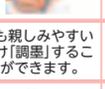
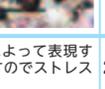
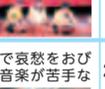
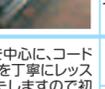


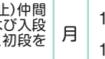
講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
茶道(裏千家) 無料体験 3/22木	お茶を通して、楽しみながら豊かな感性を育てましょう。		木	18:00 20:00	13,200円	裏千家茶会秋田支部長 藤千葉文子 佐々木 宗 知
華道(龍生派) 無料体験 3/28水 材料費1,100円	自分の心を、いけ花にして楽しんでみませんか。		水	13:00 14:30	14,300円	根本 宗 舟
きつけとマナー 無料体験(見学) 3/26月	きものは日本文化の基本です。一人で簡単に、早く、美しく着くずれば、手軽に着られるよう初歩から指導します。マナーでは正しい挨拶の仕方、美しい動作などを人前で恥をかかないように指導します。		月	13:45 15:45	13,200円	茶道礼法ももの学院院長 中村礼法学院講師 中村 工 イ
民謡踊 無料体験 3/26月	明治の時代から民謡踊が伝えられ、時代とともに増々盛んになっております。伝統のある民謡踊りを初心者の方にも親切に指導します。		月	11:45 13:15	13,200円	(公財)日本民謡協会 秋田支部長 東 エイ子
日本舞踊 無料体験 3/23金(12:15~12:45)	古典の基本をもとに作られた楽しい踊りが沢山あります。一緒に踊って心からだるりをフレッシュしてみませんか。着物も自分で着られるようになりますよ!		金	11:30 13:00	13,200円	藤間流師範 藤友会会長 藤 間 知 枝

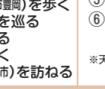
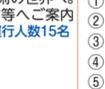
講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
書道(漢字) 無料体験 3/27火	筆の持ち方から師範取得まで。いつでも世界で一つだけのあなただけの作品ができます。あなたのお部屋に、また、誰かのために作品を作ってみませんか。		火	18:00 20:00	14,300円	墨流会総務 読書法会幹事 石 井 竹 華
実用書道 無料体験 3/27火、3/28水	一度きりの人生。目標を持って前進できます。日常生活に潤いを持たせたい。美しい字、個性的な字、遊び心たっぷりのおもしろい字に挑戦してみませんか。こころを込めて大輪の花を咲かせましょう。		火	13:30 15:30	14,300円	墨流会常任理事 読書法会幹事 奥 山 朱 鳳
ペン習字 無料体験 3/26月	「いろは」から連続の美しい手紙文・冠婚葬祭まで。より美しい手書き文字を目指して一緒に練習してみよう。		月	10:00 12:00	13,200円	墨流会理事 伊 藤 扇 雲
水墨画 無料体験 3/23金	水と墨の調和による水墨画は、日本人に最も親しみやすい絵画です。全く初めての方でも筆に墨をつけて「調墨」することによって容易に水墨画の世界に入ることができます。		金	10:00 12:00	13,200円	全国現代水墨画会理事 阿 部 武 文
油 絵	油彩画を中心に、水彩画やアクリル画にも対応します。基本的な描法から応用まで、楽しく活動できるように進めます。		金	14:00 16:00	13,200円	自由美術協会会員 県作家協会会員 木 村 恭 己
絵 画	水彩画を中心にアクリル画やデッサン等、幅広いニーズに対応します。基本的な描法や応用まで、楽しく活動できるように進めます。		火	13:30 15:30	14,300円	自由美術協会会員 県作家協会会員 木 村 恭 己
絵手紙 無料体験 3/22木(10:00~12:00)	自分の気持ちを自分の言葉で書く、そして自分の目で見て感じたままを絵に描く。それが絵のある手紙「絵手紙」です。		第1-3水	10:00 12:00	6,600円	絵手紙協会秋田支部長 赤 川 華 流

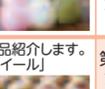
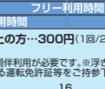
講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
英会話	いろいろな状況を英語で会話できることを目標に楽しく学びます。		火	18:30 20:30	14,300円	メソ英語教室主宰 高 橋 コイナ
中国語(入門) 無料体験 3/28水	中国語は日本人にとって、もっとも親しみやすい外国語です。初心者を対象に、中国語の基礎から簡単な会話まで楽しく学んでいただきます。		水	18:00 20:00	14,300円	JCF 両路人 編集長 根 田 暁 子 ほか
韓国語(入門) 無料体験 3/28水	ゼロから始める「韓国語会話入門コース」です。日本語と共通点が多いので、簡単に学べる外国語です。韓国語をマスターして自分の世界を広げ、通訳なしで韓国旅行をしてみませんか。		水	18:30 20:30	14,300円	木 元 英 子
韓国語(初級)	入門コースからの継続クラスです。入門クラスで身につけた韓国語にバリエーションのある応用表現をつけ加えレベルアップしましょう。ハングルの正確な発音法取得から、初級会話の基礎固めをして、応用会話へと発展させるコースです。		火	18:30 20:30	14,300円	木 元 英 子
韓国語(中級)	初級コースからの継続クラスです。韓国社会で使うさまざまな場面の表現を設定した応用会話や文法を学べるレベルアップコースです。		木	18:30 20:30	13,200円	木 元 英 子

講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
カラオケ教室 無料体験 3/23金	楽しく仲よく唄うことは、あなたを健康にします。歌好きのあなたを主役です。楽譜で基礎からやさしく勉強します。一曲ずつパートリリーを増やしてみませんか。		金	18:00 20:00	14,400円	全国大衆音楽家協会 公認講師 須 田 福 児
民謡	先祖代々唄い継がれた唄、それは民謡。力いっぱい唄って楽しんでみませんか。民謡には定年がありません。未長らくつき合いができます。		水	10:00 12:00	14,300円	(公財)日本民謡協会認定 三浦節歌謡教室 佐 藤 昌 月
詩 吟	詩吟とは詩に込められた作者の心を声によって表現するものです。お腹の底から大きな声を出すのでストレス解消になります。		第2-4水	13:30 15:30	6,600円	秋田詩吟会副会長 正節歌 伊 藤 岳 燿
楽しいコーラス 無料体験 3/23金	楽譜が読めなくても大丈夫。歌う姿勢や美しく豊かな発声のポイントを楽しく学びながら、日本や世界の様々な音楽に親しみ、簡単な二部合唱から本格的な合唱曲まで歌えるようになります。表現する本当の楽しさを味わいながら、本気の「大人の部活」ははじめませんか?		第2-4金	10:30 12:00	6,600円	ヴォイストレーナー 合唱指導者 伊 藤 美 果
ゴスペル&コーラス	楽譜が読めなくても大丈夫。歌う姿勢や呼吸法、発声法などを学びながら、ポップス、ゴスペル、懐かしい日本の歌など、様々なジャンルの曲を楽しく歌ってみませんか。歌い合わせる喜びを共に!		第2-4日	13:30 15:00	6,600円	ヴォイストレーナー 合唱指導者 伊 藤 美 果
文化争(ぶんかそうご) 無料体験 3/27火(13:30~14:30)	さくら、荒城の月、ゆりかごの歌など、ご存知の曲を中心に楽しみながら学べる初心者向けのコースです。		火	13:00 14:30	14,300円	文化争教師 藤 島 淑 子
ハーモニカ(入門・初級)	手軽にどこにでも持ち運びができ、静かで哀愁をおびた音色のハーモニカ。全く初めての方や音楽が苦手な方も心配はいりません。基本から丁寧に指導します。複式呼吸で健康にもよいハーモニカを楽しめます。		第2-4土	10:00 12:00	6,600円	複音ハーモニカ奏者 小松田 桂
ハーモニカ(中・上級)			第1-3土	10:00 12:00	5,500円	複音ハーモニカ奏者 小松田 桂
アコースティックギター	主にフォークソングや演歌などの弾き語りを中心に、コード(和音)の押さえ方やストロークの解説などを丁寧にレッスンいたします。チューニングからレッスンいたしますので初心者の方でも安心してチャレンジしていただけたらと思います。		月	10:30 11:30 18:30 19:30	13,200円	山 手 昌 行
オカリナ	楽譜が読めなくても大丈夫です。初めてオカリナを吹く方のために、オカリナの持ち方、指や息の使い方からはじめて、曲が吹けるようになる講座です。		第1-3金	13:30 15:00	5,500円	松 尾 可 祥

講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
手編み	自分にあったオリジナルニットを作ってみませんか。初めての方でも基礎から学べるコースです。手あみの楽しさに浸ってみませんか。		第2-4木	10:00 12:00	6,600円	(一財)全日本物産教育協会認定 指導員 荒 木 和 子
パッチワークキルト	作って楽しい、使ってもうれしい。そんなポーチャやバッグなどの小物を作りながら、パッチワークを覚えて、自分だけの時間をもっと楽しみたい。		第1-3水	10:00 12:00	6,600円	(公財)日本手芸普及協会 指導員 田 村 清 子
ちりめん細工 無料体験(見学) 3/25日(10:00~11:00)	心ほっこり。針一針心を込めて、出来た作品は「う〜ん。かわいい!」。四季の歳時記で玄閑に彩り添えましょう。また、プレゼントにも喜ばれますよ。お裁縫の苦手な方大歓迎!		第2-4日	10:00 12:00	6,600円	手作り工房 気まま 多 枝 子
縫工業 無料体験 3/28水	数を数えます。手を動かします。完成品をながめ、使います。開講日:4/11、4/25、5/9、5/23、6/13、6/27		水(月間)	13:00 15:00	6,600円	佐々木 礼 子
押し花 無料体験 3/26月 材料費300円	不思議な乾燥マットに挟むだけで庭の花や野の花を自然の色そのままの押し花に、誰にでもやさしく作ることができます。		第2-4月	13:30 15:30	6,600円	ふしぎな花倶楽部秋田支部 たんぽぽの会代表 荒 井 トシ子
陶 芸	一緒に焼くものを楽しみ、お友達をつくりませんか。あなたの日常の食器や花器が手軽に作れます。いろいろな技法を分かりやすく優しく指導いたします。何を趣味にしたいかわからない方、お持ちしております。		木	14:00 16:00	14,300円	花炎窯元 館 花 久 子
飾り花結び 無料体験 3/24土 材料費500円	一本の紐からアクセサリー、ストラップ、飾り物などいろいろと楽しむことができます。どなたでも簡単に作ることができますので是非挑戦してみませんか。		第2-4土	13:30 15:30	6,600円	伝 農 千 鶴 子
スタンドグラス	ドキドキ、ワクワクのガラス切りからスタンドグラスの世界が広がります。チャレンジしてみませんか?(ランプ、パネル、鏡他)		第1-3土	10:00 12:00	7,500円	盛岡ガラスワーク 藤 村 真 理 子
			第1-3土	13:30 15:30	7,500円	

講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
写 真	よい写真を撮るにはどうしたらよいか。月に一度、朝から撮影に出かけて実践しながらカメラの使い方、写真の基礎知識を楽しく学びます。		第1-3木	(館内)13:30 15:30	6,600円	秋田写真同好会会員 高 橋 彰 二
囲 碁 無料体験 3/26月(13:30~16:30)	考える事の楽しさ(幽玄の世界)頭の運動(ボケ防止)仲間がいっぱい(世界中に広がっている)入門と初級あよび入段までを懇切に丁寧に指導いたします。女性の方、初段を目指す方、大歓迎です。		月	13:30 15:30	13,200円	日本棋院大曲支部幹事長 藤 森 5 段 金 森 孝 夫
ほっこり川柳	川柳とは、ありのままの自分を表現する、思いの文芸です。頭の中を軽くマッサージして、ほぐれた知識に少しの汗を添ませ、心の旅の一行詩をします。笑顔の絶えぬ、ほっこりとした人にさっとなることではないでしょうか。共に学びませんか。		第1-3木	10:00 11:30	5,500円	よみうり文芸 柳橋通子 高 橋 三 鳩 枝
山野草の寄せ植え	より身近で季節の移り変わりを感じていただける手のひらサイズの庭仕事をしてみませんか。(材料代として初回1,500円他、毎回1,000円~2,000円が必要となります。)		第3月	13:30 15:30	3,300円	華苑・はなすき 戸 澤 徳 昭

講座名		内容	日時	3ヵ月分 受講料	講師
自然講座(植物)	私たちの身の回りの豊かな自然を楽しむために!大仙市内および近郊の貴重な山野草(花)について、現地に外出し観察を通して学びます。可憐な花たちが待つ春から初夏の野山へご案内します。 ①大仙市 長野山 ②太平山(姫神山) ③栗駒山 野鳥の森湿原		① 4/17(火) 8:50~12:30 ② 5/22(火) 8:50~12:30 ③ 6/12(火) 8:50~16:40 (②は自家用車で分乗して移動、①・③はバス移動)	4,200円	秋田自然史研究会幹事 沖 田 真 敏
野鳥講座	野鳥の習性や生態を現地で観察しながら、自然保護の大切さを学びます。 ①角館・西明寺でオオルリを、八津カクウリ里ではカワカラスを探します。 大仙市に戻り松山では、キビキも観察します。 ②由利本荘市護国山に、ハヤブサを訪ねます。戻っては、雄物川河川敷でカワセミも。 ③刈野橋のチウゲンボウ、松山のミサゴ、河川敷のヤマセミやコトドリに会いましょう。		① 4/24(火) 9:00~16:40 ② 5/29(火) 9:00~16:40 ③ 6/19(火) 9:00~16:40 (全回バス移動)	6,000円	日本野鳥の会 鈴 木 三 郎
歴史探訪	「ふるさとの歴史を歩いて見て発見する」こんな身近な所に気付かなかった歴史が…。私たちの現在につながるふるさとの歴史。そんな歴史を歩いて見る発見のおもしろさをご一緒に。 ①戸島館と虚空蔵大台湾遺跡(秋田市)を行く ②戸沢氏の支城、白岩城(仙北市)と十六沢城(大仙市)を歩く ③小野寺氏の発源地、稲庭城と川連城(湯沢市)を巡る ④春の秋田城(秋田市)と身近な城、松山城を巡る ⑤戸沢氏の居城、角館城と館腰城(仙北市)を歩く ⑥由利地方の中世城館、根城館と本荘城(由利本荘市)を訪ねる		① 4/12(木) 9:00~16:30 ② 4/26(木) 9:00~16:30 ③ 5/10(木) 9:00~16:30 ④ 5/24(木) 9:00~16:30 ⑤ 6/14(木) 9:00~16:30 ⑥ 6/28(木) 9:00~16:30 (全回バス移動)	12,000円	元秋田県歴史文化財 センター所長 大 野 憲 司
美術館を巡る旅	緑春の春、美を求めて旅に出よう!新緑の匂う春の大地を通り抜け、みちのくの芸術の世界へ。近況を含めたすばらしい作品群が待っている美術館等へご案内します。 ①秋田県立近代美術館(横手市) ②鎌倉美術館、鈴木家住宅(羽後町) ③石神の丘美術館(岩手県岩手町) ④岩手県立美術館(岩手県盛岡市) ⑤山形美術館、峰田メッセ(山形県山形市、山辺町) ⑥土門拳記念館(山形県酒田市)		① 4/27(金) 9:00~12:00 ② 5/11(金) 9:00~16:30 ③ 5/25(金) 8:50~17:00 ④ 6/8(土) 9:00~17:00 ⑤ 6/15(金) 7:30~18:00 ⑥ 6/29(金) 9:00~17:00 (全回バス移動)	17,100円 ※ほかに 美術館入場料 (各1,000円~無料)	ペーレ大仙顧問 森 田 克 彦
ワイン(初級・中級)	講座開設9年記念「○○とワイン」 今回は、「講座開設9年記念」とし、特別な3回の講座を行います。今回は15名で編成切ります。 ①「和食とさくらワイン・山ぶどうワインのマリアージュ探求」(会場:クランパル(ス川崎)) ②「田沢湖放牧場とワイン・田沢湖放牧場の美味しい味わい方講座!!」(会場:フナ牧場、レストラン)※ ③「フランス著名チーズと絶対ワインのマリアージュ 実践編」(会場:ペーレ大仙)		① 4/8(日) 16:00~ ② 5/27(日) 9:00~17:00 ③ 6/22(日) 18:00~	3,300円 ※ほかに 会場30分まで 25,500円(9名)	(一社)日本ソムリエ協会 執行役員 兼 東北支部長 小 西 亨 一郎

講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
プラチナタイム Platinum Time	華やかで、美味しく、意外に簡単!そんなレシピをご紹介します。 ●材料費:1回600円		第3水	10:00 12:00	3,900円	クッキングサロン Platinum Time 主宰 有 坂 和 美
美味健康中国料理	皆さんの体に合った食材・調理法を教えるための魅力たっぷり教室です。薬膳料理も本場の中国料理もどちらも学べます。 ●材料費:1回600円		第3土	10:00 13:00	3,900円	中国料理・ 薬膳料理研究家 宮 下 霞
韓国家庭料理	本場韓国の味をぜひご家庭でも。講座の日が待ち遠しくなること間違いなし!手製のがき手な方でも食べられるメニューをご用意。 ●材料費:1回600円		第4火	10:00 12:00	3,900円	韓国家庭料理 ほんあり 小 坂 侑 子
料理研究会のお料理教室 【おもてなしのレシピ】	料理長やシェフがプロならではのコツをお教えします。 4月「節句の日のおもてなし」 5月「新緑の季節の炊き込みご飯と煮物」 6月「初夏のヘルシーランチ」 ●材料費:1回800円		第3火	10:00 12:00	3,900円	大仙北料理研究会会員 ユキア料理師 4月 安 枝 輝 光 料理研究会 5月 星 宮 多 賀 司 中野監修料理師 6月 小 松 裕
マクロビオティック料理	マクロビオティックの食材選び、調理法、献立などを学びます。 4/7(に)「だし」調味料で味わう「基本のマクロビごはん」 4/28「マクロビスイーツレッスン」 6/2「マクロビカフェメニューレッスン」 ●材料費:1回800円		第1土	10:00 13:00	3,900円	管理栄養士 藤 山 あ ゆ み
健康美人	4月「彩り春メニュー 鶏と新じゃがの炒め物他」 5月「野菜たっぷりごはん キャベツのレモンパスタ他」 6月「梅雨のスタミナレシピ ニラとねぎのピーマン他」 ●材料費:1回600~800円		第1金	10:00 12:00	3,900円	ペーレ大仙 管理栄養士 高 橋 由 佳
季節のお菓子	季節に合った和菓子や洋菓子を作ります。 4月「花見団子、はちみつムース」 5月「柏餅、お米のタルト」 6月「羊羹、バナナケーキ」 ●材料費:1回500円		第3水	14:00 16:00 18:00 20:00	3,900円 3,900円	おかしな家ふじた 店主 藤 田 俊 幸
素敵な手作りお菓子	家庭ですぐに作れるお菓子やお惣菜を2~3品紹介します。 4月「マーブルバウンドケーキ、桜餅、セサミチュール」 5月「ヨーグルトケーキ、かぼちゃとレーズンのスコーン、チヂミ」 6月「ピザ、卵巻き、ロシアクッキー」 ●材料費:1回500~700円 ※日曜クラスの7月の開講日は7月22日です。		第3金 第3日	13:00 15:00 10:00 12:00	3,900円 3,900円	横 野 淳 子
郷土の料理・お菓子	昔ながらの料理やお菓子を作ります。 4月「小豆ゆべし」 5月「なと餅」 6月「かみなり寒天」 ●材料費:1回500円		第4水	10:00 12:00 14:00 16:00	3,900円 3,900円	野 中 シ ン 子
スイーツの時間 【基本コース】 無料体験 3/25日 材料費500円	日曜クラス開設です!家族や大切な人へ手作りのケーキを作ってみませんか? 4月「スポンジケーキの基本(プレーン)」 5月「スポンジケーキの応用(チョコ)」 6月「スポンジケーキとデコレーションのコツ」 ●材料費:3回分1,500円		第1日	10:00 12:00	3,900円	製菓衛生師 長 谷 川 つ か さ
スイーツの時間 無料体験 3/24土 材料費500円	主にケーキや焼き菓子を作ります。 4月「フルーツタルト」 5月「スティックチーズケーキ」 6月「リクエストメニュー」 ●材料費:3回分1,500円		第2土	10:00 12:00 14:00 16:00	3,900円 3,900円	製菓衛生師 長 谷 川 つ か さ

講座名		内容	曜日	時間	3ヵ月分 受講料	講師
温水プール	温水プール		月	10:00~11:00	フリー利用時間	
			火	10:00~11:00	フリー利用時間	
			水	10:00~11:00	フリー利用時間	
			木	10:00~11:00	フリー利用時間	
			金	10:00~11:00	フリー利用時間	
			土	10:00~11:00	フリー利用時間	
			日	10:00~11:00	フリー利用時間	
トレーニングルーム	トレーニングルーム		月	11:00~12:00	フリー利用時間	
			火	11:00~12:00	フリー利用時間	
			水	11:00~12:00	フリー利用時間	
			木	11:00~12:00	フリー利用時間	
			金	11:00~12:00	フリー利用時間	
			土	11:00~12:00	フリー利用時間	
			日	11:00~12:00	フリー利用時間	

利用料金 ●610円(1回/2時間まで) ●受講生・小学生・障がいのある方・65歳以上の方・300円(1回/2時間まで) 持参するもの 水着・水泳帽・タオル・ゴーグル(必要の方のみ)  
●回数券...6回 3,080円 ●定期券...1か月 4,620円  
※未就学児は無料となります。※小・中学生以下の子供の利用の際は、保護者水着着用で同伴利用が必要で、※水着・水泳帽・タオル・ゴーグル(必要の方のみ)は必ずご持参ください。  
※障がいのある方は、障害者手帳をご持参下さい。※65歳以上の方は、生年月日のわかる運転免許証等をご持参下さい。