

今日から学んで
自分プラス

- ・テキスト・材料費等は受講料には含まれません。
- ・持参品など受講する講座で必ずご確認ください。

文化教養・健康増進講座

(レギュラー講座)

ご見学可能です 要事前予約

さまざまなジャンルから、興味のあることをじっくり学べます。

各講座の詳細は下記QRコードから

1～12

外国語を
学びたい



13～22

知識や教養を
深めたい



23～28

手づくり
チャレンジ



29～38

体を動かして
リフレッシュ



1 英会話・Intermediate I・II

【開講日】木曜日
【回 数】各12回
【時間帯】Ⅰ/13:00～14:30
Ⅱ/15:00～16:30
【定 員】各15名
【受講料】各18,000円
※テキストは講師よりご案内

講師/アンソニー・ディアゴスティーノ

福岡工業大学短期大学部非常勤講師

スケジュール	4月	6・20
	5月	11・18
	6月	1・15
	7月	6・20
	8月	3・24
	9月	7・21



13 俳句 水曜日クラス RENEWAL

【開講日】水曜日
【回 数】6回
【時間帯】13:00～15:00
【定 員】10名
【受講料】9,000円

講師/山本 則男

俳人協会会員、現代俳句協会会員、「星」第一人、
「空」、「天職通信」、「ロマンコソティ」同人

スケジュール	4月	5
	5月	10
	6月	7
	7月	5
	8月	2
	9月	6



14 俳句 木曜日クラス

【開講日】木曜日 【回 数】6回
【時間帯】10:00～11:30
【定 員】12名 【受講料】9,000円

講師/田中 葉月

現代俳句協会会員、「星」同人、
「遠歌」同人

スケジュール	4月	20
	5月	18
	6月	15
	7月	20
	8月	24
	9月	21



講座内 1日体験

【日 時】3/16(木) 13:00～15:00
【受講料】1,000円

3 おもてなし英会話 初級クラス NEW

【開講日】金曜日 【回 数】12回
【時間帯】10:00～12:00
【定 員】15名
【受講料】24,000円
※テキストは講師よりご案内

講師/宮下 純

通訳・翻訳業

スケジュール	4月	7・21
	5月	12・26
	6月	1・15
	7月	7・21
	8月	4・25
	9月	8・22



1日体験あります！

15 美文字講座

【開講日】土曜日 【回 数】12回
【時間帯】10:00～12:00
【定 員】20名 【受講料】15,000円
【持参品】水性ボールペン・マット
(やわらかい下敷)

講師/萱野 意丁

読売新聞社常任理事、
日本書院評議員、日展委員

スケジュール	4月	15・22
	5月	13・27
	6月	10・24
	7月	8・22・29
	8月	26
	9月	9・16



※700円程度(トレース用・消書用の紙、
テキスト及び資料など)、
希望者には道具販売

4 おもてなし英会話 中級クラス NEW

【開講日】土曜日 【回 数】12回
【時間帯】10:00～12:00
【定 員】15名
【受講料】24,000円
※テキストは講師よりご案内

講師/宮下 純

通訳・翻訳業

スケジュール	4月	8・22
	5月	13・27
	6月	10・24
	7月	8・22・29
	8月	26
	9月	9・16



1日体験あります！

16 詩吟

【開講日】金曜日 【回 数】18回
【時間帯】13:30～15:30
【定 員】10名
【受講料】13,500円
【持参品】筆記具
※テキストは講師よりご案内

講師/前田 千代子

香雲社 総幹事

スケジュール	4月	7・14・21
	5月	12・19・26
	6月	2・9・16・23
	7月	7・14・21
	8月	4・25
	9月	8・15・22



17 絵画教室・あとリエ 午前クラス・午後クラス



【開講日】金曜日 【回 数】各20回
【時間帯】午前クラス/10:00～12:30
午後クラス/13:00～15:30
【定 員】各20名

講師/眞田 則幸

国際美術連盟会員、
日本美術家連盟会員、あとリエ主宰

【受講料】各30,000円
【持参品】当面講師が準備、必要に応じて別途案内
※材料費実費

講座内 1日体験

【日 時】3/24(金) 10:00～12:30
【受講料】1,000円 ※材料費実費

18 水彩画・絵はがき教室



【開講日】水曜日 【回 数】8回
【時間帯】10:00～12:00
【定 員】20名 【受講料】16,000円

講師/眞田 則幸

国際美術連盟会員、
日本美術家連盟会員、あとリエ主宰

【持参品】材料をお持ちでない方は、
初回に講師より説明いたします
※講座は水彩画・パステル画教室と合同で実施します。

講座内 1日体験

【日 時】3/15(水) 10:00～12:00
【受講料】1,000円 ※別途材料費500円程度

赤字は本講座のみで実施

19 油彩画・パステル画教室



【開講日】水曜日 【回 数】8回
【時間帯】10:00～12:00 【定 員】12名
【受講料】16,000円
【持参品】材料をお持ちでない方は、初回に講師より
説明いたします
※講座は水彩画・絵はがき
教室と合同で実施します。

講師/眞田 則幸

国際美術連盟会員、
日本美術家連盟会員、あとリエ主宰

講座内 1日体験

【日 時】3/22(水) 10:00～12:00
【受講料】1,000円 ※別途材料費500円程度

赤字は本講座のみで実施

20 薔ベンでスケッチ！ 火曜日クラス・土曜日クラス



【開講日】水曜日 【回 数】12回
【時間帯】10:00～12:00 【定 員】12名
【受講料】24,000円
【持参品】材料をお持ちでない方は、初回に講師より
説明いたします
※講座は水彩画・絵はがき
教室と合同で実施します。

講師/中村 洋一

薔ベン画家

火曜日クラス

【開講日】火曜日 【回 数】12回
【時間帯】10:00～12:00 【定 員】12名
【受講料】24,000円
【持参品】材料をお持ちでない方は、初回に講師より
説明いたします
※講座は水彩画・絵はがき
教室と合同で実施します。

講師/中村 洋一

薔ベン画家

土曜日クラス

【開講日】土曜日 【回 数】6回
【時間帯】10:00～12:00 【定 員】6回
【受講料】12,000円
【持参品】材料をお持ちでない方は、初回に講師より
説明いたします
※講座は水彩画・絵はがき
教室と合同で実施します。

講師/中村 洋一

薔ベン画家

スケジュール

スケジュール	4月	11・25	土曜	8
	5月	9・23		13
	6月	13・27		10
	7月	11・25		8
	8月	8・22		26
	9月	12・26		9

1日体験あります！

21 フルーツ教室 Aクラス・Bクラス

【開講日】金曜日 【回 数】各12回
【時間帯】以下のいずれかが固定の時間帯
(1レッスン40分間)

講師/工藤 萌

フルード実習

- ① 10:00～10:40 ② 13:00～13:40 ③ 15:00～15:40
④ 10:40～11:20 ⑤ 13:40～14:20 ⑥ 15:40～16:20
⑦ 11:20～12:00 ⑧ 14:20～15:00 ⑨ 16:20～17:00

【定 員】個人レッスン(全18名) 【受講料】各30,000円
【持参品】フルード・楽譜・筆記用具
フルード購入希望者は
ご相談ください

講座内 1日体験

【日 時】申し込みフォームで
ご確認ください
【受講料】1,000円

※水曜日です

22 ディプロマ*も目指せる花教室 基本クラス・トレンドデザインクラス



講師/

フラワークリエイション・
祥栄
フラワーデザイン検定
試験審査委員
東京国際花道振興会
専任講師指導員、
草月流いけ花師範

※ディプロマ(修了証)に
ついて
・申請料5,500円程度
・8回受講が条件
・発行:「公益社団法人
日本フラワー
デザイナー協会」
※詳しくは講師にお尋ね
ください。

【開講日】水曜日 【回 数】各6回
【時間帯】基本クラス/13:00～14:30
トレンドデザインクラス/14:30～16:20
【定 員】各10名 【受講料】各12,000円
【持参品】ハサミ
(注文も受け付けます 2,100円程度)・
作品持ち帰り袋
※花材教材実費(1,500～3,500円前後)

1日体験あります！

23 フラワーペインティング Aクラス・Bクラス



講師/安藤 美彌子

フリンピアハウス講師

【開講日】木曜日
【回 数】各6回
【時間帯】10:30～15:30
【定 員】各10名
【受講料】各19,800円
【持参品】エプロン・絵具・筆

※1作品あたり1,000～2,000円、
希望者のみスターターセット
(絵具・筆等)10,000円程度、
カリキュラム代2,000円

1日体験あります！

24 ポリクレイ



講師/西田 章子

ミカホンアカデミー講師

【開講日】火曜日
【回 数】6回
【時間帯】10:00～12:30
【定 員】10名
【受講料】12,000円
【持参品】エプロン・筆記具・ラップ
作品を入れて持ち帰る箱
ローラー・ものさし

※道具代500円程度、
初回粘土代2,000～3,000円、
以降必要な色を追加

1日体験あります！

25 シルバークレイ 月1回クラス・月2回クラス



講師/西田 章子

ミカホンアカデミー講師

【開講日】火曜日 【時間帯】10:00～12:30
【定 員】各10名
【持参品】エプロン・おしぼり・筆記具
※基本道具3,000円程度、純銀粘土、
ペースト計20,000円(約10個分)
※銀の相場により変動

1日体験あります！

※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

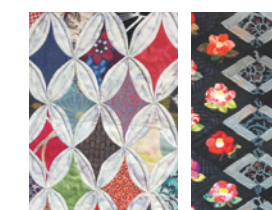
【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

【月1回クラス】
【回 数】6回
【受講料】9,000円
※講座は月2回クラスと合同で
実施します。

【月2回クラス】
【回 数】12回
【受講料】18,000円
※講座はポリクレイ、月1回クラスと
合同で実施します。

28 和のパッチワーク



講師/柴田 輝子

公益財団法人
日本手芸協会 協会
パッチワークキルト・講師会員
東京国際キルトフェスティバル
にて「優秀なキルト作家」
【パッチ部門1位】受賞

【開講日】火曜日
【回 数】12回
【時間帯】10:00～12:30

【定 員】12名 【受講料】21,000円
【持参品】裁縫道具・筆記用具
※着物地・はぎれをお持ちでない方は
月1,000円～・他プリント代(図柄)

1日体験あります！

29 アイアンガーヨガ

【開講日】火曜日 【回 数】20回
【時間帯】10:00～11:30
【定 員】10名 【受講料】30,000円
【持参品】運動のできる服装
※マット・ベルト(ご希望の方は、購入可能)

講師/寺本 三鈴

アイアンガーヨガ協会認定講師
(国際ライセンス)

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！

1日体験あります！