

創造・表現する楽しみ

はじめての水墨画教室

彩墨画の美しさと中国伝統技法による多彩な画法
王一夫 (ワンイーフ)
 (東北大学大学院建築科修了/吉林省師範学院美術学部客員教授)

●月3回3,735円(教材費別)
 ●木曜14:00~16:00

水彩画入門

身近なものを水彩で描く
佐竹隆弘
 (日本水彩画協会友/奥美連会員/県水彩画協会(副会長))

●月2回3,520円(教材費別)
 ●水曜10:00~12:00

心を贈る絵手紙教室

心のキャッチボールを楽しむ
押野まち子
 (日本絵手紙協会公認講師)

●月2回3,740円(教材費別)
 ●月曜10:00~12:00

日曜油絵教室

基本から学び身近な風景を描く油絵教室
後藤昭一郎
 (三輪会会員・同評議員)

●月1回1,760円(教材費別)
 ●日曜10:00~12:00

天童市市民プラザだより



令和6年 9月1日発行

人生に輝きを

自分らしく いつまでも

天童市生涯学習講座 主催/天童市教育委員会 天童市市民プラザ

新規講座

書に親しむ

漢字の楷書・行書・草書、かなを学び、美しい文字の追求
鈴木翔雲
 (白眉会友/読売書法会参与/桐蔭誌漢字かなベン字部教授)

●月3回3,735円(教材費別)
 ●土曜18:00~19:00(昼休憩)

毛筆とペン書道

書で楽しみ、生涯の友として
鈴木翔雲
 (白眉会友/読売書法会参与/桐蔭誌漢字かなベン字部教授)

●月3回3,735円(教材費別)
 ●木曜10:00~12:00

楽書

文字の雰囲気、季節に合わせた書作品づくり
岡部陽子 (書家/現代書道研究所教育部長)

●月1回1,760円(教材費別)
 ●水曜10:00~12:00
 ●金曜10:00~12:00
 13:00~15:00

あーと書道&英文字

手軽に、色彩豊かに表現する
未來
 (色彩のあーと書道家)

●月1回1,735円(教材費別)
 ●月曜13:00~15:00
 ●土曜13:00~15:00

大人の書道教室(初心者コース)

これから始める毛筆・ペン字
野川正廣
 (桐蔭書院常任理事/読売書法展参与/桐蔭誌漢字部教授)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●水曜10:00~11:30

筆耕士が教える筆ペン教室

日常で使える筆ペン実用書道
中陳 学
 (筆耕士/賞状書士)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●火曜10:00~12:00

絵描き建築士のスケッチデッサン教室

鉛筆1本! 脳トレデッサン
高橋けいいち
 (武蔵野美術大学造形学部建築科卒/一級建築士/一級建築施工管理技士)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●土曜10:00~11:30

継続講座を体験・見学してみよう!

(講座によってできないものもございます)
 お気軽にお電話お問い合わせください。
 事前にお申込みの手続きが必要です。

おためし入会 見学
 1か月分の受講料で体験入会ができます。 15分程度を無料で見るができます。

教養を深める

川柳の基本教室

生活実感を表現する手応え 心にゆとりと安心を持つ幸せ
太田祐子
 (山形県川柳連盟副理事長)

●月1回1,760円
 ●火曜10:00~12:00

たのしい俳句講座

優しい言葉で、思いは深く
鈴木正子
 (「胡蝶」主宰 山形県俳句協会会長)

●月1回1,760円
 ●水曜10:00~11:30

古文書で学ぶ地域の歴史

天童落城記を読み解く
野口一雄
 (天童市文化財保護審議会委員)

●月2回3,850円
 ●木曜10:00~11:30

あいさつからはじめる中国語

日常生活や仕事に役立つ中国語
高橋れあ
 (中国語通訳/中国語講師)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●火曜19:30~20:30

かんたん英語で日常英会話(初級)

世界を広げる
ジェニファー湯村
 (英会話講師)

●月3回5,610円(教材費別)
 ●金曜19:00~20:15

ステップアップ英会話(中級)

日常に役立つ英会話で正しい発音と表現力を身に付ける
ジェニファー湯村
 (英会話講師)

●月3回3,735円(教材費別)
 ●月3回5,610円(教材費別)
 ●水曜19:00~20:15

韓国語

韓国の文化や料理、習慣などにも触れて楽しく学ぶ
五十嵐貞心(チョンシム)
 (韓国語講師/日韓通訳・翻訳)

●月3回3,735円(教材費別)
 上級 土曜10:00~11:30
 中級 土曜13:00~14:30

健康に美しく

ヨーガ・セラピー

心身のストレス軽減
高橋秀一
 (出日本ヨーガ療法学会認定ヨーガ療法士)

●月3回4,290円
 ●土曜10:00~11:30

ストレッチと健康気功

気を調節して心の安定と病気の予防
植松良子
 (気楽日本健康協会)

●月3回3,735円
 ●月曜10:00~11:30

森呼吸エクササイズでリフレッシュ

森林浴のような心地よさを味わい、身体も心も軽やかに!
小野淳子
 (日本体育大学体育学部体育学科卒)

●月2回3,520円
 ●火曜13:30~15:00
 ●水曜10:00~11:30

3Bストレッチと貯筋体操

身体を上手に動かして、若さと健康維持に健康体操
平松弘子
 (社日本3B体操協会公認指導者)

●月3回3,735円(教材費別)
 ●月曜13:30~15:00

自衛術(じきょうじゅつ)

骨格矯正、マッサージけん引など、頭から足元まで
武藤紀子
 ((公)自衛術普及会 山形県支部長)

●月3回3,300円(教材費別)
 ●木曜14:00~15:30

日本舞踊教室(藤間流)

超一流の講師の指導で内面からも美しく
藤間 乾
 ((公)日本舞踊協会山形県支部長)

●月2回3,960円
 ●水曜14:00~15:00(昼休憩)
 15:00~16:00(初心者)

情熱のフラメンコ(中級)

眠っている情熱的な自分を引き出し、心と肉体を磨く
熊坂裕美
 (AKIKOフラメンコスタジオ舞踊団長)

●月3回4,275円(教材費別)
 ●水曜18:10~19:30

魅惑のフラダンス

楽しく踊りながら、美容と健康増進
高橋あや子
 (注フランススクール 専属インストラクター)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●火曜10:00~11:30

仕事帰りにエンジョイフラ

心も体もリフレッシュ
大江真澄
 (注フランススクール 専属インストラクター)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●金曜19:00~20:30

大人のバレエ

年齢に関係なく楽しめる
高津妙子
 (バレエ教室/バレエ主宰)

●月3回4,275円(教材費別)
 ●木曜19:00~20:30

骨盤底筋エクササイズ

【尿モレ予防・改善】【お腹周りスッキリ】【代謝アップ】
佐藤佐都美
 (JCCA認定リハビリインストラクター/腰痛予防ポシキボム認定インストラクター)

●月2回3,520円(教材費別)
 ●火曜10:00~11:30
 ●水曜13:30~15:00

陰ヨガ

気血を巡らせ心と身体のバランスを整える
折原裕紀
 (インド政府公認 シブアンタダゴヨガ正統指導者)

●月2回3,520円
 ●火曜13:30~14:40

ラージボール卓球教室(中級者)

技術力アップに効果的
斎藤俊昭

●月2回2,260円
 ●月曜10:00~12:00

ラージボール卓球フリー練習講座

楽しみながら、爽やかな汗を流す
●月2回980円
 ●月曜13:00~15:00

Tendoすこやか My進事業

TendoすこやかMy進事業のアプリをダウンロードして上のマークの付いた講座にご参加いただくとポイントが貯まります。300ポイント以上貯めて応募すると抽選で素敵な景品が当たります。

●傷害保険について
 天童市市民プラザでは、万が一の事故に備えて、賠償責任保険に加入しておりますが、施設内での傷害事故(例：レッスン中に着地に失敗し、骨折等)などは、傷害保険での対応となり、賠償責任保険は適用されません。各自、任意で保険にご加入頂きますようお願い致します。

冬休み限定 書き初め教室

冬休みの宿題に挑戦
渡部梅祥
 (元高校教員 日展友会読売書法会理事 桐蔭誌教授)

●12/21(土)
 13:00~14:30
 ●受講料1,760円
 ●定員15名

冬休みの宿題「書き初め」を練習します。点画の書き方、基本的な文字の取り方を学習し、それぞれの課題に取り組みます。
 ※小学3年生から中学生までを対象とします。

一日集中 季節のお菓子教室

かぼちゃのハロウィンシュー
佐竹瑞貴
 (お菓子教室ミラレ代表)

●10/8(火)
 10:00~12:00
 ●受講料4,000円
 ●教材費2,500円
 ●定員4名

季節に合わせたスイーツの作り方を学びます。

2か月短期 季節のお菓子教室

デコレーションケーキ・クリスマスケーキ作り
佐竹瑞貴
 (お菓子教室ミラレ代表)

●11/2(火)
 10:00~12:00
 12/19(木)
 10:00~12:00
 ●受講料4,000円
 ●教材費5,000円
 ●フルーツは各自で準備

11月はデコレーションケーキ、12月はクリスマスケーキを作ります。スポンジ作りから最後は自分の好きなフルーツをトッピングして仕上げます。

一日集中 おうちパン講座

トースターやフライパンで焼く手軽パン
わがつまにいな
 (おうちパン教室にほん主宰/調理師/日かんのパン活用活動講師)

●10/3(木) ミラのウインターパン
 ●11/7(木) チョコフライパンパン
 ●12/5(火) カリカリくるみのねじねじデカパン
 ●10:30~12:30
 ●受講料1,870円
 ●教材費10月2,130円
 11月2,350円
 12月2,350円

パン作りの工程を最後まで徹底してからおうちパン講座、はじめのうちはトースターやフライパンで焼く手軽なパンを焼きます。生地作りから焼き上げまでの作り方を学びます。

一日集中 さとみの漬物講座

ビニール袋で漬ける白菜の本漬
新関さとみ
 (NHK「ふるほ」番組 チャキシャキ漬物講師)

●10/31(木)
 10:00~12:00
 ●受講料1,760円
 ●教材費1,400円

ビニール袋で漬ける白菜の本漬。桶と重石がないと漬けることが出来ないとされている白菜の長漬。実は少人数のご家庭用にビニール袋で簡単に漬けることが出来ます。手軽で美味しい漬け方のコツを学びましょう。

3か月短期 楽しいワイン講座

山形県産ワインと日本のワインの産地を知ろう
櫻井佳子
 (一般社団法人日本ソムリエ協会ワインエキスパート)

●10/5(土)、11/16(土)、12/7(土)
 11:30~13:00
 ●受講料5,280円(教材費別)

日本ワインのトップを牽引する山梨県と、第4位の山形県を中心に学びます。第2位と第3位のワイン産地についても触れます。テイストングも有ります。

一日集中 英国スタイルの優雅なテーブルフラワーを作る

優雅な色彩で色の流れを楽しむ
野川卓峰
 (単独口イザワフラワー教室主宰/華道専正池坊家元教師/華道小原流一級家元)

●10/11(金)、11/8(金)
 10:00~11:30
 ●受講料1,815円(1回)
 ●教材費4,000円~(1回)

季節の花を使い、毎回素敵な英国スタイルのテーブルフラワーを作ります。初めての方でも基礎を学び、自分飾りをしながら日々の生活にお花からパワーをいただきましょう。(花材は毎回変わります)

一日集中 ポタニカルキャンドル&サシェ

季節に合わせてお部屋を彩る
眞木香織
 (華屋・リンドバウム代表)

●10/2(火)
 10:00~12:00
 ●受講料1,760円
 ●教材費4,000円

ポタニカルキャンドルとは「ドライフラワー」など天然素材のものをワックスに入れて固めたキャンドルのこと。天然素材から出るナチュラル感や自然に色と香りを漂わせます。

一日集中 クリスマスツリーづくり

季節に合わせてお部屋を彩る
眞木香織
 (華屋・リンドバウム代表)

●11/6(水)
 10:00~12:00
 ●受講料1,760円
 ●教材費4,000円

クリスマスを楽しみ、お部屋を彩る。アイのアレンジを手作り、プリザーブドフラワーや木の実はなどを使って作成。当日持ち帰れます。初心者の方でもきれいに完成します。

一日集中 クリスマスリース作り

季節に合わせてお部屋を彩る
眞木香織
 (華屋・リンドバウム代表)

●12/4(水)
 10:00~12:00
 ●受講料1,760円
 ●教材費4,000円

プレゼントにもおすすめです。クリスマスリースのアレンジを手作り、フレッシュなグリーンをベースにドライフラワーや木の実はなどを使って作成。当日持ち帰れます。初心者の方でもきれいに完成します。

一日集中 いまさら聞けない大人のメイク講座

自分に似合うベースメイク講座
安達美樹
 (日本化粧品検定特級/コスメコンシェルジュ認定講師)

●10/16(水)10:00~12:00
 11/23(土)13:30~15:30
 12/11(水)10:00~12:00
 ※都合の良い日を選択して下さい。
 ●受講料1,760円
 ●教材費1,500円

一日集中 はじめてのドローン

安全に、楽しく、自由に飛ばす
五十嵐朝哉
 (Drone+ドローンプラス オペレーター)

●12/7(土)
 10:00~11:30
 ●受講料2,310円
 ●教材費200円
 ●定員各5名

ドローンを楽しむための基本を解説しながら、ドローンの種類や操縦するポイント等を学習します。ドローンの操縦も体験できます。 ※高校生以上を対象とします。

一日集中 糸掛けアート

糸が織りなす素敵な幾何学模様
清野民子 (糸かけ 紡(つむぐ))

●10/6(日)、12/8(日)
 10:00~12:00
 ●受講料1,760円
 ●教材費2,000円

糸掛けアートは木製の板などの台にピン(釘)を打ってピンに糸をかけて作ります。ある規則性を元に糸をかけていくと素敵な幾何学模様が出来上がります。集中力の向上やストレスの緩和なども期待できます。

一日集中 はじめてのレジンフラワービギナー講座

色鮮やかに長く楽しめる宝石箱
荒木美波里
 (一般社団法人世界押花芸術協会公認講師)

●10/9(水)、11/13(土)
 10:00~12:00
 12/12(木)、19(木)
 10:00~12:00
 ●受講料3,520円
 ●教材費500円(初回のみ)

時間とともに色あせて枯れてしまふ花の美しさを、特別な乾燥・保存により、半永久的に留めることできる技術です。ドライフラワーとも違う乾燥花を作り、レジンフラワーとは、フランス語で「花の宝石箱」を意味します。

3か月短期 写真1枚から書く自分史

人生を振り返り、これからの前向きに生きる
伊藤洋子
 ((一社)自分史活用推進協議会認定講師)

●10/10(木)、24(木)、11/4(木)、28(木)、12/12(木)、19(木)
 10:00~12:00
 ●受講料3,520円
 ●教材費500円(初回のみ)

一生懸命に歩んできた人生、少し立ち止まって振り返ってみませんか?思い思いの形に加工し、さまざまな素材と組み合わせ、アクセサリやかわいい雑貨を作ります。

3か月短期 ローズウィンドウ

人の心を惹きつける紙で作るステンドグラス
高橋修子
 (一般社団法人 日本ローズウィンドウ協会地区主任講師)

●10/20(日)、11/17(日)、12/15(日)
 13:00~15:00
 ●受講料5,280円
 1回体験1,760円
 ●教材費3,000円~1回体験1,000円

ローズウィンドウ-教会にある美しいステンドグラスを模して再現し、色鮮やかな世界を楽しむアートです。色にキキキ、手洗剤を使って作ることのできるアートだと言われます。楽しんで「ローズウィンドウ」というアートを体験してみませんか?3か月でローズウィンドウの基本を学びます。1回の体験もできます。

3か月短期 魔法の12色パステルアート

簡単キレイな技法で日々を彩るアート
多田あや
 (「形彫り」(あやめど) 日本パステルアート協会公認インストラクター)

●10/20(日)、11/17(日)、12/15(日) (全3回)
 10:30~12:00
 『雪の降る街』
 ●受講料5,280円
 ●教材費3,000円(額付き)

パステルを粉にして描く柔らかい表現は描いても描いてもこころ癒されます。3回で1つの作品を仕上げます。

3か月短期 デジタルカメラスキルアップ

デジタル一眼レフカメラ使いになし術
小野和久 (カメラマン)

●10/13(日)
 11/17(日)
 12/15(日)
 10:00~12:00
 ●受講料5,280円(教材費別)

一眼レフカメラを持っているけど、オートモードしか使ってこない。たくさんある機能を上手に使ってみたい方におすすめ。ワンランク上のカメラテクニックを身に付けましょう。

10月開講 グルーテコでアクセサリ作り

樹脂粘土とクリスタルガラスで作るアクセサリ
三澤千比路
 (JGA日本グループ協会認定講師)

●月1回 土曜
 10:00~13:00
 ●受講料2,500円(教材費別)

樹脂粘土で土台を作り、カラフルなクリスタルガラスを貼って立体的な形に加工します。さまざまな素材と組み合わせ、アクセサリやかわいい雑貨を作ります。

10月開講 色彩のレジン教室

色鮮やかなレジンで雑貨やアクセサリを作る
片桐聡子
 (レジンアートデザイナー/ピースアクセサリデザイナー)

●月1回 土曜
 10:00~12:00
 ●受講料1,760円(教材費別)

レジンには紫外線で固まる透明度の高い樹脂です。色も豊富でいろいろな形に加工し、さまざまな素材と組み合わせ、アクセサリやかわいい雑貨を作ります。

10月開講 はじめての英会話

1から始める英会話の基本
高橋由美
 (英会話講師)

●月2回 木曜
 19:00~19:50
 ●受講料4,000円(教材費別)
 ●定員6名

10月開講 社交ダンスグレイドアップ

経験者対象
武田政勝
 (東北ポラススタジオ プロキック1位/タンゴダンスタジゴ代表)

●月3回 金曜
 11:00~12:00
 ●受講料6,000円(教材費別)
 ●6名から開講

社交ダンス経験者向けの講座です。ステップや姿勢などを見直してレベルアップしていきましょう。

10月開講 親子でやる気! 活気! 総合トレーニング

お子様とパパママと一緒に運動して健康増進
五十嵐早苗
 (美ボディ代表/東根市市民団体操活動KEIZOKUJARA代表)

●10/26(土)、11/23(土・祝)、12/14(土)
 13:00~14:00
 ●受講料 大人 1,450円
 小学生 1,000円

親子でラダー、ミニハードルなどを使いながら楽しく運動をします。体験トレーニングもメニューに組み込み、自宅でもできるトレーニングも学べます。親子で一緒にチャレンジ精神、健康意欲を高めて、運動の習慣化を始めましょう。年長から小学生のお子様がいる方対象です。

追加募集 チエコの編み物教室

手編みから机づくりまでハンドメイドする
大山千恵子
 (オヤママニエティグスクール ナリエチゴ代表)

●月2回 木曜
 13:00~15:00
 ●受講料 2回 3,080円
 ●未就学児(年少~年長)

編み物を基本から学び、応用にステップアップ。自分の作りたいものを完成までお手伝いします。ニットだけでなく小物などトータルファッションをコーディネートします。

追加募集 幼児のための運動講座

体の動かし方を学び、基礎体力を鍛えます
大瀧 亮
 (メカニカルスポーツ塾 Hanakof代表トレーナー)

●月2回 金曜
 17:30~18:15
 ●受講料 2回 3,080円
 ●未就学児(年少~年長)

走る、跳ぶ、投げるなど、いろいろな体の動かし方を学ぶことができます。さまざまな動きを学び基礎的な運動能力を伸ばします。