

楽しく、心豊かに。

高新文化教室

講座案内

[2023年4月～6月]

高知教室

いの教室

シリーズ教室

皆様の創作活動、生涯学習の「ひろば」としてご活用ください。

主催／高知新聞社

主管／高知新聞企業

特集

高知教室

火曜日

絵画講座

レギュラー講座

洋画

さあ絵を描こう。心に残る風景、野原の花、忘れがたい人の姿など、思いつくままに描いてみよう。形と色であれこれと迷いながら描いているうちに、自然と自分に適した表現技術が身に付き、美的感覚が養われて、作画が一層楽しいものになるでしょう。



講師 **吉井 英二**
県展洋画無鑑査

時 13:00～15:30
受 15,000円(全12回)
教 1,200円
定 30人

講師の声

◆高新文化教室で講師を始められたのはいつからですか

1991(平成3)年からなので、30年以上になりましたね。受講生も長く続けてくださっている方がたくさんいます。以前は講座で写生に行ったり、美術館へ鑑賞ツアーに出かけたりすることもありましたが、現在は、主に卓上静物画を描いています。かつての受講生から「海外旅行で家族と美術館巡りを楽しめるのは、教室で絵を勉強したおかげです」と手紙をいただきました。受講をきっかけに美術鑑賞の楽しみを知ってもらえたことはうれしいことです。

◆教員をされていましたが、授業と講座に違いはありますか

学校の授業では限定されることも多いですが、ここでは皆さんがゆったりと楽しんでいます。講座で絵が仕上がると額縁に入れてみます。額に入れると作者の世界が表れてきます。それを皆さんで鑑賞し、お互いに評価し合うのも楽しいものです。

◆講座を長く続ける秘訣は何でしょう

それは「絵が好き」ということ。上手下手は関係ありません。表現の方法はそれぞれです。ここでは、皆さんが熱心に、ひたむきに、自分らしい絵を描いています。さあこれから皆さんと、今秋の『第77回県展』に向けて作品作りに取り組んでいきますよ(笑)

受講生の声

私は受講歴23年です。絵は子どもの頃から大好きでしたが経験はなく、退職してから始めました。吉井先生は、どうやったら個性を表現できるかを上手に指導してくださいます。受講生それぞれ個性が違うので、誰の作品か絵を見ればすぐ分かりますよ。絵を描くのは本当に楽しいです。“教室で絵を描く”そんな「自分の居場所」があるのはうれしいことですね。

高知教室

第1・3火曜日

教養講座

レギュラー講座

『源氏物語』の魅力に迫る—物語絵を活用して— **(新)**

名場面を中心に、深遠なる『源氏物語』の世界を読み解いていきます。原文のこぼれをたどり、表現の魅力を一緒に味わいましょう。



講師 **佐竹 知佳**
早稲田大学教育総合研究所 特別研究所員

時 13:30～15:00
受 11,400円(全6回)
定 12人
教 実費 500円(モノクロ・カラーコピー代として)
※初回日に講師にお支払いください
※『源氏物語』の原文・現代語訳を載せたプリントと補助資料(源氏絵や系図など)を毎回配布

高知教室

水曜日クラス/土曜日クラス

語学講座

レギュラー講座

スペイン語〈入門〉 **(新)**

発音規則、挨拶、直接法現在の動詞の活用など初級文法を学びます。旅行でも使えることを意識して、会話練習も行いましょう。日本人とネイティブ(パルー人)の講師が特性を生かした進捗をします。



講師 **鈴木 和廣・鈴木パトリア**
元ポコアポコ・スペイン語教室講師

時 受 水曜日 18:00～19:00(60分)
16,200円(全12回)
土曜日 13:30～15:00(90分)
16,000円(全8回)
定 各10人 持 筆記用具
教 実費 テキスト代 2,640円、
その他コピー代など
※指定テキストを各自で購入
(初回日にご案内します)

受講生募集中

いの教室 3月14日(火) 健康講座 体験講座

からだバー®(新)

専用のバーを使ったエクササイズプログラムです。「筋力・バランス・コーディネーション・ほぐし・ストレッチ」の要素を取り入れて、肩甲骨から体幹、そして体全体にアプローチしていきます。



講師 Chiko
(一社)日本からだワーク協会 1級指導者

時 19:00~19:45
受 1,600円(全1回)バーレンタル料含む
定 12人
持 ヨガマット(なければ大きめのバスタオル)、タオル(足裏用)、フェイスタオル(汗拭き用)、水

外部教室 3月18日(土) ダンス講座 体験講座

あなたも踊れる!フラメンコ(入門)(新)

基礎からゆっくり学べるクラスで、気軽にフラメンコを楽しみましょう。年齢や運動経験は問いません。楽しく踊ることでも心も身体も活き活きと!!きれいな姿勢や輝ける自分を一緒に目指していきませんか。



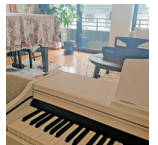
講師 徳永 菜己
フラメンコスタジオ エストゥディオグリス主宰

時 18:00~19:00
受 2,640円(全1回)
定 10人
持 動きやすい服装、タオル、水分、室内用シューズ(トレーニングシューズ等)
場 エストゥディオグリス 高知市南川添16-33 みさきギフト 2階
P 有

外部教室 3月23日 他 音楽講座 体験講座

大人のためのピアノサロン

初心者から経験者までステップに応じ、やさしく丁寧にレッスンします。音楽が好きな方同士が、技術を身ながら交流できる楽しいサロンです。
※3人のグループで60分、内、個人レッスンは20分。参加人数により短縮あり。



講師 山崎 恵美
高知芸術学園 元講師 **定**

時 ①3月23日(木)13:00~14:00 (2人)
②3月24日(金)10:50~11:50 (1人)
③3月24日(金)13:00~14:00 (3人)
④3月27日(月)10:30~11:30 (3人)
⑤3月27日(月)13:20~14:20 (1人)
※ご希望のクラスをお選びください
受 1,700円(全1回)
場 大人のためのピアノサロン 高知市南川添 **P** 無(近隣に有料P有)

高知教室 3月22日(水) 趣味講座 体験講座

和紙ちぎり絵

親しみやすい椿を土佐和紙などで、式紙に表現してみましょう。楽しいひとときを一緒にしませんか。



※作品サイズ (27.2cm×24.2cm)

講師 北村 桂子
全国和紙ちぎり絵サークル認定講師

時 10:00~12:00
受 1,500円(全1回)
教 実費 1,200円 ※当日徴収
定 12人
持 筆記用具、はさみ、手ふき

高知教室 3月25日(土) 趣味講座 体験講座

囲碁を楽しもう(入門)(経験者)

これから始める入門の方から、有段者を目指す上級の方まで、年齢・性別・棋力にかかわらずにぎやかに「手談」を楽しんでいる教室です。囲碁は、ルールは簡単ですが、奥が深く、長く楽しめるゲームです。



講師 田植 昭彦
時 (入門クラス) 13:00~15:00
(経験者クラス) 15:00~17:00
受 1,200円(全1回)
定 各8人
持 筆記用具

高知教室 3月27日(月) 健康講座 体験講座

シナプソロジー脳活性化教室

シナプソロジーとは、五感や認知機能へ新たな刺激を与え、それに対応することで脳を活性化させるプログラムです。



講師 岡上 道代
シナプソロジー普及会認定インストラクター
時 10:30~11:30
受 1,230円(全1回)
定 10人
持 水分補給の飲み物、動きやすい服装、動きやすい靴

高知教室 3月28日(火) 体験講座 邦楽と日本舞踊の講座

詩歌詩吟にふれてみる!

詩歌を吟じることで、人生をより豊かなものにしてみませんか。
【内容】
*どんな詩歌をどんなふう(うた)に吟うの?
*ゲスト 野中秀宗先生の詩吟特別披露
*合唱指導 など



ゲスト 野中秀宗先生 (秀鳳流日本吟詠会 二代家元)

講師 野中 秀鳳 秀鳳流日本吟詠会総本部長
横田 紅秀 秀鳳流日本吟詠会総本部師範

時 13:30~15:30
受 1,100円(全1回)
定 6人
気軽な服装でお越しください

高知教室 3月30日(木) ダンス講座 体験講座

クラシックバレエ

「キレイになる、健康になる、バレエの基礎をしっかりと学ぶ」を目指して、クラシックバレエを始めてみませんか。初めての方も大歓迎です。



講師 上岡 真佐子
マサコバレエワークス主宰

時 10:00~11:15
受 1,500円(全1回)
定 10人 (女性限定)
持 動きやすい服装、タオル、水分、ヨガマット(お持ちの方)、バレエシューズ(お持ちの方)

いの教室 4月11日(火) 趣味講座 短期講座

笑い文字講座【初級・ありがとう講座】

満面に笑みの笑い文字の基礎が学べる講座です。90分で笑い文字の『ありがとう』が書けるようになります。



※講師作品

講師 松田 敦子
(一社)笑い文字普及協会公認上級講師

時 13:00~14:30
受 2,200円(全1回)
教 実費 1,100円 ※当日徴収
定 6人

受講生募集中



外部教室 第2月曜日 教養講座 レギュラー講座

ワインを楽しむ^新

毎回さまざまなお店の料理を楽しみながら数種類のワインを楽しみます。比較して楽しむ中で、ご自身のお気に入りワインが必ず見つかります。



講師 吉村 泰紀
シニアソムリエ

時 18:30~20:30

受 5,250円(全3回)

教 実費 各回10,000円程度(ワイン・料理代)
※当日徴収 ※各会場により変動あり
※各回申込締切はホームページをご覧ください
※キャンセル・欠席は連絡必須。締切日以降のキャンセルは教材費を申し受けます

定 15人

場 毎回会場が変わります。詳しくはお尋ねください

高知教室 水曜日 健康講座 レギュラー講座

スリーA方式・物忘れ予防教室

スリーA方式とは「明るく、頭を使って、あきらめない」の三つの頭文字「A」から付けられました。簡単なルールの、楽しい20種類のケアゲームです。楽しく笑って認知症を予防しましょう。



講師 岡上 道代

認知症予防ネット高知スリーAゲームリーダー

時 10:00~12:00

受 14,760円(全12回)

定 18人

持 汗を拭くタオルと飲み物

いの教室 第1・3木曜日 健康講座 レギュラー講座

スリーA方式・物忘れ予防教室

スリーA方式とは「明るく、頭を使って、あきらめない」の三つの頭文字「A」から付けられました。簡単なルールの、楽しい20種類のケアゲームです。楽しく笑って認知症を予防しましょう。



講師 廣瀬 文代

認知症予防ネット高知スリーAゲームリーダー

時 10:00~12:00

受 7,380円(全6回)

定 18人

持 汗を拭くタオルと飲み物

高知教室 月曜日 健康講座 レギュラー講座

おとなの小(笑)学校

日直さんのごあいさつで授業の始まり。懐かしい小学生の頃に戻って「国語」「音楽」「体育」などの楽しい授業を受けてみませんか。内容は認知症予防に関するものです。



講師 渡辺 順子・本山 七百子

認知症予防ネット高知スリーAゲームリーダー

時 13:30~15:30

受 15,600円(全12回)

定 20人

持 水分補給のための飲み物

外部教室 月曜日 ダンス講座 レギュラー講座

アロハ ルアナ フラ

かつて文字を持たなかったハワイの人たちは、フラのステップに合わせて、手の動きでいろいろなことを表現しました。足、手、表情、脳そして心で踊る有酸素運動のフラは心身の健康にも効果的です。



講師 岩原 奈穂

アロハ ルアナ フラ インストラクター

時 14:00~15:30

受 12,330円(全9回)

教 実費(コピー代など)

定 10人

場 土佐市複合文化施設 つないで
土佐市高岡町乙3451-1 P 有

シリーズ教室 火曜日 ダンス講座 レギュラー講座

社交ダンス〈入門〉

シャドー(1人で踊ること)で、社交ダンスの基礎を練習してしなやかに健康的なボディを目指します。最初は、誰もが1歩踏み出すことから始まります。一緒にチャレンジしてみませんか。



講師 山崎 大輔

コムダンススタジオ

時 10:00~11:00

受 14,300円(全11回)

定 20人

持 動きやすい服装、上履き(シューズを購入される場合は講師とご相談ください)

大人のピアノ教室〈入門〉

講師 杉本 奈苗

それぞれに合わせた基本レッスン。楽しく続けられることが大切です



ハーモニカを楽しもう

講師 橘 尚之



口笛を吹くように!

からだ調整ヨガ

講師 山本 智恵



体の調子を整えて元気な毎日!



ヨガ棒でヨガ

講師 美濃部 恵子

ヨガ棒でやさしくトレーニング

トールペインティング

講師 得居 由美

生活を彩るアート



楽しい大正琴〈初級〉

講師 田中 千賀

五線譜が読めなくても誰でも簡単に演奏できます



ピラティス

講師 賀部 綾子

なりたい自分になるファーストステップ

自力整体

外部教室 (すまいる安芸)

講師 長崎 佐知



体の硬い方でも大丈夫!

春の受講生募集

[2023年4月～6月]



教室では、講師と受講生のご協力のもと、新型コロナウイルスの感染拡大防止対策を取りながら、講座を行っています。

講座の体験をご希望の場合は、事前に事務局までご予約ください。
(一部、有料や体験・見学不可の講座があります)
講座内容について、詳しくはホームページをご覧ください。



<https://www.kochi-sk.co.jp/bunka>

高新文化教室

検索



高知

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 ㊦=新講座 * =外部提携教室 ●=単発(全1回)講座 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

	講座名	講師	曜日	時間	受講料
華道	土峰流華道	立石 一有	㊦	13:00～15:00	16,320円
	池坊華道	南 美江	㊦	18:00～20:00	13,750円
	フラワーデザイン	百田 悦子	㊦	15:00～16:30	11,600円
茶道	◎裏千家茶道	西内 宗由	第2・4 ㊦	13:00～15:00	10,440円
	裏千家茶道立礼式		第1・3 ㊦	17:30～20:00	10,440円
	◎裏千家茶道・親子で楽しむ茶道		第2・4 ㊦	15:30～18:00	10,440円
			(月1回)㊦	10:00～12:00	6,750円
	男性茶道	小松 聡	㊦	18:00～20:00	14,300円
	◎江戸千家茶道	石元 泰雪	㊦	10:00～12:00	13,000円
	表千家茶道	秋月 久子	㊦	13:00～16:00	14,960円
	表千家不白流茶道	長崎 宗彦	㊦	10:00～12:00	—
	石州流茶道	岡本 敏之	㊦	18:00～20:00	14,300円
香道	香道古心流	東條 耀峰	第1・3 ㊦	18:00～20:00	13,500円
			第2・4 ㊦	13:00～15:00	13,500円
書道	実用書道・かな書道	山本 智子	㊦	10:00～12:00	15,600円
	かな書道・実用書道	中平 博子	㊦	10:00～12:00	13,140円
	書道	谷脇 梅翠	㊦	14:00～16:00	15,000円
	藤田紅子の日常に生かす書道	藤田 紅子	㊦	10:00～12:00	13,140円
	書道	大野 祥雲	㊦	10:00～12:00	15,600円
	楽しい書道入門	橘 黄華	㊦	13:00～15:00	15,600円
	実用書道	麻植 琇園	第2・4 ㊦	18:00～20:00	10,440円
	書写から書へ	伊与田玉泉	㊦	10:00～12:00	13,140円
	漢字書道	竹森 桂翠	㊦	10:00～12:00	13,140円
	書道の基本	梶原 青城	㊦	18:00～20:00	12,600円
	かな書道・ペン書道	三浦 映泉	㊦	10:00～12:00	13,140円
	ペン書道		㊦	10:00～12:00	13,140円
			㊦	14:00～16:00	13,140円
	篆刻(入門)	瀬戸 幹也	第1・3 ㊦	10:00～12:00	12,000円
	こども書写教室	島村 紫野	㊦	10:00～12:00	12,300円
	幼・小・中・高生から大人の書道教室	書道高知	㊦	17:00～19:00	大人 13,500円 幼～高校生 11,700円

	講座名	講師	曜日	時間	受講料
絵画	日本画	荒木 陽一	㊦	13:00～15:00	15,100円
	日本画	土居 恒夫	第1・3 ㊦	10:00～12:00	12,000円
	水墨画入門	川淵 水豊	(月2回)㊦	13:30～15:30	12,000円
	洋画	笹岡 義彦	㊦	13:00～15:30	15,600円
	スケッチ・彩色画		第2・4 ㊦	13:00～15:00	11,460円
	洋画	吉井 英二	㊦	13:00～15:30	15,000円
	パステル画	和田 通博	㊦	10:00～12:00	14,300円
	基本デッサン		第1・3 ㊦	13:00～15:00	11,460円
	水彩画		㊦	18:00～20:00	14,300円
	パステル・水彩画		㊦	10:00～12:00	14,300円
	スケッチ・水彩画	田中 許	第2・4 ㊦	10:00～12:00	11,460円
	絵手紙		第2 ㊦	10:30～12:30	5,220円
	絵手紙	信清 和子	第3 ㊦	13:30～15:30	5,220円
			第4 ㊦	10:30～12:30	5,220円
	消しゴム版画	尾崎 浅子	第2・4 ㊦	10:00～12:00	13,500円
	花のはがき絵	筒井麻里子	第2・4 ㊦	10:00～12:00	12,000円



洋画(笹岡義彦先生)



大人の寺子屋(片岡和佳子先生)

教養	人生、ときどき写真	門田 和夫	第2・4 ㊦	13:00～15:00	10,200円
	俳句	駒木 基克	第1・3 ㊦	10:00～12:00	10,440円
	俳句(入門)		第1・3 ㊦	13:30～15:30	10,440円
	川柳	内田 万貴	第2・4 ㊦	10:00～12:00	10,440円
	* 川柳	清水かおり	第2 ㊦	13:30～15:30	4,710円
	古事記を読む	別役 重具	(月2回)㊦	15:00～16:30	10,440円
	㊦『源氏物語』の魅力に迫る	佐竹 知佳	第1・3 ㊦	13:30～15:00	11,400円
	* 文化財を楽しむ	溝淵 博彦	第3 ㊦	13:30～15:30	6,750円
	大人の寺子屋	片岡和佳子	第3 ㊦	10:30～12:00	6,000円
	話しことば教室	金沢 典子	第3 ㊦	18:30～20:00	6,750円
	天道春樹の人相術	天道 春樹	第1 ㊦	13:00～15:00	9,840円
	天道春樹の易占		第1 ㊦	15:30～17:30	9,840円
	◎ ワインで巡るイタリア20州	前田 司	(1月～6月) 第1・4 ㊦	18:00～20:00	—
	㊦ ワインを楽しむ	吉村 泰紀	第2 ㊦	18:30～20:30	5,250円



石州流茶道(岡本敏之先生)



楽しい書道入門(橘黄華先生)

高知

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 ㊦=新講座 * =外部提携教室 ●=単発(全1回)講座 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
 ※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	曜日	時間	受講料
やさしい朗読	長谷川恵子	(5月~6月) 第3 金	10:00~12:00	6,000円
●土佐のお庭は薬箱	関田 泰子	(全1回) 土	13:30~15:00	-
◆オトナ女子のための漢方養生レッスン	谷 季里子	日	10:00~12:00	-
●タネダさんちの楽しい漢方	種田 生司	(全1回) 日	10:00~12:00	-
◆ハンドトリートメント検定講座	桑田 明美	(全2回) 土	10:00~14:00	16,500円
●らくらくスマートフォンの操作を学ぶ(入門編)	スマートフォンアドバイザー	第2 金	10:00~12:00	1,000円
●らくらくスマートフォンの操作を学ぶ(応用編)		第2 金	13:30~15:30	1,000円
●スマートフォンの使い方を習得(入門編)		第3 日	10:00~12:00	1,000円
●スマートフォンの使い方を習得(応用編)		第3 日	13:30~15:30	1,000円
●スマホで体験! 快適生活		不定期	不定期	1,000円
●タブレット体験講座		不定期	不定期	1,000円
やさしい英会話(入門)	エヴァグリーン英会話スクール	月	11:10~12:10	12,000円
楽しい英会話(初級)	メリッサクニミツ	月	10:00~10:50	12,000円
* やさしい英会話(入門~初級)	エヴァグリーン英会話スクール 菊池春樹	日	11:00~11:50	15,300円
童謡で始めよう! シニアの英語レッスン	グリア・デビッド	日	11:00~12:00	16,500円
楽しく学ぶフランス語(入門)	大谷 衣乃	日	14:00~15:30	15,300円
フランス語会話(初級)		土	10:00~11:30	15,000円
フランス語会話(中級)		日	16:00~17:30	12,000円
你好(ニイハオ)! 中国語(初級)	尾原さくら	日	15:30~17:00	15,730円
はじめての中国語会話(初級)	石川 小波	日	10:30~12:00	14,300円
チャオ! イターリア! (初心者)	森下 亜理	月	10:30~11:30	12,600円
チャオ! イターリア! (入門)		月	11:30~12:30	12,600円
チャオ! イターリア! (初級)		月	14:10~15:10	12,600円
チャオ! イターリア! (中級)		月	13:00~14:00	12,600円
楽しく学ぶドイツ語(入門)	アルブレヒト 岡崎グンヒルト	金	14:00~15:00	13,760円
㊦ スペイン語(入門)	鈴木 和廣	日	18:00~19:00	16,200円
	鈴木パトリシア	土	13:30~15:00	16,000円
喜多流謡曲	大場 隆史	日	13:30~15:00	12,060円
観世流謡曲(入門・初級) 祝言小唄を謡う	白木 精子	第2・4 日	14:00~15:00	8,040円
観世流仕舞入門	白木 精子	第2・4 日	15:30~16:30	8,040円
体験学校・詩吟	野中 秀鳳 横田 紅秀	日	13:30~15:30	11,770円
すぐ弾けるお箏	帆定芙美子	日	16:00~20:30(適宜)	14,130円
* はじめてのお琴(初級~中級)	松村 紫乃	第1・3 土	13:30~15:00	13,200円
* 一絃琴		第1・3 土	18:00~19:30	13,200円
一絃琴	森本 和子	金	14:00~16:00	13,600円
* やさしい三味線	松村エリナ	第1 月	18:30~20:00	9,000円
心豊かにちりとてちん三味線入門	田村とよ由紀	月	15:30~16:30	-
三味線		月	13:00~14:00	-
小唄(入門)		月	14:00~15:30	-
やさしい日本舞踊		月	18:00~20:00	-
気軽な日本舞踊	若柳由喜満	日	10:00~12:00	-
気軽な日本舞踊(初級)	若柳由喜満	日	13:00~15:00	-

講座名	講師	曜日	時間	受講料	
邦楽と日本舞踊	心豊かにテントジャンこども日本舞踊教室	若柳由喜満	(全2回) 日	10:30~12:00	-
	日本舞踊(入門)	花柳寿延弥	日	10:00~12:00	12,210円
	やさしい叙情歌・歌謡舞踊(入門)		日	13:00~15:00	12,210円
	* 舞と踊り		日	19:00~20:30	12,210円



童謡で始めよう! シニアの英語レッスン (グリア・デビッド先生)



創作押し絵(徳平加代子先生)

囲碁を楽しもう	田植 昭彦	土	15:00~17:00	12,200円
創作和紙人形	花方 憲子	第2・4 月	10:00~12:00	13,500円
真多呂木目込人形	細川真喜恵	日	10:00~12:00	17,160円
和紙ちぎり絵	北村 桂子	日	10:00~12:00	16,610円
シルエットアート	猪野 和代	第2 日	10:00~12:00	6,750円
ポーセラーツとやさしい磁器上絵付け	中島まゆみ	第3 日	10:00~12:00	6,750円
パッチワーク教室	町田 緑	第1・3 日	10:00~12:00	12,000円
		第1・3 日	13:00~15:00	12,000円
創作押し絵	徳平加代子	第2・4 金	10:00~12:00	12,000円
* トールペインティング	得居 由美	(月2回) 適宜	10:00~12:00	12,000円
戸塚刺しゅう	依岡 好	月	13:30~15:30	15,100円
クロスステッチ	山崎 和子	第1・3 日	10:00~12:00	10,000円
◎ 初めての手織り&植物からの糸染め(入門)	野町 佳代	(4月~9月) 第1・3 日	13:00~16:00	30,470円
		◎ 初めての手織り&植物からの糸染め(中級)	第2・4 日	13:00~16:00
手編み教室	三谷 房子	第2・4 日	13:00~15:00	10,440円
ナンタケットバスケット	大財 知恵	第3 日	10:00~12:00	18,000円
◎ * 美色・押花	片岡ゆかり	第1・3 金	10:00~12:00	10,440円
		第2・4 月	13:00~15:00	10,440円
* アートプリントファッション	片岡ゆかり	第3 土	10:00~12:00	6,750円
やさしい折り紙	中田久美子	第2 日	10:30~12:00	6,750円
美しいペーパークイリング		第2 土	14:00~16:00	6,750円
◎ * 純銀粘土ジュエリー	澤本 和子	第2 日	13:30~16:00	6,750円
		第3 日	13:30~16:00	6,750円
キャシース・ハワイアンキルト	渡邊智恵子	第2・4 日	10:00~12:00	20,640円
◆ きもの着付け教室	秋澤 静	(4月~7月) 日	13:30~15:30	17,400円
		(4月~7月) 日	18:30~20:30	17,400円
◎ * はじめての野菜づくり	松元 克俊	(3月~8月) 第2 土	10:00~12:00	-
* やさしいピリヤード・レディース&シニア	松田 正行	日	13:00~14:00	11,025円
		日	13:00~14:00	11,025円
◎ * やさしいピリヤード	松田 正行	土	19:00~20:00	11,025円

邦楽と日本舞踊

高知

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 ㊦=新講座 * =外部提携教室 ●=単発(全1回)講座 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
 ※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	曜日	時間	受講料	
楽しいオカリナ教室(入門)	大目 真杏	第1・3 ㊦	10:30~12:00	12,300円	
		第2・4 ㊦	16:45~18:15	12,300円	
楽しいオカリナ教室(中級)		第2・4 ㊦	10:30~12:00	12,300円	
		第2・4 ㊦	13:00~14:30	12,300円	
楽しいオカリナ教室(上級)		第2・4 ㊦	15:00~16:30	12,300円	
		第2・4 ㊦	10:30~12:00	12,300円	
やさしいケーナ教室		第2・4 ㊦	10:30~12:00	12,300円	
やさしいケーナ教室(初心者向け)		第2・4 ㊦	13:00~14:30	12,300円	
ハーモニカを楽しもう		橘 尚之	第1・3 ㊦	10:30~12:00	12,000円
ウクレレ		中村 郁子	㊦	13:00~14:30	16,170円
㊦ウクレレ(初心者向け)	㊦		15:00~16:30	16,170円	
フォーク名曲ギター(経験者教室)	西岡 裕一	第1・3 ㊦	18:30~20:00	11,100円	
大人のJ-POPギター(初心者教室)		第1・3 ㊦	13:00~14:30	11,100円	
* 大人のピアノ教室(入門)	杉本 奈苗	第2・4 ㊦	13:00~14:00	10,800円	
◎ 大人のピアノ教室(初級)	石元紀美子	第1・3 ㊦	10:00~11:00	10,800円	
* 大人のピアノ教室(中級)		第1・3 ㊦	11:30~12:30	10,800円	
◎ *		第1・3 ㊦	13:30~14:30	10,800円	
* 大人のためのピアノサロン	山崎 恵美	(月2回)適宜	10:00~15:00(適宜)	10,200円	
中高年から始めるらくらくピアノ	上内伊都子	第1・3 ㊦	10:00~11:30	10,440円	
* 楽しいキーボード	足田 有佐	第2・4 ㊦	10:00~11:30	10,500円	
* 楽しいピアノ		第2・4 ㊦	13:45~14:45	10,500円	
* 歌って元気に!健康音楽	中野 愛弓	㊦	13:30~14:30	11,700円	
* バイオリン	宮内 康恵	(全9回)適宜	12:00~19:00(適宜)	45,000円	
◎ バイオリン入門	中内佐和子	㊦	13:00~15:45(適宜)	-	
㊦フルート(初心者向け)	安藤 千織	第2・4 ㊦	11:00~12:00	13,500円	
フルート		第2・4 ㊦	10:00~11:00	13,500円	
* はじめての二胡(初級~中級)	松村 紫乃	第1・3 ㊦	9:30~19:30(適宜)	15,780円	



やさしいケーナ教室(大目真杏先生)



背骨コンディショニング教室(武藤愛先生)

のびたら、いいな。ゆかにストレッチ体操	瀬川佳津江	㊦	10:30~12:00	13,700円
◎ リズミック★ウオーキング	早川 理香	㊦	13:00~14:00	15,990円
いすピクス		㊦	14:30~15:30	15,990円
* レズミルズ BODYBALANCE	大崎 まや	㊦	10:45~12:00	15,000円
* かんたんピラティス	朝倉 一恵	㊦	10:00~10:50	12,300円
美しくなるピラティス		㊦	18:15~19:15	13,530円
◎ * 美姿勢ピラティス	平石恵美子	㊦	11:00~12:00	15,000円
美しい姿勢&ウオーキング	井上 郁子	(全4回)㊦	18:30~20:00	13,200円
* 少人数制プログラムダイエットエクササイズ	久保 左枝	第1・3 ㊦	13:30~14:30	6,150円
◎ ダイエットトレーニング		㊦	19:15~20:15	12,300円
背骨コンディショニング教室	武藤 愛	㊦	11:10~12:00	18,000円
背骨の調律エクササイズ Sintex® 『Tone&Reborn』	中村 美帆	㊦	15:30~16:30	12,960円

講座名	講師	曜日	時間	受講料
◎ 中高年のための健美操	中村 美帆	㊦	13:30~14:45	14,400円
ハピネスエクササイズ		㊦	15:00~16:00	14,400円
やさしい気功	馬場 瞳	㊦	18:30~20:00	13,500円
		㊦	10:30~12:00	13,500円
		㊦	13:30~15:00	13,500円
初心者のための合気道	伊藤 茂裕	㊦	18:30~20:30	13,320円
ヨーガ	国本 幸子	㊦	10:30~12:00	14,000円
		㊦	14:00~15:30	14,000円
* ホットヨーガ入門	横田喜世恵	㊦	14:00~15:00	21,970円
* *		㊦	19:00~20:00	21,970円
* やさしいパワーヨーガ		㊦	13:00~14:00	14,760円
* 自力整体	森部 侑恵	第1・3 ㊦	13:15~14:45	10,500円
* *		第2・4 ㊦	13:15~14:45	10,500円
* 自力整体	長崎 佐知	第2 ㊦	14:30~16:00	4,500円
* *		第4 ㊦	15:05~16:35	4,500円
おとなの小(笑)学校	渡辺 順子	㊦	13:30~15:30	15,600円
	本山七百子	㊦	13:30~15:30	15,600円
シナプソロジー脳活性化教室	岡上 道代	㊦	10:30~11:30	14,760円
スリーA方式・物忘れ予防教室		㊦	10:00~12:00	14,760円
やさしい社交ダンス	矢野 寿男	㊦	10:30~12:00	14,300円
	石本真衣子	㊦	10:30~12:00	14,300円
社交ダンス	矢野 寿男	㊦	18:30~20:00	14,300円
	山崎 大輔	㊦	18:30~20:00	14,300円
* アロハ ルアナ フラ	岩原 奈穂	㊦	14:00~15:30	12,330円
	松山 玲子	㊦	9:30~11:00	12,330円
		㊦	11:00~12:30	12,330円
	岩田るみ子	㊦	13:00~14:30	12,330円
	切詰 房子	㊦	13:00~14:30	12,330円
	日比 愛子	㊦	15:00~16:30	12,330円
		㊦	18:00~19:30	12,330円
家族で楽しむアロハ ルアナ フラ	切詰 房子	第2・4 ㊦	10:00~11:00	8,580円
クラシックバレエ(入門)	上岡真佐子	㊦	10:00~11:45	18,000円
㊦ * あなたも踊れる!フラメンコ(入門)	徳永 菜己	(月2回)㊦	18:00~19:00	15,840円
* フラメンコ		㊦	19:00~20:00	25,740円
* キッズ・チアダンス	横田喜世恵	㊦	17:00~18:00	14,760円
* ZUMBA®		㊦	15:00~16:00	14,760円
* かんたん☆朝ジャズ!	結城あすか	㊦	11:15~12:30	18,480円
* かんたんエアロダンス		㊦	11:00~12:15	18,480円
* キッズダンス[Sprinkle](親子)	玉木 晶	㊦	13:10~14:00	15,400円
* キッズダンス[Sprinkle](キッズ)		㊦	14:10~15:10	15,400円
* キッズダンス[Sprinkle](ジュニア)		㊦	15:20~16:30	15,400円

ダンス

いの

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 ㊦=新講座 * =外部提携教室 ●=単発(全1回)講座 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
 ※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	曜日	時間	受講料
楽しい書道	岡林 御舟	㊦	10:00~12:00	-
書道(かな・実用書)	竹内 昌子	第1・3 ㊦	10:00~12:00	10,440円
ペン書道	濱田 律	㊦	10:00~12:00	14,220円
日本画	荒木 陽一	第2・4 ㊦	18:30~20:30	10,440円
スケッチ・水彩画	和田 通博	㊦	13:00~15:00	14,300円
絵手紙	朝日 美恵	第2 ㊦	10:00~12:00	5,220円
楽しく日本舞踊	花柳 京和	㊦	13:00~14:30	-
日本舞踊	坂東三乃里	㊦	15:30~17:00	11,600円
俳句	森脇 杏花	第2・4 ㊦	10:00~12:00	10,440円
● スマートフォンの使い方を習得(入門編)	スマートフォンアドバイザー	第4 ㊦	10:00~12:00	1,000円
● スマートフォンの使い方を習得(応用編)	スマートフォンアドバイザー	第4 ㊦	13:30~15:30	1,000円
● タネダさんちの楽しい漢方	種田 生司	不定期	不定期	-
パッチワーク教室	町田 緑	第1・3 ㊦	10:00~12:00	12,000円
手編み教室	三谷 房子	第2・4 ㊦	10:00~12:00	10,440円
和紙ちぎり絵	北村 桂子	第1・3 ㊦	13:00~15:00	8,880円
楽しい折り紙	月愛(るあ)	第2 ㊦	10:00~12:00	4,500円
アメリカンフラワー(Dip Art)	新見 厚子	第2 ㊦	10:00~12:00	4,470円
		第2 ㊦	13:00~15:00	4,470円
◎ 美色・押花	片岡ゆかり	第2・4 ㊦	13:00~15:00	10,440円
● 笑い文字講座(初級)	松田 敦子	(全1回)㊦	13:00~14:30	2,200円
◎ 楽しいオカリナ教室(入門)	大目 真恵	第2 ㊦	13:30~15:00	6,150円
		第4 ㊦	13:30~15:00	6,150円
やさしいケーナ教室(入門)		第2・4 ㊦	15:30~17:00	12,300円

講座名	講師	曜日	時間	受講料
◎ 中高年から始めるらくらくピアノ	毛利 千佳	第1・3 ㊦	10:30~12:00	10,440円
		第1・3 ㊦	13:30~15:00	10,440円
ハーモニカを楽しもう	橘 尚之	第1・3 ㊦	13:00~14:30	12,000円
楽しい大正琴(初級)	田中 千賀	第1・3 ㊦	13:00~15:00	12,000円
◎ 楽しい大正琴(上級)		第1・3 ㊦	9:30~12:30	18,000円
スリーA方式・物忘れ予防教室	廣瀬 文代	第1・3 ㊦	10:00~12:00	7,380円
ヨガ棒でヨガ	美濃部恵子	第2・4 ㊦	18:00~19:00	7,380円
㊦ からだパー	Chiko	㊦	19:00~19:45	13,000円
ヨーガセラピー	久保田千秋	㊦	12:30~13:40	16,800円
◎ ヒーリングヨーガ		㊦	14:00~15:10	16,800円
◎ ピラティス	賀部 綾子	㊦	19:00~20:00	17,880円
		第1・3 ㊦	18:00~19:00	8,940円
◎ リフレッシュヨガ		第2・4 ㊦	13:00~14:30	10,440円
自力整体	森部 侑恵	第2・4 ㊦	15:00~16:30	10,440円
やさしい気功	馬場 瞳	第1・3 ㊦	10:30~12:00	8,400円
はじめての社交ダンス	西山 典子	第2・4 ㊦	13:00~14:30	9,000円
アロハ ルアナ フラ	秋月小百合	㊦	10:30~12:00	12,330円
ポップスダンス(中高生)	Keiko	㊦	19:40~20:40	11,000円
キッズダンス(入門)		㊦	9:15~10:00	11,000円
◎ キッズダンス(初級・1部)		㊦	10:15~11:00	11,000円
◎ キッズダンス(初級・2部)		㊦	11:15~12:15	11,000円
● パン・お菓子教室	江藤 里恵	㊦	(適宜)	2,500円
● いろはクッキングスタジオ	ホームメイドクッキング認定講師	(適宜)	(適宜)	(適宜)

セリーズ

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 ㊦=新講座 * =外部提携教室 ●=単発(全1回)講座 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
 ※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	曜日	時間	受講料
やさしい踊り	花柳寿延弥	㊦	11:15~12:30	15,840円
岩崎勇の楽しい写真教室	岩崎 勇	第1・3 ㊦	14:00~16:00	13,500円
かわいい折り紙	月愛(るあ)	第2 ㊦	18:00~20:00	4,500円
シルバーエイジのための歌と体操	水野 美知	(月2回)㊦	13:00~14:00	10,500円
Wの刺激~脳と足裏~&癒やしのストレッチ	橋田 奈津	(月2回)㊦	14:30~15:45	7,200円
椅子でヨーガ	樋口 祐子	(月2回)㊦	15:00~16:10	7,380円
リズムミック★ウォーキング	早川 理香	㊦	10:00~11:00	15,990円
		㊦	10:00~11:00	14,760円
はじめてのストレッチ&ピラティス	朝倉 一恵	㊦	11:30~12:30	14,760円
ピラティス	賀部 綾子	㊦	11:30~12:30	16,390円
からだ調整ヨガ	山本 智恵	㊦	18:00~19:00	13,530円
		㊦	19:15~20:15	13,530円
ひきしめヨガ	山本 理恵	㊦	18:00~19:00	13,530円
		㊦	19:15~20:15	13,530円
らくらくヨガ	李 敬愛	㊦	12:00~13:15	14,760円
		㊦	13:50~15:05	14,760円
		㊦	13:00~14:15	14,760円
経絡リンパマッサージと中国気功		㊦	11:50~12:50	18,000円

講座名	講師	曜日	時間	受講料
自力整体	森部 侑恵	㊦	14:00~15:30	21,000円
更年期yoga教室-更年期を幸年期に-	フクサキヒロコ	(全5回)㊦	17:00~18:00	10,000円
バランスボールエクササイズ		(全5回)㊦	18:30~19:30	10,000円
◎ ダイエットトレーニング	久保 左枝	㊦	10:00~11:00	13,530円
◆ ダイエットエクササイズ		(全3回)㊦	11:15~12:15	3,960円
◆ ママとベビーのかんたんヨーガ	玉木 晶	(2カ月)㊦	10:00~11:00	-
JAZZ BELLY-ジャズダンス-	川島 亜弓	㊦	19:00~20:30	16,500円
社交ダンス(入門)	山崎 大輔	㊦	10:00~11:00	14,300円
アロハ ルアナ フラ	日比 愛子	㊦	19:00~20:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ(入門)	中川 久美	㊦	19:00~20:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ	切詰 房子	㊦	10:00~11:30	12,330円
か・ん・た・ん♪フラメンコ	徳永 茉己	(月2回)㊦	10:30~11:30	13,500円



いの ペン書道(濱田律先生)



セリーズ 椅子でヨーガ(樋口祐子先生)

受講のご案内

受講申し込み

- 本校事務局窓口、ホームページのメールフォーム、電話、FAXでお申し込みいただけます。
- 入金は専用の振込用紙でのお振り込みか、窓口で直接お支払いください。
- 満席やカリキュラムの都合により途中入会できない場合があります。

受講料・登録手数料・割引

- 表記されている金額は消費税込みです。
- 受講料は必ず受講前にお納めください。**※申し込み手続きの際には事務手数料500円を申し受けます(期間分全納の場合は免除します)。
- 納入された受講料は原則として返金いたしません。**ただし転勤や病気などやむを得ない事情に限り、申し出のあった翌日以降分について払い戻す場合があります。また、その際には事務手数料500円と振込手数料を申し受けます。
- 期間の途中でも入会できます。ただし、講座の特性によって途中入会ができない場合があります。途中入会の場合は、受講料とは別に事務手数料500円を申し受けます。
- 障害者手帳保持者、こうち生活協同組合員(生計を同一とする家族を含む)、ソウエルクラブ会員、高知家健康パスポート保持者、高校生以下の方(ジュニア・キッズ向けの講座を除く)は、割引がありません。※適用できない講座もあります。
- 複数の講座を受講される方には割引があります。※適用できない講座もあります。
- 受講料には、特に明記されている場合を除いて、教材費、テキスト代、コピー代は含まれていません。
- 未納のまま、講座直前または開講後にキャンセルされた場合でも、受講料の一部および教材費をお支払いいただく場合があります。

受講者証

- 入金を確認できましたら、受講者証を発行します(ただし、特別講座などでは受講者証を発行しない場合もあります)。
- 受講者証は、申し込みされた講座ごとに発行します。受講日には出席確認のため、出席読み取り機(高知教室受付)、もしくは講師に提示して出席を取ってください。

期間・講座

- 原則3カ月ごとの更新です(一部例外の講座もあります)。毎週、隔週、月1回~3回など、講座によって受講回数が異なります。また、1期間のみで修了の講座もあります。
- 講師の病気や事故、公共交通機関の運行停止や各種警報発令、台風(襲来が予想された場合も含む)など自然災害のためやむを得ず休講する場合があります。その場合、代講日を設定できないこともあります。※講師の病気や事故以外で休講となった分の受講料は返金いたしません。ご了承ください。
- 講師の病気や事故、受講生が一定数に満たない場合などに講座を延期・中止する場合があります。中止の場合、受講料は返金いたします。
- 講師の都合やカリキュラムによって代理講師による講義をおこなう場合があります。

受講上の注意

- 講師の指導に従わず講座進行に支障をきたす、私語や大声などで受講を妨げる、講師や受講生、当社に対して誹謗、中傷、業務妨害などの迷惑行為を行う場合は、当社の判断にて退会いただくことがあります。
- 暴力団関係者の受講はできません。
- 教室内での飲食、喫煙、および携帯電話での通話をご遠慮ください。
- 特別な場合を除き、講義の写真撮影・録音はお断りします。
- お子様の同伴をご遠慮ください。ただし、子ども対象講座または一部指定講座を除きます。
- 貴重品は必ずお手元に置いて、盗難には十分お気をつけください。盗難・紛失の損害賠償の責任は負いません。
- 体の具合が悪い時は主治医の指示に従い、講座への参加はお控えください。
- 万一、疾病やけがが発生の場合は、施設や講師の過失によることが明らかの場合のほかは、責任を負いませんのでご了承ください。
- 教室内での物品の販売や勧誘、金品の徴収は固くお断りします。
- 事務局では講師や受講生の住所・電話番号などについてのお問い合わせには一切お答えできません。
- 講師や受講生へのお届け物はお預かりできません。
- 教室内の忘れものは、貴重品を除き、一定期間事務局でお預かりしますが、お申し出のないものは処分させていただきます。

受講生特典

受講者証の提示により、各協賛店でサービスを受けることができます。協賛店一覧は各教室に掲示されます。またホームページにも掲載します。協賛店は随時更新されます。

★個人情報の取り扱いについて★

○お申し込みの際に得た個人情報は、高新文化教室を主管する高知新聞企業が管理し、当社各種サービスの提供に関する情報のお知らせなどのために、必要な範囲で利用します。○高新文化教室では休講など講座運営に必要な連絡に利用するほか、円滑な教室運営のため講師や外部提携教室と住所録を共同利用します。○その他、受講期間に限り、主催である高知新聞社が企画する事業・営業(イベントや広告企画、新聞販売など)に関する情報をお届けするために高知新聞社と共同利用する場合があります。○個人情報の機密保持には万全を期し、お客様の承諾を得た場合や法令で許された範囲を除き、第三者に開示提供することはありません。

(2023年2月改定)

教室見学

要予約

いの、シリーズ教室についても事務局にお問い合わせください。(一部対象外講座があります)

お申し込み・お問い合わせ

高新文化教室 TEL 088-825-4322

E-mail bunka@kochi-sk.co.jp

(土・日・祝日・年末年始を除く9:30~18:15)
FAX 088-825-4311

※電話やホームページ・スマートフォンからもお申し込みいただけます

高新文化教室

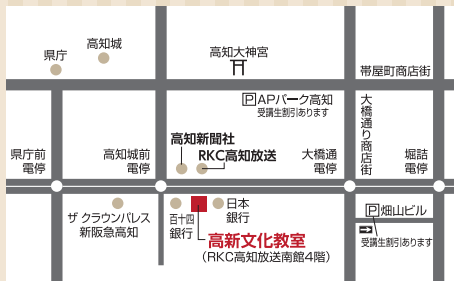
検索



高知教室(事務局)

高知市本町3丁目3-39 高知放送南館4階

無(契約駐車場有)

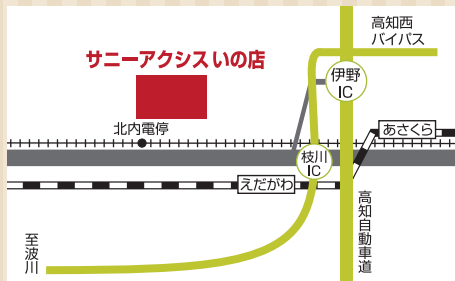


いの教室

吾川郡いの町205 サニーアクシスの2階

カルチャークリニックモール内

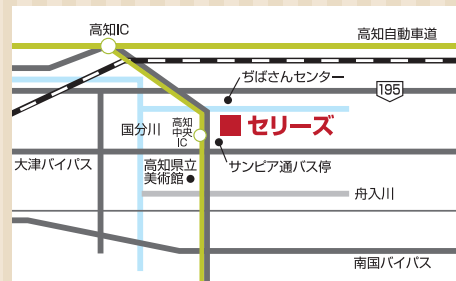
有



シリーズ教室

高知市高須砂地155 シリーズ体育館2階

有



受講生専用 LINE公式アカウント 友だち募集中!

高新文化教室

事務局からLINEでお知らせ

- 全講座対象の連絡事項(天候による休講など)のお知らせ
- 受講生特典(イベントご優待など)のお知らせ
- ご継続手続き開始のお知らせ
- 新講座、体験講座、おすすめ講座などのご案内

注意事項

- ※高新文化教室からの発信専用アカウントです
- ※トーク画面で、個別のチャットはできません
- ※お問い合わせは、トーク画面下部のメニューから、電話・メールで承ります

LINEのホーム画面で、右のQRコードを読み取り「高新文化教室(受講生専用)」アカウントの「友だち追加」をお願いします。

検索用ID
@033kwkwg

