

～子供の個性を伸ばしましょう～

子供将棋教室

講師 山上 隆
将棋のルールから面白さ、もっと強くなるには・・・長年、将棋指導に携わってきた講師が基礎になる詰将棋から強くなるまで丁寧な教えます。

第1・3(土)13:00～15:00
【受講料】2,200円

キッズそろばん教室

講師 松永 徳子
そろばんは集中力が高まり、考える力が身につく！と人気です。学校の時間に合わせて2コースあります。

月3回(火)16:30～17:30
17:30～18:30
【受講料】各2,750円

子供チアダンス

講師 野口 圭子
ポンポンを持って、笑顔で元気いっぱい、仲間と一緒に踊るともっともっと楽しくなります！。チアダンスの基礎をゆっくり丁寧に教えます。
※ 対象:年中さん～(別途ポンポン代)

月3回(土)12:30～13:30
【受講料】3,740円

～別館開催・厳選講座～

なるほど介護教室～知って得する介護術～

講師 田代 京子 (介護・福祉 研修インストラクター)
介護の知識や技術は、生活に活かせることばかりです。らくらく介護を学びましょう。
★8回コース修了後、あと少し学ぶと資格取得も可能です！



第2・4(木)13:30～15:30 (全8回)
【受講料】3,080円(1ヵ月)

ひめトレ&コア(体幹)トレーニング

講師 宇野 里加 (ひめトレインストラクター・健康運動指導士)
運動が苦手な方も大丈夫！骨盤底筋を鍛えられる道具を使い、美しい姿勢、ポッコリおなかの改善、排尿排出機能の安定、産後のスタイルアップにもおすすめです！



第2・4(土)13:30～14:30
【受講料】3,080円

リラックス・リフレッシュヨガ

講師 立田 真由美
深い呼吸とヨガのポーズで血行を促進し、さびない身体づくりをしましょう。心と身体のバランスを整え、毎日を心地よく過ごしませんか？

(火)19:00～20:00
【受講料】3,960円

肩こり・腰痛改善 かんたん体操

講師 増淵 久美子
「もう治らない」「歳だから」と諦める前に不調の本当の原因をつきとめて改善するかんたん体操です。

(木)11:30～12:30/12:45～13:45
【受講料】各3,960円

ゆっくり学べる
ワード&エクセル基礎講座

アーニスト専任講師
初級者対象。基礎から応用的な機能などをゆっくり丁寧に学習していきます。

第1・2・3(木)12:30～14:30
【受講料】3,080円

ゆっくり学べる
ワード&エクセル活用講座

アーニスト専任講師
経験者対象。操作とビジネスのスキルをゆっくり丁寧に習得します。

第1・2・3(木)10:00～12:00
【受講料】3,080円

使いこなそう
インターネット活用

アーニスト専任講師
スマホ&タブレット&パソコンで、インターネットをより活用。基礎から始め、日常生活に役立つようLINEやZoom等も楽しく学ぼう！

(火)13:00～15:00 【受講料】3,960円

小原智治・陶芸とそば打ち

★手打ちそば 自分にとっての究極のそばにチャレンジしてみませんか。
第2(金)10:00～12:00 【受講料】2,640円
★陶芸・亀甲山窯 あなた好みの器で美味しさも倍増。土と炎の芸術を味わいましょう。
第1,2,3(月)10:00～12:00/13:30～15:30/
19:00～21:00 【受講料】各5,390円



北村真知子クッキングクラブ

体にいいレシピを旬の食材で！
あなたに合った料理のコースが選べます。

★極上レシピの簡単料理 第2(月) 各10:00～12:30
★酵母パワーで絶品料理 第4(月)
★おいしい薬膳入門 第3(金)
★シニアの男性料理 第4(土) 【受講料】各2,090円

体にやさしい草木染

講師 イーティー・ハラノ
自然から得る色合いの不思議を楽しみながら、自分だけの作品を。



第4(木)10:00～12:00
【受講料】2,090円

たのしいパン作り

講師 村上英子
手作りパンで家族みんなが笑顔になる。美味しい朝食を！



基礎・初級 第3(水)/自由科 第2(水)
各10:00～13:00 【受講料】各2,090円

毎日文化センター中間 検索

http://www.maibunnakama.com

お問い合わせ・お申し込みは

☎ 093-245-4242

中間市上蓮花寺1-2-1クリエイティブビル3階(通谷電停前)

<受付時間>
火～金
10時～20時
月・土
10時～16時
(日祝休)
第5週目は休館日の
場合があります



ご入会お申し込み方法

1. 入会金は1講座3,300円で2講座目からは不要です。
2. 納入後の返金は致しません。
3. 講座により別途入会金が必要な場合もあります。
4. 受講料には教材・材料費等は含まれておりません。
5. 維持費は毎月1講座につき440円です。(受講料に含む)
6. 著作権法に基づく音楽使用料が別途必要です。

毎日文化センター

WE L PARKHILLS

受講生募集中

2022
春・夏号

◆元気の秘訣は好奇心です◆

～当館は感染対策に努め運営しております～

可愛いルルベちゃん作り

講師 Lily*doll 福丸裕里 (ルルベちゃん認定講師)
全国で人気のドールチャーム「ルルベちゃん」。針や糸を使わず、テープやバンドで簡単に自分だけの作品と一緒に作りましょう。

第2(木)13:30～16:00 【受講料】2,640円



韓国語会話

講師 劉 濬根 (コ・ジュンゴン)
(国立語学院韓国語教員2級)
日常的に使われる会話を中心に、即実践できるように指導。語学学校同等レベルの内容が受けられます。



(火)10:30～11:30 【受講料】4,840円

二胡を奏でよう

講師 馬 洪陽 (天津音楽学院民俗学部学生)
中国の民族楽器二胡は、比較的、音が出やすく初心者にも楽しめます。悠久の調べを！



第1・3(木)14:00～15:00
【受講料】4,840円

美しくなるベリーダンス

講師 Nami (オリエンタルダンサー)
アロマやセラピー要素も取り入れ基本の動きをマスターしながら、個性を表現。自由に踊りましょう。



第1・3(水)18:30～19:45
【受講料】4,290円

スタンドグラス万華鏡

講師 林 和子 (山見浩司氏師事万華鏡作家)
初心者OK！素敵な図案を起こし、鏡やガラスの切り方から指導。オリジナルづくりをお手伝いします。



第2(水)13:30～15:30
【受講料】2,640円

シンプル英会話

講師 佐藤真由美
英会話に興味はある…学校で勉強はしたけれど…またトライしたい方のためのクラスです。日本人講師による日本語の授業で、楽しく気楽に学んでみましょう。

★火曜コース 12:45～14:15
★木曜コース 18:45～20:15 【受講料】各7,040円

大人の水彩画

講師 北原健治
やさしい色合いの水彩画や淡彩画を初歩から学びます。新たな生きがいを発見できます！自分らしい絵を描きましょう。

第2・4(木)14:00～16:00
【受講料】2,200円

養体 (ようたい)

講師 山本 政勝
ゆっくりと体を動かせる養体で体のむくみの解消や血流の改善。“免疫力アップ”、“体テトックス”など様々な効果を感じられます。

第2・4(金)10:30～11:30
【受講料】2,200円

背骨コンディショニング

講師 池尻 寿子
痛み・しびれ・コリなどの不調は背骨の歪みから生じています。簡単な体操で背骨の歪みを改善し、痛みを取り除きましょう。

(金)10:30～11:30
【受講料】3,960円

ピラティス

講師 古賀美幸
ピラティスの呼吸法や柔軟性とコアの基礎固めで悩みの腰痛・むくみを改善し、ポッコリ下腹もすっきりしなやかに！

(火)12:30～13:30
【受講料】3,960円

8English club

講師 岡田英輔
★火曜コース
自分が思ったことを超シンプルな英語で言う、英語が苦手な人のための90分クラスです。



15:00～16:30 【受講料】7,040円

★金曜コース
誰でも理解できるように超シンプルな英会話の基礎作り。英語が苦手な人のための60分クラスです。



15:30～16:30 【受講料】4,840円

腸&リンパ美人エクササイズ

講師 古賀美幸
腸内環境を整え、リンパの流れを良くし、美しく健康に毎日を送る。そんな一石二鳥のエクササイズ。便秘の改善やストレスの軽減にも効果的です。

(火)13:45～14:45 【受講料】3,960円

はじめてのスマホ！活用講座

講師 ソフトバンクスマホアドバイザー
スマホの便利な使い方を感動体験。超初心者でも安心してスマホ生活始めましょう。(スマホ貸し出し可)

5/10・7/12・9/13 各火曜日10:00～12:00
【受講料】各550円

寺子屋・中学生

講師 佐藤真由美
「家ではやる気が出ない」とほやかないで家庭的な雰囲気のある「寺子屋」で苦手な部分を一緒に減らしましょう。授業で学んだことの復習と確認を繰り返して基礎を身につけ、お互いに助け合いながら学んでいけるコースです。できるだけ個人のペースにあわせて進めます。

★火・水曜コース18:30～21:00
【受講料】47,520円(3ヵ月分一括)
★金曜コース 18:30～21:00
【受講料】24,420円(3ヵ月分一括)
(別途・教材代)

～適度な運動で健康づくり～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
3Bジャズ体操	月	13:30～15:00	3,740円	牛島小夜子
ジャズ&クリエイティブダンス	火	10:30～12:00	4,290円	松山 幸子
午後の社交ダンス	水	15:30～17:00	4,840円	佐藤潤一&ちひろ
動いて学ぶ韓国語	24水	19:00～20:00	3,740円	さおりセム
美健気功	24木	10:30～11:50	2,640円	さかいゆみこ
呼吸法とストレッチの会	24木	12:30～13:30	4,290円	つかのみき
健康タップダンス	13木	14:00～15:00	3,740円	田島 初美
健康太極拳	12,3木	10:00～11:30	3,740円	熊野 俊雄
健康体操自彊術	12,3金	13:30～15:00	3,190円	吉岡 和子
大人のためのクラシックバレエ	金	18:45～19:45	6,490円	田畑 千恵

元宝塚歌劇団 式部いろはの初心者ヨガ



講師 式部いろは
体がたたくても大丈夫。宝塚のエッセンスを取り入れ明るいトーク混じりのいろは流レッスンは「楽しくて元気になれる！」と話題です。
第1・3(土)10:00～11:00 【受講料】 2,640円

健康ヨガ

講師 坪田 直子
柔軟な体作りで健康を維持し、軽やかな毎日を。
★第1・2・3(月)10:30～11:50
★(火) 19:00～20:00
【受講料】 各4,290円

楽しい話し方と朗読(基礎コース)

講師 赤松由有里
人前であがらず、印象アップの話し方を。聞き取りやすい朗読のコツも学べます。
1・3(木)14:00～16:00
【受講料】 10,230円(全6回一括)

～音を楽しむひととき～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
大正 琴	13月	10:00～12:00	3,740円	竹中琴好栄
ハ一モニカ	24月	10:00～11:30	2,640円	田中 勝治
ようこそオカリナ教室へ 聴く楽しみから、奏でる喜びへ	24月	13:00～14:30	3,740円	山本 容子
三味線	12,3月	13:30～15:30	4,840円	藤本秀優佑
琴	火3回	13:30～15:30	4,840円	利光 歌風
ギター(子供可)	12,4火	17:30～21:00	4,290円	原田 良介
尺八入門	2,3,4水	15:00～17:00	4,840円	川原 乗山
仁科尚子さんのフルートを楽しむ	3木	11:00～18:00 45分の個人レッスン	4,070円	仁科 尚子

松井みわ♥歌倶楽部

★なつかしの歌をうたおう
歌声喫茶のように皆で楽しく色々な曲を歌いましょう。
第2・4(月)13:30～15:00
★シニアの脳トレソング
手足を動かし歌いながら脳を刺激。楽しい時間が活力に!
第1・3(金)13:00～14:30
【受講料】 各2,640円

♪朝ウクレレ♪

講師 中島 武志
気楽に始められる可愛い音色のウクレレでジャンルを問わず素敵な曲を楽しく弾きましょう。
第2・4(月)10:30～12:00
【受講料】 3,740円

～自分磨きの特別な時間～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
飾り巻き寿司 技能3級認定講座	3月(奇数月)	13:30～17:00	18,700円(認定料教材込み)	清水みちよ
1日でお寿司の基本を学ぼう	3月(偶数月)	14:00～15:30	2,640円	
はじめてのタロット	1火	10:30～12:00	2,640円	晏佳里
文章教室	2火	13:30～15:30	2,090円	新福 信夫
3か月でMC養成	1,3木	19:00～21:00	17,820円(全6回)	赤松由有里
メイクで若返り	2火(奇数月)	10:00～12:00	各2,090円	エステティックサロンズベリー専任講師
ネイル&ジェルネイル	2火(偶数月)	10:00～12:00		
俳句を学ぶ ～古典を現代にかかして～	2水	10:00～12:00	2,090円	愛甲 厚子
九星気学と易学	3水	10:00～11:30	2,640円	伊藤 ゆう
そろばん健康教室 脳トレで若返り	1,3水	13:30～15:00	2,640円	松永 徳子
3か月で素敵になる 中高年の着こなし術 もっとキレイに美力アップ カラーコーディネート	1,3水	13:30～15:00(全6回)	各3,740円(1カ月)	大羽 雅江
シニア英会話	木	10:00～11:30	7,040円	佐藤真由美
きものの着付け	木(月3回)	13:30～15:30 19:00～21:00	各4,290円	竹下 涼子
デジタルカメラ入門	13金	10:00～12:00	2,640円	吉浦 明信
健康マージャン	2,4金	13:00～15:00	3,740円	若原 順子
大人の英会話	土	15:00～16:00	4,840円	フルミン・リエ

気軽にパソコン 講師 平野久美子

超初心者もOK。各自のレベルに合わせた個々の授業内容! あなたの「わからないところ」「知りたいパソコンの活用法」も含めて、疑問もクリアの納得クラスです。
第2・4(土)10:00～12:00 【受講料】 4,290円



飾り巻き寿司 講師 清水みちよ

季節の行事や可愛いキャラを巻いて家族のイベントやお弁当にも!
3/28・4/18・5/16・6/20・7/25・8/22・9/26
各(月)10:00～12:30 【受講料】 各2,640円

～子供の可能性は無限大!!～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
楽しい子供英会話	低学年 高学年	火	16:45～17:45 18:00～19:00	各4,840円 フルミン・リエ
子供の書道と硬筆	水	17:30～19:00	3,740円	江崎 草鶴
クラシックバレエ	幼児 児童	金	16:10～17:00 17:15～18:30	5,940円 7,040円 田畑 千恵
子供絵画	12,3土	13:00～14:30	3,740円	北原 健治
ジャズ&クリエイティブダンス	幼児 児童 ジュニア	土	14:00～15:30(年齢によるクラス分けあり) 15:45～16:45	各4,290円 飛鷹 奈加

講座を開きませんか センス光る講座、ブームを先取りの講座お待ちしております!

～絵画や書に親しむ～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
カリグラフィ&ペーパークイリング	1火	19:00～21:00	2,640円	吉田真里子
楽しいパステルアート	2火	13:30～15:30	2,640円	福田 千鶴
小池邦夫の絵手紙	1,3水	10:00～12:00	3,740円	山田登代子
実用漢字仮名書道	10:00～11:30	3,740円		
小文字書道 かな書道 漢字書道	12,3水	13:30～15:00 19:00～20:30 11:30～13:00	各4,290円	江崎 草鶴
たのしい表装 ミニ掛け軸～屏風	12,3金	13:30～15:00		
書き方・書道教室	13金	10:00～12:00	3,740円	水落 龍勝
児童 大人	12,3金	17:30～19:30	3,740円 4,290円	小野 蓮翔
水彩画と油絵	12,3金	14:00～16:00	各3,740円	北原 健治
油絵入門	12,3土	10:00～12:00		
やさしいクレパス画	2,4土	13:30～15:30	各2,640円	菊川 一清
絹糸アート	2,4土	13:30～15:30	各2,640円	中野 智子
ペン習字	1,3土	13:30～15:30	3,190円	中野 智子

やさしいスケッチ 淡彩画の描き方

講師 西川 幸夫
多くの画集出版で知られる講師が、基礎から彩色まで風景画の描き方を丁寧に指導。奥行きのある絵を!
第2・4(金)14:00～16:00(全6回)
【受講料】 3,190円(1カ月)



魔法の筆文字

講師 TuTe 筆子
自分のくせ字が魅力に変わる! 季節に合わせたテーマを筆ペン1本で!
第1(水)10:00～11:30/18:30～20:00(全3回)
【受講料】 各1,760円(1カ月)

はじめての切り絵

講師 小菅績憲/仲尾紅
カッター1本で繊細なモクロの芸術の世界を表現できます。
第3(月)13:00～15:00 【受講料】 2,090円



NPO法人ハウスキーピング協会 整理収納アドバイザー2級認定講座

講師 元重香代・他認定講師
プロが持っているノウハウを学べ、片づけ上手になった上にたった1日で資格も取れます! おうち時間が増えた今、快適生活始めましょう。
3/24・5/26各(木)7/6・9/7 各(水)10:00～17:00
【受講料】 各24,700円(ライセンス料・テキスト代込み)

～心、和む 花が好き～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
アメリカンフラワー	1,3月 2,4木	10:00～12:00 18:30～20:30	各3,740円	井上 弘子 吉国多恵子
プリザーブドフラワーアレンジメント	2火	10:30～12:00	2,090円	谷上 博子
生花・小原流	火3回	19:00～21:00	3,740円	高野 光京
専心池坊	金3回	19:00～21:00	4,290円	半田 信峰
フラワーアレンジメント	3金		2,090円	

～手仕事大好き趣味の時間～

講座名	曜日	時間	受講料	講師
戸塚刺しゅう	1,3月	13:30～15:30	3,740円	国分 重子
パッチワーク	1,3火	10:00～13:00	3,740円	松本 充子
一閑張り	1,3火	10:00～12:00	3,740円	久枝 仁美
健康サポート 南京玉すだれ	1,3火	10:30～12:00(全6回)	3,190円(1か月分)	上家 親
自由刺しゅう	1,3火	14:00～16:00	3,740円	三ヶ島則子
ガラスアート	3火	10:30～12:00	2,640円	谷上 博子
名刺サイズの 手彫り判子とカード作り	3火	13:30～15:00	2,640円	江ばたさとみ
初めての 刺しゅうブローチ	4火	10:30～12:30	2,640円	アリンコの休日
手縫いの帽子	4火	13:30～15:30	2,090円	村田 恵子
おもしろ手織り	2水	13:00～15:00(全5回)	2,640円(1か月分)	添田 良子
和紙ちぎり絵	2木	10:00～13:00	2,090円	平野美恵子
帯で作る バッグと帽子	1木	10:00～12:00	2,640円	
洋裁立体製図	2水		各3,740円	丸小野 忍
洋裁とリフォーム	2,4木	13:30～15:30		
真多呂人形の お雛様	1,3木	13:00～15:00	3,740円	大力真麗澄
お洒落! つまみ細工	1金	10:00～12:00	2,640円	足達 享子
クラフトバッグ	3金	13:30～15:30	3,190円	花結び★梅若
手編み	12,4金	10:00～12:00	3,740円	湯田 順子
テコ招き猫	1土	10:30～12:30	3,740円	千手あずさ
和菓子・初級	3土	10:00～11:30 13:00～14:30	各2,640円	山口 妙子
わくわくソーイング	1土 3土	10:00～14:00	各3,740円	澤田 穎子

創作アクセサリーメイキング



講師 藤原 弘美
天然石や硝子ビーズを使い季節に合わせた色や素材で様々な技法を取り入れ作品に!
第2(木)13:00～15:00 【受講料】 2,640円

お坊さんと一緒に写経と法話 講師 渡邊 晃司

日々の悩みもこのひとときで心が軽くなる。写経の「静」と法話の「笑」時間を。
第2(木)13:30～15:00 【受講料】 2,090円



和モダン・水引教室

講師 平田奈都美
基本的な組み方を学びながら、伝統芸術の水引で色々なものを作ります。
第2(土)10:00～11:15 【受講料】 2,090円

消しゴムはんこ

講師 ちまめ
可愛いキャラクターや名前のはんこで、マイグッズを作れます。
第2(木)10:00～12:00 【受講料】 2,090円

