20:00  
金曜 15:30～20:00  
土曜 17:30～20:00(内30分)  
3カ月  
10回23,870円～32,120円(入門～上級)  
9回27,126円(ソルフェージュコース)

### カワイ体育教室

幼児児童期にさまざまな動きの運動を経験すると、自分の体をコントロールする能力が身に付きます。

**カワイ体育教室専任講師**  
火曜 16:15～17:05(幼児コース)  
17:15～18:15(チャレンジコース)  
18:30～19:30(チャレンジコース)  
3カ月 10回20,350円



### はじめてのペン習字

自分の名前、住所が手書きで美しく書けるよう、ゆっくり練習します。きれいな見せるコツなど、少しずつ覚えていきます。

硬筆書写講師  
**藤田 祥子**  
第②④水曜  
10:30～12:00  
3カ月  
6回12,210円



### 伝筆教室 夢

伝(つて)が広がる伝筆。筆ペンを使って、ユニークであたたかい文字を描いてみませんか。季節感のあるカレンダーとはがき作品を毎回完成させます。

(一社)伝筆協会認定講師  
**松川 裕子**  
第③火曜  
13:30～15:00  
3カ月 3回8,415円



### 学び直し 書写書道

「NHKわくわく授業」にも出演した講師が、小学校教員の経験を生かして楽しく分かりやすく教えます。レベルに合わせて個別指導します。

比治山大・安田女子大  
広島大非常勤講師  
**藤井 浩治**  
第②④金曜  
10:00～12:00  
3カ月  
6回13,530円



### 楽しい子どもバレエ

バレエは楽しい!もっとたくさん踊りたい!と思う心を育てます。音楽を聞いて身体を動かす事を基礎から教えていきます。

三原シティバレエ主宰  
**高砂 裕江、安樂 葵**  
木曜 17:15～18:15  
3カ月 12回18,744円



### 子どもの絵画造形教室

子どもたちの描きたい、作りたいという心を育て、読みとり、共感することで、自信がつけやすいききと創作に取り組みます。

カワイ絵画造形教室講師  
**近藤 文恵**  
第④土曜  
10:00～12:00  
13:00～15:00  
3カ月  
3回7,425円



邦楽

### 箏曲生田流筑紫会

箏の名称や楽器の扱いなどの基本から学びます。(30分の個人レッスン)

飛梅司大師範 師範  
**木村 歌勝 天満 歌音**  
第①③土曜 14:30～20:00  
3カ月 6回14,982円



### 大正琴(琴成流)

初めての人も2、3曲はアンサンブルで楽しんでみてください。すぐに弾けるよう指導します。

琴成流総師範  
**山本 陽華**  
第②④土曜  
13:00～15:00  
15:00～17:00  
3カ月  
6回12,342円



### しの笛

音を初めて出すことから、しの笛の基本を学びます。6カ月を過ぎる頃には簡単な曲が吹けるよう指導します。

こでまりの笛会主宰  
**船尾 真理子**  
第②④水曜  
13:00～15:00  
3カ月  
6回13,002円



### こども将棋教室

コマの動かし方やルールから始め、対局のあいさつ、マナー、片付けも指導します。

日本将棋連盟公認棋道指導員  
**村田 敏**  
第②④水曜 17:00～18:00  
3カ月 6回11,550円



### 正しく書こう子ども書道(毛筆・硬筆)

毛筆では筆順や筆遣いを学び、上達とともに書道に親しむ心情を育てます。硬筆では、「文字を正しく整えて書く」ということを目標にひらがなや漢字を学んでいきます。

公立小学校書写指導講師  
**山路 花玲**  
第①②③金曜  
17:00～18:00  
3カ月  
9回17,325円



趣味・習いごと

### 大人の脳トレ!?将棋のすすめ

初級はコマの動かし方、作法やルールをお伝えします。中級は実践を交えながら、レベルに合わせてアドバイスします。楽しみながら上達を目指しましょう。

日本将棋連盟公認棋道指導員  
**村田 敏**  
第②④水曜  
10:00～11:00(初級)  
11:00～12:00(中級)  
3カ月  
6回12,210円



### ハーブ&アロマセラピー

ハーブの植物、オイルを使った体にやさしい利用法を学びます。ストレス解消法、コスメグッズなど癒やしの講座です。ライセンスも取得でき、講師としての道も開けます。

ハーブ&アロマスクール代表  
**大藤 乃利子**  
第①金曜  
13:00～14:30  
3カ月  
3回7,425円



### 暮らしに役立つ薬膳養生

薬膳料理や食養生など、薬膳素材の働きや組み合わせを学びます。希望により上級(オンライン受講)や薬膳インストラクター資格取得にも対応します。

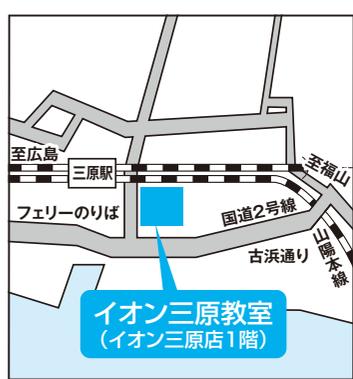
中医薬膳学院主宰、国際中醫師  
国際中医薬膳師  
**原口 陽子**  
第①月曜  
10:00～11:30(初級)  
12:00～13:30(中級)  
3カ月  
3回6,765円



### 自分らしい文章の書き方

相手に明確に伝わり、かつ読みやすい文章をつづるにはコツがあります。表現力を磨き、メールなど日常の場面でも生かせるように学びます。

フリーライター  
**國安 ひろみ**  
第④水曜  
13:00～15:00  
3カ月  
3回7,425円



### みんなで歌おう

愛唱歌、叙情歌、民謡の中から人気の曲などを一緒に楽しく歌いませんか。正しい発声時の呼吸法についても指導します。

尾道市民合唱団团长・指揮者  
**景山 勝博**  
第①③水曜  
13:00～14:30  
3カ月  
6回15,972円



### シャンソンをおしゃれに歌おう

スタンダードなシャンソンを中心にレッスンします。一緒に楽しく歌いましょう。

日本シャンソン協会正会員  
**瀬川 澄**  
第①③水曜  
15:00～16:30  
3カ月  
6回15,972円



### 健康のためのボイストレーニングとコーラス

ストレッチで体をほぐし発声練習をします。童謡や叙情歌、讃美歌などさまざまな曲を歌いましょう。正しい発声を身に付けると音域が広がり、歌うことが楽しくなります。

ソプラノ歌手  
東京芸術大音楽学部声楽科卒  
**村上 彩子**  
第③金曜  
15:30～17:00  
3カ月 3回8,811円



尾道しまなみ教室のホームページはこちらから



**気になる講座は「見学」を**

見学後 10日以内の入会で **500円** キャンシュバック!

連続講座を1講座30分500円(税込み)で見学いただけます。講座の内容や雰囲気を実際に見て、自分にぴったりの講座を見つけるチャンスぜひご利用ください。10日以内に見学講座へ入会されると500円を返金いたします。  
※一部見学いただけない講座もあります。(見学は1講座1回限り)

まずは各教室にお電話でお問い合わせください。

### 水彩スケッチ～尾道を描く～

尾道の街、港、家並みを、1回1枚を目標に描き貯めていきます。個人のレベルに合わせて必要に応じて技術指導します。

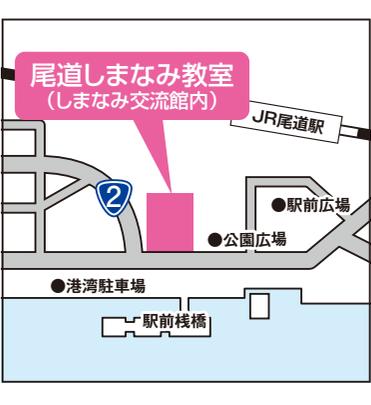
日本水彩画会会員  
**山口 幸弘**  
第①③木曜  
10:00～12:00  
3カ月  
6回12,210円



### 毛筆・硬筆

希望に応じた指導をします。四季折々、生活の中の書にも触れていきます。

芦辺書苑副理事長  
**大田 美州**  
第①③金曜  
15:30～17:00  
3カ月  
6回12,210円



**入会のご案内**

●受付/入会金2,200円(有効期間は1カ年、2年目からは年会費550円)と受講料を添えて、直接お申し込みください。入会金・年会費は理由のいかんを問わずお返しできません。●受講料/3カ月分の前納制です。受講料には各施設管理費が含まれます。事前にご予約の上、10日以内のご入金が必要です。ご入金いただいた受講料は、原則お返しできません。講座により別途教材費、テキスト代が必要です。●講座日/原則として毎週講座は3カ月11回もしくは12回、隔週講座は3カ月6回、月3回講座は3カ月9回で設定しています。●講座日・時間は、変更の講座もあります。詳しくは受付へお問い合わせください。●講座によっては満席などにより途中入会できない場合があります。●受講生が一定数に達しない時は講座を中止させていただくことがあります。●◎印は名誉講師で常勤ではありません。●子どもの対象は年長から小学生までです。●入会や受講の申し込み時にお名前、住所、電話番号などを伺いますが、これらの個人情報は弊社の定める「個人情報に関する管理規定」に沿って適法かつ適正に取扱いいたします。

◆の講座は、1回のみ体験受講が可能です。体験受講は、会員以外の方も受講できます。電話予約の上、事前に窓口で受講料を現金でお支払いください。30分500円で見学も可能です(1講座1回のみ)。詳しくはお電話でお問い合わせください。

音楽・楽器

### シニアのための脳トレピアノ

指1本から楽しく弾けます。歌やリズムに合わせてゲーム感覚で体を動かしたり、ピアノを弾いたりしながら楽しくレッスンします。

ピアノゆうゆう塾広島東支部長  
エグゼクティブ認定講師

酒井 容子  
第②④木曜  
10:00~  
11:30

3カ月  
6回16,962円



### 癒やしの音色オカリナ

癒やしの音色が人気です。みんなでアンサンブルを楽しみましょう。

オカリナ講師  
松林 路恵  
第①③木曜  
13:30~  
14:30

3カ月  
6回11,682円



### 大人からはじめるケンハモ

その日から音を出すことができ、持ち運びも便利なケンハモ。手の置き方やマウスピースのくわえ方など、基礎から始めます。無理なく楽しく上達を目指しましょう。

SUZUKIケンハモ認定  
講師  
加下 久水子  
第①③月曜  
10:00~11:00(初級)  
11:00~12:00(入門)  
3カ月 6回14,982円



### マンドリン

楽しい合奏で初心者も気軽に演奏できます。曲をマスターするたびに喜びも倍増します。

ロゼッタ・マンドリン代表  
田口 直樹  
第①③金曜 13:30~15:00  
3カ月 6回14,982円



### 二胡を楽しむ(グループレッスン)

音を出す事から始まり、童謡など短く簡単な曲を多く練習して技術を習得します。

二胡演奏家  
◎DEN SEN  
日本二胡普及会専任講師  
藤岡 一郎  
第②④木曜  
13:30~15:00(中級)  
15:00~16:30(初級)  
3カ月  
6回20,262円



健康・ヨガ・ダンス

### リラックス気功

ストレス社会に疲れたあなたにお勧めします。気功体操でリラックスしましょう。

中国道家医学気功八卦循環功

◎宮崎 裕子  
升谷 友美

第①③土曜  
10:00~  
11:30

3カ月  
6回12,210円



### やさしいヨガ

肩こり、腰痛をやわらげ、慢性疲労や運動不足を解消しましょう。体が軽くなり、心も落ち着きます。

米国財団法人  
国際ヨガ振興財団  
日本本部公認指導員  
藤原 典子  
ほか

金曜  
13:30~15:00  
3カ月  
11回17,545円



### いきいきヨガ

ヨガは何歳からでも始められる運動です。いきいきと健康な体で過ごしていくことが目的です。

ヨガインストラクター  
石川 説子

第①③木曜 14:00~15:00  
3カ月 6回15,180円



### はつらつ3B体操

運動不足解消に健康体操はいかが。ボール、ベル、ベルターを使って生き生きライフを。

(公社)  
日本3B体操協会  
公認指導者  
橘高 美根子

木曜  
10:15~  
12:15  
3カ月  
11回16,940円



### ソシアルダンス

パーティーでさっそうと踊れるとどんなに素敵でしょう。あなたが主役です。華麗に踊りましょう。

田原ダンスアカデミー 主任  
山田 亮、佐伯 梯子

水曜  
10:00~11:30  
13:00~14:30  
土曜  
15:30~17:00  
3カ月 12回18,084円



話し方・コミュニケーション

### 気持ちがきちんと伝わる話し方

ことば美人で、好印象に。言葉の選び方や気遣いのルールをお話しします。

フリーアナウンサー  
橋本 美佐

第②④木曜  
18:30~20:00  
3カ月  
6回10,890円



### 総合書道

「漢字、かな、細字、詩文書、創作書、古典」が学べます。実力に応じて指導します。

奎星会会員  
伊豆田 敬文

金曜  
10:15~12:15  
18:00~20:00  
3カ月  
11回19,965円

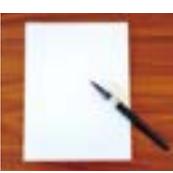


### 筆ペン(速成)

筆ペンを日常使いにしましょう。10のこつを3カ月で伝授します。継続受講も可能です。

奎星会会員  
伊豆田 敬文

金曜  
10:15~12:15  
18:00~20:00  
3カ月  
11回17,545円



### ペン ボールペン(速成)

ボールペン字で、どんな文字でも美しく書ける10のこつを3カ月で伝授します。

奎星会会員  
伊豆田 敬文

金曜  
10:15~12:15  
18:00~20:00  
3カ月  
11回16,335円



### 基礎からの手書き文字

美しい文字は「正しく書く」ことから始まります。希望の筆記具を使い、その場で書いた文字を、その都度添削しながら、こつやポイントを説明します。

紫雲書道会師範  
谷川 かおり

第①③水曜  
13:00~15:00  
3カ月 6回13,860円



### 良い人間関係をつくる話し方&ビジネス暮らしのマナー

会話力を磨く話し方、聞き方とマナーの基礎を学びます。発声練習、スピーチ実習など実践中心の講座です。

話力主任講師  
ビジネスマナーアドバイザー  
森 富代

第②土曜  
13:00~15:00  
3カ月 3回8,415円



### 水彩画

6号のスケッチブックに透明水彩絵の具で花や果物・野菜などを描きます。時には外で風景を描くこともあります。

水彩画講師  
桑田 豊美

木曜  
15:30~17:30  
3カ月  
11回18,150円



### 油絵

心と心を描いて人生を楽しみませんか。キャンバスの張り方から下塗りの方法など、基本からアドバイスします。

新日本美術協会  
名誉会員  
前原 専二

土曜  
18:00~  
20:00  
3カ月  
11回18,150円



### 楽しい木彫り

一彫り一彫り進め、作品を完成させましょう。基礎の後には、自由制作に挑戦します。漆仕上げの相談にも応じます。

木彫り工房「森の家」主宰  
森川 捺男

第①③土曜  
13:00~  
15:00  
3カ月  
6回16,830円



手芸・クラフト

### 編み物

さまざまな編み方を学んで、自由な色で好みの作品を作りましょう。一本の糸が平面または立体的になる編み物の不思議を味わってください。

編み物講師  
田辺 久子

第①③土曜  
10:15~12:15  
3カ月  
6回12,210円



### 楽しみながらパッチワーク

毎日の生活で使える実用的な作品を、3カ月に2つを目安に作ります。ベッドカバーなどの大作やバッグ作りも可能です。

(財)日本手芸普及協会認定パッチワーク・キルト講師

河本 順子

第②④水曜  
13:00~  
15:00  
3カ月  
6回12,210円



### 大人可愛いリボン刺しゅう

お花の図案が多いリボン刺しゅう。立体的でより花らしくなり、とても華やかな作品ができます。ハンドメイド制作が好きな方におすすめです。

(財)日本リボン刺しゅう協会本部講師

逸見 順子

第②金曜  
10:00~  
12:00  
3カ月  
3回8,415円



邦楽

### 生田流箏曲

日本の伝統芸能「お箏」に親しみましょう。レベルに合わせて指導します。

宮城社大師範  
下川 京子

月曜 10:15~12:15  
3カ月 11回20,207円  
※40分程度の個人レッスン



### しの笛

6カ月過ぎる頃には簡単な曲をマスターできます。作譜もお手伝いします。

こでまりしの笛会主宰  
船尾 真理子

第②④金曜  
13:00~15:00  
3カ月  
6回13,002円



いけばな

### 池坊

「和と美の精神」を基本に、草花の清らかさや生命力を表現します。

池坊華道会府中支部  
中谷 郁枝

月曜  
15:30~17:30  
18:00~20:00  
3カ月  
11回18,150円



### 嵯峨御流

コップに入れる一輪の花から伝承の花までの、多様な様式から自然の懐を感じましょう。

嵯峨御流華道芸術学院  
副学院長  
唐川 幸洲

土曜  
15:30~17:30  
3カ月  
12回19,140円



着付け

### 近代和装 楽しい着つけ教室

民俗衣装の中で、とりわけ美しいといわれる着物。分かりやすく教えます。

京都きもの学院  
きものコンサルタント  
学院長代理  
内海 愛子

月曜  
13:00~15:00  
3カ月  
11回18,150円



### 講師募集

それぞれの分野でご活躍中の講師の方々を募集しております。経歴書(顔写真付)と、講座(作品)内容のわかる資料・写真を同封の上、ご送付ください。後日、担当者から連絡させていただきます。なお、いただいた資料・写真は返却できませんので、ご了承ください。

【履歴書送付先】  
〒730-0011  
広島市中区基町6-78基町クレド10階  
中国新聞文化センター・講師募集担当宛



府中教室の  
ホームページは  
こちらから→

