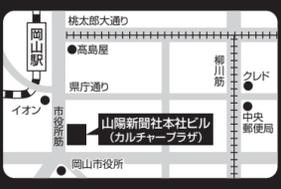


11月開催 受講生募集! 1日体験講座

受講料 1,100円 事前にご予約下さい

お申し込み 受付時間 月～土曜 9:30～19:00 日 9:30～17:30 (お客様窓口) 定休日 祝日、GW、お盆、年末年始 (無料駐車場あり)



山陽新聞カルチャープラザの全講座はホームページでご覧いただけます。 https://santa.sanyo.oni.co.jp/culture/

文学・文芸のコース

- 童話創作教室 11/11(月) 13:00～15:00
●エッセイ教室I 11/6(水) 13:00～14:30
●川柳教室 11/21(木) 13:00～15:00
●短歌教室 11/28(水) 13:15～15:15
●楽しく俳句を始めよう 11/9(土) 9:50～11:50
●山田方谷の世界 11/2(土) 13:00～14:30
●古代の古備 11/22(金) 13:30～15:00
●花の文化史 11/2(土) 13:30～15:00
●心にひびく日本の古典 11/16(土) 13:00～15:00
●『源氏物語』を読む 11/21(木) 10:00～12:00
●『源氏物語』をわかりやすい『宇治十帖』から 11/11(金) 13:00～15:00
●岡山後楽園のキーワードは『養生』 11/14(木) 10:30～12:00

宗教のコース

- 写経 11/11(月) 13:00～14:30
●『源氏物語』をわかりやすい『宇治十帖』から 11/11(金) 13:00～15:00

語学のコース

- ネイティブ英会話サロン 11/26(火) 13:00～14:20
●ゼロからの英会話 11/18(月) 10:30～12:00
●ドイツ語 11/26(火) 15:25～16:55
●～ラテン音楽から感じる～スペイン語 11/1(金) 10:30～12:00
●ハンガール講座(中級) 11/16(土) 13:00～14:20
●ライゼン取得のコース 認定心理カウンセラー養成講座(基礎コース) 11/30(土) 13:30～15:30

実務・教養のコース

- 脳トレ体験講座 11/14(木) 13:00～13:50
●実用・かな書 11/5(火) 18:00～19:30
●漢字と実用書 11/8(金) 13:00～14:30
●楽しい年賀状づくり 11/15(金) 13:00～14:45
●O(ゼロ)から始めるボールペン講座 11/14(木) 18:30～20:15

美術のコース

- 油絵(特に指定なし) 11/5(火) 13:00～15:00
●はじめて描く油絵 11/18(月) 13:00～15:00
●水彩表現 11/16(土) 13:00～15:00
●スケッチを楽しもう!(クレパス画) 11/18(月) 10:00～12:00
●デッサン基礎 11/10(日) 14:00～16:30

大人の塗り絵(塗り絵から始める水彩色鉛筆画)

- 11/18(月) 10:00～12:00 油彩・水彩色鉛筆を使い「ゆり花」を仕上げます。

チョークアート

- 11/8(金) 10:30～12:00 POPなチョークアートを楽しめます。

たのしい鉛筆画

- 11/5(火) 10:00～12:00 初心者の方も大歓迎です。細密鉛筆画の体験です。

俳画

- 11/5(火) 10:00～12:00 俳画で簡単に楽しめる。年賀状を書きます。

水墨画

- 11/1(金) 13:00～15:00 墨の濃淡やしじみ、かすれなど水墨画の面白さを体験してください。

①ふだん使いの器を作る ②子供や高齢者のためのひねろー陶芸

- 11/6(水) 10:00～12:00 ①手ろくろ、電動ろくろによる陶芸。②木枠で作る陶芸。

動物彫刻と器

- 11/17(日) 13:00～15:00 備前焼で自分らしい使いやすい器(コップ、皿)など制作します。

着付け・和裁・洋裁・編物のコース

洋裁

- 11/7(木) 10:00～12:00 スカートを縫うための型紙の作成。採寸をして自分のパターンを作ります。

手編み(棒針編み、かぎ針編み)

- 11/13(水) 10:00～12:00 秋冬の暖かい糸を使ってストールを編んでみましょう。

やさしい手編み ストレッチ編み

- 11/19(土) 10:00～12:00 1玉で作れるおしゃれなミニマフラー。

邦楽・舞踊・民謡・音楽のコース

日本舞踊(若柳流)

- 11/17(日) 11:00～12:00 日本舞踊の簡単な振り基礎から教えます。

日本舞踊(花柳流)

- 11/7(木) 13:00～15:00 肩のあがり舞基本から入ります。

詩吟セミナー

- 11/5(火) 18:15～20:30 詩吟の発声法、レベルに合わせた指導。

箏篋(初級)

- 11/14(木) 18:00～20:00 日本古来の箏篋です。やさしくなつかしい音色に心がやわらびます。

『争りな』を楽しむ(管曲入門)

- 11/8(金) 14:00～15:00 タやけやけ、春の川など、のど歌や千曲川などの歌謡曲を弾いてみましょう。

尺八

- 11/14(木) 13:00～15:00 尺八の基礎から入ります。

箏

- 11/7(木) 15:30～17:30 箏のかまき方等基本から入ります。

沖繩三線・琉球民謡

- 11/6(水) 13:00～15:00 三線は簡単な楽器です。ぜひこの機会に沖縄の風と海を感じてください。

複音ハーモニカ講座

- 11/28(木) 15:30～17:30 複音ハーモニカの入門・初級編です。

サクソフ入門

- 11/10(日) 14:00～15:00 音を出してみよう～簡単な曲の部分演奏も体験します。

リコーダー合奏講座

- 11/9(土) 10:00～12:00 簡単な曲が出来るだけでなく、実は奥深い、大人が楽しめる楽器です。

ウクレレ

- 11/1(金) 18:30～20:00 ウクレレに楽しめるウクレレ講座。

歌って健康いきいきライフ

- 11/6(水) 10:30～12:00 椅子に座って歌って、気分、リズム、リズムの楽しさを味わって、歌って健康な生活を送りたい。

歌って健康いきいきヴォイトレ

- 11/16(土) 10:00～11:30 誤嚥性肺炎の予防や清音、呼吸のリズムで体を動かした後、楽しく歌いましょう。

小牧まりと名曲を歌う

- 11/21(木) 10:40～12:10 なんでもありの名曲をみんなで歌って楽しめましょう。

オペラのアリアを歌ってみよう

- 11/12(火) 14:00～15:00 発声法を学んだあとの曲を歌います。

タンゴを歌う

- 11/19(火) 10:30～12:00 美しいメロディー、リズムと魅力のタンゴ。歌詞の内容を学びながらスペイン語で歌います。

楽しく歌おう ミュージカルソング!

- 11/13(水) 13:30～15:00 劇団四季で培った声を出し方、メロディを使って楽しく歌って、みんなで初めの方もどうぞ。

花との出会い・四季を知るコース

いけばな・嵯峨織流

- 11/19(火) 15:30～17:30 生活に寄り添って、花の魅力を学びましょう。

いけばな・嵯峨織流

- 11/18(月) 18:30～20:30 季節のお花で部屋を彩るの仕方を体験(テーマXmas)。

いけばな・桑原専慶流

- 11/7(木) 13:00～15:00 暮らしに寄り添って、日本の伝統文化を楽しみましょう。

いけばな・池坊

- 11/26(火) 10:00～12:00 クリスマス・正月に向けた簡単な作品の制作。

草月いけばな教室

- 11/2(土) 18:00～19:00 いけばなが、お洒落な空間を飾るの楽しさを体験。

玄関をクリスマス飾りでコーディネート

- 11/5(火) 13:30～15:00 人気のお花で部屋を彩るの仕方を体験。

プリザーブドフラワー・アーティフィシャルフラワー

- 11/15(金) 10:00～12:00 アーティフィシャルフラワーを使って、優しい色合いのコーザージュBOX作り。

茶道・煎茶・礼法マナーのコース

表千家茶道

- 11/8(金) 14:00～16:00 和の空間でお茶を楽しみます。

煎茶・一茶庵

- 11/5(火) 18:00～19:30 ひととき日常を忘れて味わう少量のお茶。「煎茶」の楽しみの世界をご紹介します。

香道

- 12/18(日) 13:00～15:00 香香を体験します。国内では産出しない香木を数種類聞き、その妙を感じていただきます。

手芸のコース

手描友禅染色

- 11/20(水) 10:00～15:00 テーブルセンター(42x50cm)。

木彫(秀心彫)

- 11/11(月) 10:00～12:00 初心者にもやさしい彫刻の楽しさを体験。

編める粘土マイネツ

- 11/7(木) 10:00～12:00 フリル付きの粘土で、お花を飾ります。

山田千代子のコスチュームジュエリー

- 11/27(水) 10:00～12:00 マルチホルのビーズを使ってペンダント、ブレスレット、ピアス、イヤリング、ヘアアクセサリー、ブレスレット、ピアス、イヤリング、ヘアアクセサリー。

アートクラフト(陶器絵付け)

- 11/5(火) 10:00～11:00 初心者大歓迎。豆皿にクリスマスリースを描きます。

ピンクローズのホワイトトレー(ホールペイント)

- 11/13(水) 13:00～16:00 フォトリソグラフィの技法を体験。

木目込み人形・寿光会

- 11/11(月) 10:00～12:00 来年の干支(子)を作ります。とてもかわいらしいですよ。

テキスタイルアート フリーレース

- 11/12(火) 10:00～12:00 リボンやコードを使ってオリジナルに仕上げられる小袋バッグ作り。

つまみ細工教室「ゆきいご」

- 11/1(金) 10:00～12:00 秋色のマーガレットを作ります。針も糸も使いませんので安心してご参加下さい。

ジュエリーバッグ フリーレッスン

- 11/7(木) 13:30～15:00 5からと輝くイヤリング、キーケースを作ります。

ビーズ織り「ループフリンジペンダント」

- 11/13(水) 13:00～16:00 フリンジにスクロウスタールを入れたペンダントを作ります。

羊毛フェルトで愛犬・愛猫をつくろう

- 11/15(金) 10:00～12:00 羊毛フェルトで犬猫の顔のブローチを作ります。

趣味と暮らしの百科コース

日常の会話から始めるスピーチ講座

- 11/18(月) 18:30～20:30 人前で視線に負けることなく話の話し方ができるように取り組む。

井上いつのり話し方講座

- 11/13(水) 13:00～15:00 朗読の基礎を身につけて、孫や子供に本を話してあげませんか。

絵本と童話を読む講座

- 11/11(月) 13:00～15:00 高次賢治や新美南吉の作品を中心に絵本や童話をよみます。

脳トレにも「朗読」を!

- 11/15(金) 10:00～12:00 朗読の基礎を身につけて、孫や子供に本を話してあげませんか。

朗読

- 11/12(土) 10:00～12:00 正しい呼吸法、発声法を身につけて、内容が正しく伝わる読み方を学ぶ。

田辺聖子の新源氏物語

- 11/14(木) 10:00～12:00 「当世第一の古典の読み手」田辺聖子さんの源氏の世界を楽しむ。

あすなる腹話術

- 11/30(土) 10:00～12:00 腹話術は若返りの効果や人の心を深く不思議な魅力があります。

囲碁

- 11月21日(木) 15:30～17:30 6歳以上、初心者からどうぞ。●定員5名

初・二段目標の囲碁

- 11/5(火) 18:00～20:00 講師1人が複数相手に実戦指導。●定員5名

健康マージャン

- 11/14(木) 13:00～15:00 かけない、飲まない、吸わないの健康マージャン。

2020年吉日方で開運!

- 11/27(水) 10:30～12:00 占いで運を味方につけてみましょう。

四柱推命学・開運気学

- 11/27(水) 12:30～15:00 生年月日からその人の人生の流れを覗いていきます。

東明手相教室

- 11/20(水) 10:00～11:00 手相はみんな違う。誰にでもわかります。

ヴォイストレーニングで若々しく健康に

- 11/12(火) 13:00～14:00 呼吸法、発声法を学び、唱歌、童謡、昭和歌謡を歌います。

日曜カラオケ

- 11/17(日) 13:00～15:00 楽に発声ができるよう基本練習をします。

カラオケを楽しむ(かよ&ふれんず)

- 11/1(金) 15:45～17:45 新曲を1曲、自分の好きな曲を1曲、カラオケに練習します。

家庭でできるアロマ健康法

- 11/28(木) 13:30～20:00 アロマオイルに合った香りや効果、ハンドマッサージ体験をしていただきます。

身体と心をときほぐすヨガ

- 11/18(月) 13:15～14:45 ゆったりと体を動かすとともに心もほぐれ、こころと体が一つになる。

ヨガ健康法

- 11/6(水) 15:00～16:30 呼吸の深さやリズムを確認しながら体を動かしましょう。

ヨガ健康美容

- 11/6(水) 18:00～19:30 日頃動かしにくいところを動かして、美しく美しい体をめざしましょう。

基礎から始めるホームヨーガ

- 11/21(木) 10:00～11:30 ゆっくりとした動き(ホー)と呼吸で瞑想します。

やさしいヨーガ

- 11/14(木) 15:30～17:00 ヨーガ実習

笑う門には福といばい楽しい笑いヨガ

- 11/15(金) 13:00～14:00 笑って顔筋、心身が伸び、リラックスできる講座です。

あたまからだるいリフレッシュ ゆったり太極拳

- 11/13(水) 10:00～12:00 ゆっくりと体を動かして心もリラックスさせましょう。

エクササイズタイチ ザ 太極拳

- 11/8(金) 18:30～20:30 太極拳の体幹を鍛え、リラックスできる健康体操です。

太極拳と氣功法

- 11/6(水) 10:30～12:00 静かに動作を行う全身運動。脚力、バランス力、持久力の向上を目指す。

健身気功

- 11/17(日) 13:00～14:30 特定の呼吸法により呼吸を調整し、心臓、肺、胃、腸の調整をする。

フィットセラピー&姿勢・体幹軸トレ教室

- 11/1(金) 15:30～17:00 姿勢改善の体幹軸トレとフィットセラピーで調った身体を作ります。

スポーツ吹矢

- 11/8(金) 10:30～12:00 基本動作から覚えていただき、すぐに6mから吹く体験ができます。

若さを保つ筋力

- 11/17(日) 10:30～12:00 若々しい姿勢を保つための筋力アップ方法を指導します。

自力整体で、ほっと一息リセットタイム

- 11/8(金) 13:30～15:00 マッサージに行くより自分でできるセルフケアを学びましょう。

からだメンテナンス

- 11/13(水) 10:30～12:00 ゆっくりと筋力・関節を動かして、体全体をほぐしていきます。

熟年から始めるソニアルダンス

- 11/5(火) 10:00～11:30 踊る楽しさを体験してみたい。

Shall We Dance?

- 11/12(火) 18:00～20:00 モダン、ラテンの音楽に合わせて2時間のダンスタイムを楽しみましょう。

ソニアルダンス入門&初級

- 11/16(土) 14:30～15:45 プルース、ワルツ、ジブラ(踊ります)。

社交ダンス

- 11/11(月) 10:30～12:00 ジブラ&ワルツを楽しむ、プルース&ワルツで少しおしゃべり。

ハワイアンフラ

- 11/7(木) 12:30～13:45 準備体操、基本ステップ、ハワイアンフラに合わせてステップを学ぶ。

合気道

- 11/18(月) 19:10～20:25 護身、健康管理、外傷内傷そして気力の充実、効果的です。

ジュニアコース