



一宮地域文化広場

前期

文化教室生募集



平成30年度 前期 文化教室

一宮地域文化広場

番号	教室名	定員	実施予定												回数	時間	曜日	受講料(円)					
			月	日	月	日	月	日	月	日	月	日	月	日									
1	石田流 生け花	30	17	24			15	22	29			5	12	19	26		10		10	A	火	4,100	
2	パッチワークキルト	30	17				8	22				5	19				3	10	7	A	火	3,600	
3	フラダンス	15	17	24			8	15	22	29			5	12	19	26			10	A	火	5,100	
4	池坊 生け花	30	18	25			9	16	23			6	13	20	27		4		10	A	水	4,100	
5	アートフラワー	20	11	25			16	30				13	27				11		7	A	水	3,600	
6	ベーシックヨガ	15	11	18	25			9	16	23	30		6	13	20				10	A	水	5,100	
7	手 編 み (1)	20	11	25			16	30				13	27						6	P	水	3,100	
8	手 編 み (2)	20	18				9	23				6	20				4		6	P	水	3,100	
9	陶 芸	30					9	16	23	30		6	13	20					7	P	水	3,600	
10	ヒーリングヨガ	15	12	19	26			10	17	24	31		7	14	21				10	P1	木	5,100	
11	ハタヨガ	15	12	19	26			10	17	24	31		7	14	21				10	P2	木	5,100	
12	茶 道 (表千家)	20	12	19	26			10	17	24	31		7	14	21				10	A	木	4,600	
13	茶 道 (裏千家)	20	19	26				10	17	24	31		7	14	21	28			10	P	木	4,600	
14	書 道 (1)	40	12	26			17	31				14	28				12		7	A	木	3,600	
15	書 道 (2)	40	19				10	24				7	21				5	19	7	A	木	3,600	
16	水彩画 (1)	20	4	12	26		5	17	31		6	14	28			7	12		7	A	木	3,600	
17	水彩画 (2)	20	19				10	24				7	21				5	19	7	A	木	3,600	
18	健康太極拳	20	12	19	26			10	17	24	31		7	14	21	28	5		12	A	木	6,200	
19	韓 国 語	20	12	19	26			10	17	24	31		7	14	21				10	P	木	4,100	
20	水 墨 画 (1)	20	20				18					1	15	29			6	20	7	A	金	3,600	
21	水 墨 画 (2)	20	13	27			11	25				8	22				13		7	A	金	3,600	
22	バレトン	15	13	20	27			11	18	25			1	8	15	22			10	A	金	5,100	
23	デジカメ入門	20	13	20	27			11	18	25			1	8					8	P	金	4,100	
24	骨盤エクササイズ	15	13	20	27			11	18	25			1	8	15	22			10	P	金	5,100	
25	リラックスヨガ	15	14	21	28			12	19	26			2	9	16	23			10	A	土	5,100	
26	大 正 琴	20	14	28			12	26				9	23				7		7	A	土	3,600	
27	英語の勉強室	30	14	21	28			12	19	26			2	9	16	23			10	A	土	4,100	
28	英語会話	30	14	21	28			12	19	26			2	9	16	23			10	P	土	4,100	
29	はじめてのパソコン (ワード)	20	22	29			13	20	27			3							6	A	日	3,100	
30	身につけるパソコン (エクセル)	20										10	17	24			1	8	15	6	A	日	3,100

※A=午前9時30分~11時30分 (パソコンは12時)

P=午後1時~3時 (デジカメは3時30分) P1=午後1時~2時 P2=午後2時10分~午後3時10分

※受講料のほかに教材費が必要な教室もあります。

※受講料には消費税が含まれます。

新規申し込み受け付け 4月8日(日) AM9:30

場 所 一宮地域文化広場有隣会館(一宮市時之島字玉振1番地1) 電 話 51-2180

※受講料を添えてお申し込みください。※受け付け開始時間に定員を超えている場合は、抽選です。

番号	教室名	活 動 内 容 等
1	石田流 生け花	生け花の基本から応用まで、初心者の方にも楽しくわかりやすく、講義と実技をおりまぜて指導します。本科から始め、研究科に進みます。希望すれば家元の免状も取得できます。
2	パッチワーク キルト	色の取り合わせを工夫しながら、小さな布を縫い合わせ、タペストリー・バッグ・人形などを制作します。材料費は制作する物によって異なります。
3	フラダンス	フラダンスは、古代ハワイ人が海、風、花等のハワイの自然を表現したものです。心地よいハワイアンソングに合わせて、無理なく体を動かすところから始めましょう。
4	池坊 生け花	はじめに、先人から受け継いだ生花・盛花・投入れを学び、自由花は、自分の思うように気楽に楽しく生けます。お花を通じて仲間をつくり、楽しみながら心豊かに暮らしましょう。
5	アート フラワー	布による花の制作で、微妙な自然の花の色の取り合わせを表現します。布花には、花、葉、がく、茎とそれぞれにバランスよく色を合わせ、染色します。
6	ベーシック ヨガ	ゆったりした呼吸で、心身ともにリラックスしましょう。身体の歪みを矯正し、肩こり、腰痛などの不調も改善します。アンチエイジング効果もあります。ご都合のよい方をお選びください。
7,8	手編み (1)(2)	ニットのすばらしさ、糸一本から夢がふくらみます。小物からウエアー物まで、オリジナルニットでおしゃれを楽しみましょう。材料費は制作する物によって異なります。
9	陶 芸	「楽しく自由につくる」をモットーに、2つのコースをご用意しました。①基本技能習得コース②自由作陶コース、ご希望のコースをお選びください。
10	ヒーリング ヨガ	「いやし」をテーマにした座位や仰向けポーズを中心にして、体をリラックスさせます。体が緩むと呼吸が深くなり、自律神経の調整に効果的です。体力に自信がない方、初心者歓迎です。
11	ハタヨガ	基本的ポーズを組み合わせ、「丹田」に効かせます。内側から代謝が上がるのを実感しましょう。また、立位のポーズで体幹・下半身の筋力アップも期待できます。レベルアップ待望者向けです。
12	茶 道 (表千家)	表千家茶道は作法を学び、茶の湯を楽しみながら日本の心を伝えていきます。習い事の多くは茶道に含まれており、日常生活を味わい深いものにします。
13	茶 道 (裏千家)	万物すべてに感謝する心、人に対する優しい心、美術品を鑑賞する目と心を育てます。茶道は、毎日の生活の中で活かしていけることばかりです。
14,15	書 道 (1)(2)	やさしい書道、楽しく書くを心がけています。書道一式とペン習字の用意をしてください。(2)後期のみ講師が替わり、土曜日の教室になります。)
16	水彩画 (1)	「絵が好き」「絵を描いてみたい」という方ならどなたでも、経験の有無を問いません。表現技法を基礎から学べます。みんなで楽しく描きましょう。～入門コース
17	水彩画 (2)	表現技法の基礎を習得し、さらに深めひろげたいという方のための教室です。さまざまな方法を試し、自分独自の表現を見つけましょう。～発展コース
18	健康 太極拳	力まず、あせらず、ゆったりと語りかけてくる心身を読み取るような太極拳。ストレス解消、高齢化社会を快適に過ごすための健康法として始めましょう。
19	韓 国 語	アンニョンハセヨ、最も近い外国韓国でも意外にその真の姿は知られていません。韓国文化・韓国語に親しみましょう。
20,21	水墨画 (1)(2)	水墨画の技法を学び、目で見たものを墨一色で絵にします。豊かな感性を養い、生涯の趣味として、潤いのある生活を送っていただけます。
22	バレトン	フィットネスとバレエとヨガを合わせた新しいエクササイズです。素足で行なうのがレッスンの特徴で、足の指をしっかりと使い、バランスをとり美しい姿勢をつくります。
23	デジカメ 入門	シャッターを押すだけで、写真が撮れるという便利なカメラが出回っています。しかし、その半面、カメラの機能を理解して、正しい使い方ができる方は意外に少ないようです。基礎から学べます。
24	骨盤 エクササイズ	肩甲骨、骨盤を中心に全身をまんべんなく動かして、体がほぐれ、歪みや姿勢が改善します。軽い運動でインナーマッスルが刺激されて、シェイプアップ、アンチエイジングの効果があります。
25	リラックス ヨガ	ヨガはどなたでも、いつからでも始められます。呼吸に合わせて、簡単なポーズや軽い動作を行いながら、心身のバランスを整えます。血行促進、健康維持、アンチエイジングの効果があります。
26	大正琴	大正琴は数字に合わせてボタンを押しながら弦をはじく奏法です。初心者の方には琴をお貸しし、基礎からわかりやすく指導します。
27	英語の 勉強室	中学英語をマスターすれば、簡単な日常会話ができます。 ※テキスト①「中学3年間の英語で身につける[日常会話]」(CD付) (中経出版 1,530円) ②「書き込み式英会話Book(CD付)」(成美堂出版 1,020円)
28	英語会話	海外旅行で使うひと言英会話を、仲間と共に楽しく学びます。 ※テキスト「海外旅行ひとこと英会話 相手の英語がすぐわかる CD-BOOK」(主婦の友社 530円)
29	はじめての パソコン (ワード)	はじめてパソコンをお使いになる方を対象に、文字の入力方から始まり、文章の作成から印刷(白黒・カラー)までのワードの基本を学びます。どなたでもご参加できるようにリニューアルしました。OSはウィンドウズ10です。※テキスト「よくわかる初心者のためのWord2013」(FOM出版 1,230円)
30	身につける パソコン (エクセル)	エクセルをお使いになりたい方を対象に、エクセル(表計算)の基本を学びます。どなたでもご参加できるようにリニューアルしました。はじめてパソコンを学ぶ方のためにワードの講座から連続して学ぶ事もできます。OSはウィンドウズ10です。※テキスト「よくわかる初心者のためのExcel2013」(FOM出版 1,230円)