



お申込み・お問い合わせ：HP・または電話窓口で。ご予約の場合のお支払いは10日以内をお願いします。

〒500-8856
岐阜県岐阜市橋本町
1-10-1
アクティブG3階

受付時間 月曜～土曜 /9:40～18:00
第2・4日曜/9:40～15:30

休業日 1・3日曜、祝日（例外あり）

2023年・春の特別講座

5/20 (土) 佐々木慈隆さん講演会
今を大切に生きる

僧侶
佐々木 慈隆

NHK Eテレ「やまと
尼寺精進日記」に
ご出演の慈隆さん。
豊かな人生と一緒に
考えましょう。



■13:00～14:30
■会員3,500円 一般4,000円

4/9 (日) 家康が愛した最上級の
お香 - 徳川戦香 -

合香師・徳川宗家より称号を拝受
岩佐 一史

貴重な沈香を使用し、
三角錐のお香と
兜の香炉を作ります。



■15:00～16:30
■会員3,500円 一般4,000円
教材費 7,700円

4/15 (土) 美しい姿勢でいつまでも
元気に歩くために

理学療法士
アレクサンダー・テクニク国際認定教師
大橋 しん

「魔法のように体を
緩ませる書籍」で話題！
姿勢をラクで美しく
保つ秘訣を。



■13:00～14:30
■会員3,500円 一般4,000円

4/16 (日) お風呂教授が伝授！
美と健康に効果的な
お風呂の入り方

日本薬科大学特任教授
石川 泰弘

多くのメディア他、
日本代表選手の指導
にも携わっている専
門家が解説します。



■13:30～15:00
■会員3,000円 一般3,500円

4/18 (火) 中高年のための表情筋
スペシャル&心美学®

日本表情筋トレーニング協会代表
水野 愛子

「シミ・シワ・タルミ」
の予防改善や小顔づくり
のトレーニング法を伝
えます。



■10:30～12:00
■会員3,500円 一般4,000円

4/22 (土) NHK Eテレ「すてきにハンド
メイド」ご出演！ニット作家
ケストラーさんの
ワークショップ

★スズランショール

■10:30～12:30
■教材費 3,960円

★スノードロップスカーフ

■14:00～16:00
■教材費 2,145円

■会員4,000円 一般4,500円
※初心者でも大丈夫！作品はHPで♪



ワンランク上のプレミアムなひととき

5/20 (土) セントレアへGO！
今だからこそ知りたい
“旅のあれこれ”

～現役機長のお話&ビジネスクラスの機内食～

エアラインスクール
「G-MOTHER」主宰

川口 晴美

空港や航空の「これって
ほんと？」「緊急着陸」
の舞台裏、知って得する
旅事情など満載！



■9:45～14:30 ■集合：中部国際空港
■会員10,000円 一般10,500円 ※お食事代込

6/6 (火) マナーコーディネーター
水野愛子の“ここぞ”と
いう時の中華マナー

意外にも知られていない
「中華料理のテーブルマナー」

中国の文化・歴史も
交え、お食事の約束
ごとを身に付けま
しょう。



■11:20～14:20
■会員12,500円 一般13,000円
■会場：名古屋マリオットアソシアホテル18階
中国料理 梨杏 ※お食事代込

NHK番組関連の講師から学ぶ

寺尾直樹の『お天気塾・2023』
NHK「まるっと！」気象キャスター

寺尾 直樹

お天気の最新トピッ
クスやその時期なら
ではの注意点などを
お話します。



■指定土曜10:30～12:00 (12ヶ月・4回)
■11,440円 教材費 440円 ■4/8 (土)～

建築考証から楽しむ大河ドラマ
『どうする家康』の城と戦略

広島大学名誉教授・
大河ドラマ「どうする家康」建築考証

三浦 正幸

城の壮大な歴史をド
ラマとともに楽し
みいただきます。



■①土曜13:00～14:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円 教材費 660円 ■4/1 (土)～

戦国・江戸時代へタイムスリップ

3/18 (土) 浮世絵だけじゃない！
まるっと分かる江戸絵画

岐阜大学教授
野村 幸弘

山楽や山雪、若冲や
蕭白など、才能ある
画家たちの傑作と魅
力をご紹介します。



■15:00～16:30
■会員3,000円 一般3,500円

5/13 (土) 史料から読み解く
美濃・斎藤氏と信長

元岐阜県歴史資料館職員

吉田 義治

和睦したり敵対したり
する斎藤氏と信長との
関係について見ていき
ます。



■13:00～14:30
■会員3,000円 一般3,500円

New! 新しいこと、発見!!

みやびな和の香 調香入門

心香堂主宰

伊藤 慎宮

お香の歴史、効能、
調合を学び、自分だ
けの「香」をプロ
デュース。



■②火曜15:00～16:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円 教材費 14,520円
■4/11 (火)～

もっと楽しく！ウイスキー

ウイスキー文化研究所認定講師

井上 奈々

知っているとうい
スキーがもっと楽
しくなるアレコレ
をご紹介します！



■②土曜15:30～17:00 (6ヶ月・6回)
■19,932円 教材費 9,900円
■4/8 (土)～

はじめてみよう！
デザイン&アート書道

書道家 黎光 (レイコウ)

楽しい字、やさし
い字、力強い字な
ど、表現豊かに書
いてみよう。



■③金曜10:30～12:00 (6ヶ月・6回)
■20,592円 ■4/21 (金)～

大人のぬり絵

画家
鷺見 綱一

美しい花々、風
景など、色鉛筆
を使って、本格
的に楽しもう。



■①③木曜12:30～13:40 (3ヶ月・6回)
■13,728円 ■4/6 (木)～
※事前体験あり。お問い合わせください。

くらしに役立つお金の話

モメない相続と相続税対策

～贈与すると喜ばれ、
大切にされて、節税にも！～

法務大臣認証「事業承継ADR」
調停補佐人・税理士

牧口 晴一

日曜講座、満席につき、
増設！プロのアドバイス
でしっかり対策。



■②月曜10:30～12:00 (6ヶ月・6回)
■19,932円 ■4/10 (月)～

超入門！はじめての投資
～経済と金融の仕組みを学ぼう～

ファイナンシャルプランナー

加藤 秀樹

これからの人生を生
きるために、基本から学
びましょう。



■③土曜13:00～14:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円 教材費 660円
■4/15 (土)～

ゴガク・はじめよう!

聴いて、書いて、発音してみよう！
はじめてのフランス語

岐阜日仏協会会長
飯塚 保江

フランスへの旅を
イメージしながら
始めてみませんか？



■毎水曜18:30～19:30 (3ヶ月・12回)
■31,680円 ■4/5 (水)～

『エンタメ』から学ぶ
はじめての韓国語と文化

岐阜大学非常勤講師

陳 大哲

K-POPやドラマの
台詞、身近なことか
らスタートしよう。



■②③④水曜18:30～20:00 (3ヶ月・9回)
■23,760円 ■4/12 (水)～

※「★」マークは 満席 または 満席まじかの講座です

教養・芸術・文芸

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
万葉集の世界	②日曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円 教材費600円
はじめて読む古事記	④土曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円 教材費924円
★幕末・明治維新期の美濃国	③木曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円
明治初年の飛騨	①③火曜	10:00～12:00	4～6月	6回	17,160円 教材費462円
★古墳時代終末期の古代国家成立過程	③火曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円
暮らしに生きる 禅の心	①③月曜	13:00～14:30	4～6月	6回	17,160円
親鸞聖人に学ぶ 浄土真宗の教え	③木曜	14:00～15:30	4～9月	6回	17,160円
いづれの御時にか「源氏物語」(前期)	③月曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円
いづれの御時にか「源氏物語」(1年)	③月曜	13:00～14:30	4～3月	12回	31,680円
時代の扉をあけた人(前期)	④木曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円
時代の扉をあけた人(1年)	④木曜	13:00～14:30	4～3月	12回	31,680円
くずし字で読み解く 信長公記	②月曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円
『どうする家康』の城と戦略	①土曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円 教材費660円
民主主義の幻想	②金曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円 教材費660円
★ 地中海文明	④土曜	13:20～14:50	4～9月	6回	17,160円 教材費660円
韓(朝鮮)半島の古墳文化	④木曜	15:30～17:00	4～9月	3回	8,580円
日韓の文化と歴史	①金曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円
だれでも身につく 名画読解力	②土曜	10:00～11:30	4～9月	3回	8,580円
クラシック音楽を楽しもう	③水曜	15:00～16:15	4～9月	5回	14,300円
たのしい俳句	①③土曜	13:00～14:50	4～6月	6回	16,500円
★ 短歌入門	②④金曜	15:00～17:00	4～6月	6回	16,500円
やさしい文章教室	②④火曜	13:00～15:00	4～6月	6回	16,500円

くらし・ビジネス

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
寺尾直樹の『お天気塾・2023』	②土曜	10:30～12:00	4～3月	4回	11,440円 教材費440円
★ 四季のしつらえ入門	①月曜	13:00～14:30	4～9月	6回	14,454円
漢方・薬膳ライフ	②木曜	10:00～12:00	4～9月	6回	17,160円 教材費1,980円
★ ガーデニング入門	①土曜	16:00～18:00	4～9月	6回	17,160円
★ 風水の基礎とカード占い	③土曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円 教材費5,500円
やさしい手相・基本コース	②木曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円 教材費330円
やさしい手相・継続コース	②木曜	10:15～11:45	4～9月	6回	17,160円 教材費330円
開運! 四柱推命 基本コース	④水曜	10:30～12:00	4～9月	6回	17,160円
会計の基礎と事業承継	③土曜	18:00～19:30	4～9月	6回	19,932円
★ モメない相続と相続税対策A	④日曜	10:00～11:30	4～9月	6回	19,932円

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
実践!証券教室	③木曜	13:00～14:30	4～9月	6回	17,160円 教材費660円
プレミアム版・実践!証券教室	④木曜	13:00～14:30	4～9月	6回	20,592円 教材費660円

お酒をたしなむ

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
ワインに合わせるチーズ選び	①土曜	15:30～17:00	4～9月	5回	16,060円 教材費11,550円
ワインで世界旅行!	①土曜	17:30～19:00	4～9月	5回	16,060円 教材費11,550円

話し方・演劇・朗読・手話

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
アナウンサー直伝! 話し方&マナー講座A	④金曜	18:30～20:30	4～9月	6回	17,160円 教材費330円
アナウンサー直伝! 話し方&マナー講座B	②土曜	10:30～12:30	4～9月	6回	17,160円 教材費330円
★ 朗読	②④水曜	13:00～15:00	4～6月	6回	15,840円
ミドル世代からの演劇ワークショップ	③土曜	13:00～15:00	4～9月	6回	19,272円
コミュニケーション手話会話	②④日曜	10:00～11:30	4～6月	6回	14,784円

茶道・華道・香道

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
茶道・裏千家 A	②④日曜	12:45～13:45	4～6月	6回	13,728円 水屋料2,178円
茶道・裏千家 B	②④日曜	14:00～15:00	4～6月	6回	13,728円 水屋料2,178円
★ 茶道・裏千家 C	毎水曜	13:15～15:15	4～6月	12回	27,456円 水屋料4,356円
★ 茶道・裏千家 D	毎水曜	18:15～19:45	4～6月	12回	27,456円 水屋料4,356円
男性のための茶道入門	②④日曜	15:15～16:45	4～6月	6回	13,728円 水屋料2,178円
煎茶道・松月流	①③月曜	13:00～15:00	4～6月	6回	12,738円 水屋料1,980円
はじめての香道	②金曜	11:00～12:30	4～9月	6回	14,454円 教材費17,391円
いけばな・池坊(火曜・普通)	毎火曜	13:00～16:00	4～6月	12回	27,456円
いけばな・池坊(火曜・立花)	毎火曜	13:00～16:00	4～6月	12回	31,680円
いけばな・池坊(日曜・普通)	②④日曜	10:00～13:00	4～6月	6回	13,728円
いけばな・池坊(日曜・立花)	②④日曜	10:00～13:00	4～6月	6回	15,840円
いけばな・小原流	①③④月曜	17:00～19:30	4～6月	9回	20,592円
いけばな・華道則天門	②④水曜	10:00～12:00	4～6月	6回	13,728円
癒やしのフラワーデザイン	①金曜	13:00～14:30	4～6月	3回	9,966円 教材費13,200円

書道

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
★ 吉澤劉石の楽しんで書	②④火曜	10:00～11:45	4～6月	6回	13,728円
楽しむ書道	②④土曜	15:10～17:10	4～6月	6回	13,728円
実務書道 小筆で学ぶ	①③月曜	15:00～17:00	4～6月	6回	13,200円
毛筆・ペン習字	毎水曜	13:00～15:00	4～6月	12回	27,456円
かな(毛筆・ペン)	①③月曜	15:20～17:00	4～6月	6回	14,454円
基礎から学ぶペン・実用書	①③木曜	10:00～12:00	4～6月	6回	13,728円
もっと身近に! 実務書道・ペン習字	毎金曜	18:30～20:30	4～6月	12回	27,456円
★ 美しい筆文字	④金曜	10:00～12:00	4～9月	6回	13,728円

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
★ 筆ペン&ボールペンから始めよう!	①③土曜	10:00～12:00	4～6月	6回	13,728円
★ 美しいボールペン字	②④月曜	13:15～15:15	4～6月	6回	13,728円
篆刻	①③水曜	13:30～15:30	4～6月	6回	13,068円

手芸・工芸

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
★ フランス伝統刺繍	④月曜	10:00～12:00	4～6月	3回	8,580円 教材費5,280円
戸塚ししゅう	①③月曜	10:00～12:00	4～6月	6回	13,728円
★ 日本刺繍(紅会)	②④月曜	13:00～15:30	4～6月	6回	13,068円
はじめてのこぎん刺し	①木曜	13:00～15:00	4～9月	6回	17,160円
つまみ飾りとちりめん細工	①月曜	13:00～15:00	4～9月	6回	16,500円
カスパリー編み(初心者)	②月曜	13:30～15:30	4～6月	3回	8,250円
カスパリー編み(上級)	②月曜	13:30～15:30	4～6月	3回	9,273円
手編みを楽しむA	①③木曜	12:30～14:30	4～6月	6回	13,728円
★ 手編みを楽しむB	②④木曜	13:00～15:00	4～6月	6回	13,728円
モラ手芸	①③木曜	14:45～16:45	4～6月	6回	19,932円
★ 織物の楽しみ	③月曜	10:00～12:00	4～6月	3回	8,580円
パッチワーク	①木曜	10:00～12:00	4～9月	6回	17,160円
ヤスアカノの古布でおしゃれな衣服づくり	②土曜	13:00～15:00	4～9月	6回	20,592円
★ 羊毛フェルトで愛犬・愛猫作り	④火曜	13:00～16:00	4～6月	3回	12,012円
布花	③水曜	12:30～14:30	4～6月	3回	6,864円
四季の押し花と花アート	②④金曜	10:00～12:00	4～6月	6回	11,682円
★ カルトナーージュ	③木曜	10:00～12:00	4～9月	6回	17,160円
暮らしを彩るおりがみ	①月曜	10:00～12:00	4～9月	6回	15,114円
アートクレイクラフト～樹脂粘土工芸～	②④金曜	15:00～17:00	4～6月	6回	13,068円
★ はじめての金継ぎA	④月曜	10:00～13:00	4～9月	6回	24,024円
★ はじめての金継ぎB	④日曜	13:00～16:00	4～9月	6回	24,024円
★ 金継ぎ教室(継続コース)	②日曜	13:00～16:00	4～9月	6回	24,024円
★ うるし工芸・金継ぎ	②日曜	13:00～17:00	4～9月	6回	31,614円
土曜陶芸A	①②③土曜	10:00～12:00	4～6月	9回	26,829円 教材費6,930円
土曜陶芸B	①②③土曜	13:30～15:30	4～6月	9回	26,829円 教材費6,930円
日曜陶芸A	②④日曜	10:00～12:30	4～6月	6回	17,886円 教材費4,620円
日曜陶芸B	②④日曜	13:30～16:00	4～6月	6回	17,886円 教材費4,620円
仏像彫刻	②④金曜	12:30～14:30	4～6月	6回	14,454円
円空仏を彫ろう	②④火曜	10:00～12:00	4～6月	6回	13,728円
★ 表装入門	①③木曜	10:00～12:00	4～6月	6回	15,114円
★ ステンドグラス	②④日曜	13:00～15:00	4～6月	6回	15,114円

絵画・写真

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
★裸婦デッサン教室	①③ 木曜	14:00～ 16:00	4～6月	6回	12,408円 教材費16,500円
デッサン入門	①③ 金曜	13:00～ 15:00	4～6月	6回	16,500円
デッサンのススメ	④金曜	13:00～ 15:00	4～6月	3回	7,920円 教材費3,300円
洋画総合 ～油絵・水彩・パステル～	①③ 金曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	13,728円
日曜絵画教室	②④ 日曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	13,728円
はじめての水彩・ パステル・色鉛筆	①③ 月曜	18:00～ 20:00	4～6月	6回	12,408円
水彩画A	毎月曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	12,408円 教材費3,300円
★ 水彩画B	①②③ 水曜	10:00～ 12:00	4～6月	9回	20,592円 教材費3,300円
水彩画C	①③ 金曜	15:30～ 17:30	4～6月	6回	15,114円
★ 多彩に楽しむ絵画A ～水彩・色鉛筆～	①③ 月曜	14:00～ 16:00	4～6月	6回	15,840円
★ 多彩に楽しむ絵画B ～水彩・色鉛筆～	①③ 金曜	10:30～ 12:30	4～6月	6回	15,840円
★ 多彩に楽しむ絵画C ～水彩・色鉛筆・網絵～	①③ 土曜	14:00～ 16:00	4～6月	6回	15,840円
網絵A	①③ 土曜	18:00～ 20:00	4～6月	6回	15,840円
網絵B	②④ 水曜	15:30～ 17:30	4～6月	6回	15,840円
★はじめての日本画	④金曜	10:00～ 12:00	4～6月	3回	6,864円
日本画のススメ	②土曜	13:00～ 14:30	4～6月	3回	6,864円
日本画の描き方・ 楽しみ方	②④ 金曜	13:00～ 16:00	4～6月	6回	18,546円
心をつなぐ絵手紙	④木曜	10:00～ 12:00	4～6月	3回	6,864円
★ ボタニカルアート ～植物精密画～	①③ 火曜	13:00～ 16:00	4～6月	6回	12,408円
★ 写真教室入門	①③ 木曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	13,728円
デジタル写真教室	②④ 木曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	13,728円
写真教室中級	②④ 木曜	15:30～ 17:30	4～6月	6回	13,728円
★ やさしい写真A	②④ 火曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	13,728円
★ やさしい写真B	①③ 金曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	13,728円
★ 土曜写真教室	①③ 土曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	12,408円
★ デジカメ入門	①③ 月曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	12,408円

邦楽・舞踊

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
謡曲・仕舞(宝生流)	①③ 月曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	謡曲仕舞 17,160円
謡曲・仕舞(宝生流)	①③ 月曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	謡曲のみ 13,728円
謡曲と仕舞 (観世流) A	②④ 金曜	10:30～ 12:00	4～6月	6回	謡曲仕舞 17,160円
謡曲と仕舞 (観世流) A	②④ 金曜	10:30～ 12:00	4～6月	6回	謡曲のみ 13,728円
謡曲と仕舞 (観世流) B	①③ 金曜	18:30～ 20:00	4～6月	6回	17,160円
日本舞踊	毎金曜	18:00～ 20:00	4～6月	12回	24,816円
日本舞踊(子ども)	毎金曜	18:00～ 20:00	4～6月	12回	20,592円

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
演じてみよう! 南京玉すだれ	②金曜	15:00～ 17:00	4～9月	6回	17,160円
平安の舞踊 舞楽の世界	①③ 月曜	18:30～ 20:00	4～6月	6回	21,987円
はじめての長唄・ 三味線	②④ 日曜	13:00～ 14:30	4～6月	6回	12,408円
長唄教室	②④ 日曜	14:30～ 16:00	4～6月	6回	13,728円
たのしい端唄・ 民謡・三味線	②③④ 木曜	18:00～ 19:30	4～6月	9回	18,612円
粋をきかせた 江戸端唄	②④ 水曜	13:30～ 15:00	4～6月	6回	13,728円
やさしい大正琴 (経験者)	①③ 月曜	13:00～ 14:30	4～6月	6回	12,408円
お箏をたのしく 箏曲生田流(初心者)	①③ 土曜	10:00～ 11:00	4～6月	6回	12,738円
楽しい詩吟教室	②④ 水曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	12,408円
はじめての筆築 (ひちりき)	②④ 水曜	18:30～ 19:30	4～6月	6回	21,978円 教材費6,600円

音楽・楽器

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
★ 唱歌・童謡・ 叙情歌を歌いつくA	①③ 金曜	12:50～ 13:50	4～6月	6回	17,160円
★ 唱歌・童謡・ 叙情歌を歌いつくB	①③ 金曜	14:00～ 15:00	4～6月	6回	17,160円
★ なつかしの歌声喫茶 ～日本・世界の名曲を 歌おう～	②④ 土曜	10:30～ 11:30	4～6月	6回	15,840円
ポップスをうたおう	毎金曜	15:15～ 16:15	4～6月	12回	28,908円
新フォークソングを 歌おう	②④ 月曜	13:00～ 14:00	4～6月	6回	17,160円
★ はじめての シャンソンA	①③ 木曜	13:00～ 14:30	4～6月	6回	15,840円
★ はじめての シャンソンB	①③ 木曜	14:40～ 16:10	4～6月	6回	15,840円
★Let's sing Swing! みんなでジャズを	②④ 土曜	15:20～ 16:30	4～6月	6回	17,160円
★ みんなで歌う ミュージカル・オペラ	②④ 木曜	14:40～ 15:50	4～6月	6回	17,160円
バイオリン(初心者)	①③ 木曜	10:00～ 10:45	4～6月	6回	15,840円
バイオリン(経験者)	①③ 木曜	10:45～ 11:45	4～6月	6回	15,840円
バイオリン (セミプライベート)	①③ 水曜	19:30～ 20:30	4～6月	6回	20,592円
二胡・入門	②④ 木曜	10:00～ 11:30	4～6月	6回	20,592円
★ 二胡・中級A	②④ 木曜	12:40～ 14:50	4～6月	6回	15,114円
二胡・中級B	②④ 木曜	15:00～ 16:30	4～6月	6回	15,114円
二胡・中級C	②④ 木曜	16:40～ 18:10	4～6月	6回	15,114円
二胡・中級D	②④ 木曜	18:30～ 20:00	4～6月	6回	15,114円
★ ピアノレッスン ～30分個人レッスン～	②④ 水曜	15:30～ 18:00	4～6月	6回	21,318円

健康・ダンス

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
日本健康太極拳	毎火曜	13:30～ 15:00	4～6月	12回	24,816円
導引養生功	②④ 金曜	14:50～ 16:20	4～6月	6回	13,068円
自彊術	毎月曜	13:00～ 14:30	4～6月	12回	24,816円
真向法体操入門	②④ 日曜	10:00～ 11:30	4～6月	6回	12,408円
はじめてのヨーガA (毎週)	毎木曜	10:00～ 12:00	4～6月	12回	24,816円
はじめてのヨーガA (隔週)	②④ 木曜	10:00～ 12:00	4～6月	6回	12,408円

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
はじめてのヨーガB	毎金曜	10:30～ 12:00	4～6月	12回	27,456円
ハッピー足心ヨーガ	①③ 金曜	14:45～ 16:15	4～6月	6回	12,408円
中高年からの 健康ストレッチ体操	毎火曜	10:00～ 11:00	4～6月	12回	22,044円
エゴスキュー体操A	①③ 水曜	11:00～ 12:15	4～6月	6回	14,454円
エゴスキュー体操B	①③ 水曜	13:00～ 14:15	4～6月	6回	14,454円
ピラティスダイエット (初心者)	②④ 土曜	13:30～ 14:30	4～6月	6回	13,068円 教材費660円
ピラティスダイエット (経験者)	②④ 土曜	12:20～ 13:20	4～6月	6回	13,068円 教材費660円
～女性限定～ 筋トレDE シェイプアップ&若返り	②④ 水曜	10:00～ 11:00	4～6月	6回	13,068円
うきうきエンジョイ フラダンス	毎火曜	11:30～ 12:45	4～6月	12回	22,044円
楽しい フラダンス	毎金曜	12:40～ 14:10	4～6月	12回	24,816円
★腰掛 タップダンス(R)	②④ 水曜	11:00～ 12:00	4～6月	6回	17,160円 教材費900円
バレエでつくる 瘦・健・美教室	②④ 金曜	18:45～ 20:00	4～6月	6回	13,728円
エレガント バレエ	毎土曜	10:00～ 11:15	4～6月	12回	26,136円
体が硬い人のための バレエストレッチ	毎水曜	15:30～ 17:00	4～6月	12回	22,044円
こどもバレエ (15時クラス)	毎土曜	15:00～ 16:10	4～6月	12回	20,592円
こどもバレエ (16時クラス)	毎土曜	16:15～ 17:40	4～6月	12回	20,592円
こどもバレエ (上級クラス)	毎土曜	17:50～ 19:20	4～6月	12回	24,816円

外国語

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
ゆっくり英会話 ～イチからやりなおし～	②④ 水曜	11:00～ 12:20	4～6月	6回	15,840円
ゆっくり英会話 ～ステップアップ～	②④ 水曜	13:00～ 14:20	4～6月	6回	15,840円
めざそう! 話せる英会話	②③④ 水曜	15:00～ 16:20	4～6月	9回	23,760円
★ おもてなしの 日常英会話	毎火曜	13:00～ 14:20	4～6月	9回	18,612円
英会話サロン	毎金曜	18:30～ 19:50	4～6月	12回	33,000円
レッツスピーク イングリッシュⅠ	毎月曜	9:40～ 11:00	4～6月	12回	30,228円
レッツスピーク イングリッシュⅡ	毎月曜	11:10～ 12:30	4～6月	12回	30,228円
パリに旅するための フランス語	②④ 火曜	10:20～ 11:30	4～9月	12回	27,456円
フランス語 中級クラス	毎水曜	19:40～ 20:40	4～6月	12回	31,680円
総合韓国語	②③④ 木曜	18:00～ 19:30	4～6月	9回	23,760円

現地講座・提携スポーツ

講座名	曜日	時間	期間	回数	受講料
レディースゴルフ (コーエンゴルフ) 水曜	①②③④ 水曜	10:00～ 11:30	4～6月	12回	22,440円
レディースゴルフ (コーエンゴルフ) 金曜	①②③④ 金曜	10:00～ 11:30	4～6月	12回	22,440円
レディースゴルフ (インタークルー) 水曜	①②③④ 水曜	13:30～ 15:00	4～6月	12回	22,440円
レディースゴルフ (インタークルー) 木曜	①②③④ 木曜	10:00～ 11:30	4～6月	12回	22,440円

**仏教を楽しむ法話
お経のススメ**

高野山真言宗 喬正院 住職

森田 泰澄



心を豊かに育てることが
仏教のテーマ。時事問題
や身近なトラブル、様々
な場面で生きるヒントを
学びます。

■③水曜13:00~14:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円
■4/19 (水) ~

名場面で読む『平家物語』

元名古屋女子大学教授

林 和利



合戦のみでなく、女性
たちの哀話や能と狂言
の素材になっている場
面にも注目し、読み解
きます。

■②土曜15:00~16:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円 教材費 264円
■4/8 (土) ~

仏像の特徴と見分け方

元岐阜大学特任教授・仏像愛好家

後藤 信義



奈良・京都や身近な仏
像を中心に、仏教の世
界観と成立の歴史、宗
派や仏像の特徴を解説
します。

■②火曜13:00~14:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円
■4/11 (火) ~

俳句

~最強の作句法・鑑賞法を求めて~

「獅子吼」主宰、俳人協会評議員

大野 鶴士



作るにせよ、読むにせ
よ、俳句とは? 代表的
な俳句論を通し、俳句
の本質を理解します。

■①木曜13:00~14:30 (6ヶ月・6回)
■17,160円
■4/6 (木) ~

茶道・表千家

表千家教授・表千家岐阜県支部幹事

監修: **山本 宗芳**

指導: **山本 雅子**



千利休が理想とした
わび茶。作法やお点前
を通してゆったり楽し
みましょう。

■②④火曜13:00~15:00 (6ヶ月・12回)
■27,456円 教材費 6,600円
■4/11 (火) ~

健やかに美しく アロマレッスン

~セラピーとクラフト作り~

AEAJ認定アロマセラピスト
インストラクター

村山 亜希子



植物から抽出し
た香り成分「精油」の使い方、
楽しみ方などを
学びます。

■①水曜13:00~14:30
■17,160円 教材費 11,880円
■4/5 (水) ~

**ラメルヘン・テープで作る!
キラキラバッグと小物たち**

アトリエ優花 主宰

三宅 ゆかり



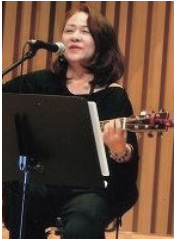
ハンドメイドで世界
にひとつ。オリジナル
バッグや小物を
作ってみませんか?

■①月曜15:30~17:00 (6ヶ月・6回)
■16,500円
■4/3 (月) ~

**声の悩みを解消! シニアの
プライベートボイスレッスン**

ボイストレーナー

沢 れい子



ストレッチ、呼吸・
発声法、歌を取り入
れて、自分の声を取
り戻しませんか。

■②④月曜14:10~16:25 (3ヶ月・6回)
■30,888円 ■4/10 (月) ~
※30分個人レッスン

**3/18 (土) やさしい哲学講座
~盲点を突く推理小説~**

岐阜大学非常勤講師

加藤 博子



ストーリーを辿る快
感と謎解く頭脳の明
晰さ。小説を通して
哲学します。

■15:00~16:30
■会員3,000円 一般3,500円 教材費 40円

**3/25 (土) たのしい俳句
~季節のことばを知ろう!~**

岐阜聖徳学園大学教授

藤田 真木子



日々の発見や感動を俳
句に。生活の中から季
語を見つけましょう。

■13:00~14:20
■会員3,000円 一般3,500円

定時講座 ①③土曜13:00~14:50

**4/8 (土) 早描きスケッチで
桜を描こう!**

水彩協会委員

井手 典子



透明水彩の使い方
から旅先での素早
い描き方までを指
導します。

■10:30~12:30
■会員3,000円 一般3,500円
■集合: 日中友好庭園

**5/27 (土) 激動の時代を生きた人々
~動乱期の歌人たち~**

古典文学研究家

勝 典子



それぞれの時代を経験
した先人たち。文学や
歴史的人物を通して身
に付ける生きる知恵。

■10:00~11:30
■会員2,860円 一般3,440円

開運! 運勢を知ろう

**3/25 (土) 2023年
癸(みずのと)卯(う)
四緑木星の年を占う**

開運アドバイザー

伊藤 夢海



自分の運気を開運風水
カードで占ってみま
しょう。

■10:30~12:00
■会員3,500円 一般4,000円 教材費 200円

定時講座 ③土曜10:30~12:00

**3/24 (金) フランス発祥の占い
ルノルマンカード**

ルノルマンカード鑑定師

関 貴生



簡単なスプレッド
(展開方法) をわか
りやすく解説します。

■13:00~14:30
■会員3,500円 一般4,000円

定時講座 ③金曜13:00~14:30

**3/23 (木) 自分の手相を
読み解いてみよう**

手相研究家・手相講師

宮間 優



手のひらのサイン
を読み解き、開運
への機会に。

■10:30~12:00
■会員3,500円 一般4,000円 教材費 50円

定時講座 ②木曜13:00~14:30

**3/29 (水) 四柱推命はどんな占い?
何がわかるのかな?**

みんなの木主宰

樹 亜蘭



今年のラッキーカラー
もお一人ずつにお伝え
します。

■13:00~14:30
■会員3,500円 一般4,000円

定時講座 ④水曜10:30~12:00

こころ豊かな時間

**100分de朗読
名作を深く味わう**

「心に響く朗読」主宰

石田 麻利子



発声や腹式呼吸法を
学び、文学作品を声
に出して楽しみま
しょう。

■①土曜15:00~16:40 (6ヶ月・6回)
■20,592円 ■4/1 (土) ~

朗読劇にチャレンジしよう!

日本演出者協会理事・
劇団ジャブジャブサーキット代表

はせ ひろいち



自分の言葉で、風景や
物語を伝えてみよう!
あなたの個性や人生観
をそのまま朗読に。

■③土曜15:30~17:00 (6ヶ月・6回)
■19,272円 ■4/15 (土) ~

1日で資格が取れる!

**3/9 (木) 片づけ収納マイスター
2級認定講座**

片づけ収納マイスター
認定講師

竹内 政子



■10:00~16:00
■会員・一般9,900円
教材費 9,900円

**4/27 (木) 幸せな人生をおくる
ための生前整理**

~生前整理って、何から
始めればいいのか?~

生前整理アドバイザー
認定指導員 **竹内 政子**

■10:00~16:00
■会員・一般9,900円 教材費 11,550円

★オンライン講座★

**知らなきゃ損する!
令和5年の税制改正・110万円
の「暦年贈与」**

税理士・牧口晴一先生の講座、3月末まで
配信! 詳細はHPをご覧ください♪

<入会と受講のご案内(受講規約抜粋)> ●NHK文化センターは原則会員制です。会員証は全国のNHK文化センターで利用できます。入会金3,300円(70歳以上の方は無料、学生1,650円)・有効期間3年間 ●短期講座など一般料金のある講座は入会せずに受講できます。 ●受講料は前納制です。期の途中から受講される場合は、残りの回数相当分の受講料をお支払下さい。 ●テキスト代や教材費等、別途必要になることがあります。 ●講座は見学(20分・無料)と体験(有料)ができます。(除外講座あり) ●講師の都合などで日程、時間を変更することがあります。 ●受講者が極端に少ない場合、講師のやむを得ない事情等により、講座を延期または中止することがあります。 ●受講を解約される場合は、受講料から手数料(550円)と、解約時期によって所定のキャンセル料(受講料の20%もしくは30%)を差し引いて払い戻しいたします。入会金は原則払い戻しいたしません。教材費は払い戻しできないことがあります。 ●料金のお支払は、現金、クレジットカード、振込(コンビニ・郵便/要手数料)、ホームページでのクレジット支払がご利用いただけます。 <個人情報保護について> NHK文化センターは、お客様の個人情報の機密保持に万全を期してまいります。お客様の個人情報は、講座に関する連絡や、NHK文化センターからのお知らせに使わせていただくほか、お客様のサービス向上を図る目的で利用させていただきますが、ご本人の同意なしに第三者に開示したり、提供したりすることはありません。