

## 2024年度前期・通年 コンパルホール教室・講座

# 受講生追加募集！

- ※ 大分市・由布市在住又は勤務する方で満18歳以上（高校生を除く）対象。
- ※ 日程は行事や天候、新型コロナウイルス感染状況等により変更・中止する場合があります。

まだ定員に達していない下記の講座の追加募集を4/19（金）より 電話と窓口で受け付けます。（9：00～17：00）

先着順となりますので どうぞお早めに！

### コンパルホールからのお願い

- ・37.5℃以上の発熱や、咳等体調がすぐれない場合は、参加をお控えください。（受講料の返金や欠席者対象の補講等はございませんのでご了承ください。）
- ・マスクの着用については、各自の判断にゆだねます。アルコール消毒液を会場に設置いたしますが、消毒は任意とします。
- ・換気対策について、定期的に外気を取り入れる換気の実施を行っています。

※ **通** マークは通年講座です。

1	<b>プレ講座いけばな(池坊)</b> 5月15日・1回 水曜日 19：00～21：00 受講料 1000円(全1回分) 教材費 950円	講師 木村 三枝子 「いけばな」を創始した池坊。お花との出会いを大切に、伝統文化に触れてみませんか？いけばなについて楽しく学びましょう。
2	<b>プレ講座いけばな(小原流)</b> 5月25日・1回 土曜日 19：00～21：00 受講料 1000円(全1回分) 教材費 1000円	講師 成重 翠峰 「いつも身近に生け花を」現代いけばなの盛花を作った小原流。季節の草花を使って楽しく身近に飾ってみましょう。
3	<b>プレ講座いけばな(専心池坊)</b> 5月21日・1回 火曜日 19：00～21：00 受講料 1000円(全1回分) 教材費 1000円	講師 佐藤 清華 専心池坊は伝統的で格調高い生け方から、現代風のアレンジまで幅広い花型を持ちます。身近なお花を使ってやさしい生花を楽しみましょう。
4	<b>プレ講座いけばな(草月流)</b> 5月28日・1回 火曜日 14：00～16：00 受講料 1000円(全1回分) 教材費 1320円	講師 守田 芳伸 「いつでも、どこでも、だれにでも」そしてどのような素材を使ってもいけられる草月流。いけばなってどんなもの？体験することでこれまでのイメージが変わるかもしれません。
5	<b>プレ講座茶道(表千家)</b> 5月19日・1回 日曜日 14：00～16：00 受講料 1000円(全1回分) 教材費 1000円	講師 出田 昌子/岩男 尚子 伝統芸術である茶道をより身近に！自分で立てたお茶をいただく癒し時間を体験してみませんか？
7	<b>プレ講座煎茶道(光風流)</b> 5月21日・1回 火曜日 10：00～12：00 受講料 1000円(全1回分) 教材費 400円	講師 松本 光道 文人墨客達の間で生まれ、発展してきたお煎茶。日々のお茶を美味しく・優雅にいただく時間を過ごしてみませんか？
13	<b>yinyang yoga (インヤン ヨガ)</b> 5月10日～9月20日・14回 金曜日 18：00～19：30 受講料 6300円(全14回分) 教材費 2400円	講師 仲島 里佳 動的なヨガと静かなヨガで陰陽バランスを整えます。循環機能を高め、心身をリラックスさせましょう。
15	<b>全身引き締めエクササイズ</b> 5月24日～9月20日・14回 金曜日 13：30～14：30 受講料 4200円(全14回分) 教材費 なし	講師 馬場 優人 引き締める為には筋トレだけではなく、ストレッチ等も含めて全身を動かしましょう。
19	<b>通 子ども将棋</b> 6月1日～2025年3月1日・15回 土曜日 10：00～12：00 受講料 7500円(全15回分) 教材費 なし	講師 村上 圭 正しいマナーとルールを学び、一緒に楽しく将棋を指しましょう。初心者対象の講座です。 ※小学生対象
22	<b>産後骨盤矯正ピラティス</b> 5月22日～9月18日・8回 水曜日 13：30～14：30 受講料 2400円(全8回分) 教材費 3630円	講師 井上 明子 産後のお母さんを対象にピラティスメソッドを基に骨盤の調整を行い、筋力UPを目指します。 ※産後3ヶ月～1年の女性対象
23	<b>ママベリトミック(1歳児クラス)</b> 5月14日～9月17日・10回 火曜日 10：00～11：00 受講料 4000円(全10回分) 教材費 550円	講師 伊東 のぶよ 初めての習い事に音楽はいかがですか？遊びを通して、心と体の成長を促しましょう。 ※4/1時点で満1歳の幼児とその保護者
24	<b>ママベリトミック(2歳児クラス)</b> 5月14日～9月17日・10回 火曜日 11：15～12：15 受講料 4000円(全10回分) 教材費 550円	講師 伊東 のぶよ 初めての習い事に音楽はいかがですか？遊びを通して、心と体の成長を促しましょう。 ※4/1時点で満2歳の幼児とその保護者

お申込み・問い合わせ  
☎097-538-3700  
(コンパルホール)

25	<b>通 いけばな(池坊)</b> 6月5日～2025年2月5日・14回 水曜日 19：00～21：00 受講料 8400円(全14回分) 教材費 1回 950円	講師 木村 三枝子 いけばなを通じて季節の移ろいや観察力・創造力・想像力・表現力を楽しく学びましょう。
26	<b>通 いけばな(小原流)</b> 6月8日～2025年2月8日・14回 土曜日 19：00～21：00 受講料 8400円(全14回分) 教材費 1回 1000円(はじめての方は教本1320円)	講師 成重 翠峰 「いつも身近に生け花を」小原流の盛花で私の時間を豊かに過ごしてみませんか。
27	<b>通 いけばな(専心池坊)</b> 6月4日～2025年2月25日・14回 火曜日 19：00～21：00 受講料 8400円(全14回分) 教材費 1回1000円	講師 佐藤 清華 豊かな暮らしは緑から。四季折々のお花にふれ、いけばなの基礎を学びましょう。初めての方大歓迎です！
28	<b>通 いけばな(草月流)</b> 6月11日～2025年2月25日・14回 火曜日 14：00～16：00 受講料 8400円(全14回分) 教材費 1回 1320円(はじめての方は教本1650円)	講師 守田 芳伸 自分が楽しみ、人にも喜ばれるいけばな。講座ではいけばなの基本技術を学びます。
29	<b>通 茶道(表千家 昼)</b> 6月13日～2025年2月20日・16回 木曜日 14：00～16：00 受講料 12800円(全16回分) 教材費 4回毎に4000円(抹茶・菓子代)	講師 出田 昌子/岩男 尚子 日本の伝統文化である茶道をより身近に体験してみませんか？お茶の心と美しい立ち居振る舞いを学びましょう。初心者の方大歓迎。
30	<b>通 茶道(表千家 夜)</b> 6月13日～2025年2月20日・16回 木曜日 19：00～21：00 受講料 12800円(全16回分) 教材費 4回毎に4000円(抹茶・菓子代)	講師 出田 昌子/岩男 尚子 日本の伝統文化である茶道をより身近に体験してみませんか？お茶の心と美しい立ち居振る舞いを学びましょう。初心者の方大歓迎。
31	<b>通 茶道(裏千家 昼)</b> 6月5日～2025年2月19日・16回 水曜日 14：00～16：00 受講料 12800円(全16回分) 教材費 テキスト代1760円、月に1回お茶・菓子代2000円	講師 奈良 宗代/藤田 宗由 茶室で茶道の基本と目的の茶事や茶席料理等を学びましょう。楽しいおもてなしを身につけませんか？
32	<b>通 茶道(裏千家 夜)</b> 6月6日～2025年2月20日・16回 木曜日 19：00～21：00 受講料 12800円(全16回分) 教材費 テキスト代1760円、月に1回お茶・菓子代2000円	講師 奈良 宗代/藤田 宗由 「いけばな」を創始した池坊。お花との出会いを大切に、伝統文化に触れてみませんか？いけばなについて楽しく学びましょう。
33	<b>通 煎茶道(光風流)</b> 6月4日～2025年2月18日・16回 火曜日 10：00～12：00 受講料 12800円(全16回分) 教材費 プリント代300円、3か月毎にお茶・お菓子・お花代2000円	講師 松本 光道 文人墨客達の間で生まれ、発展してきたお煎茶。日々のお茶を美味しく優雅に入れてみましょう。
34	<b>立礼式茶道講座(裏千家)</b> 5月14日～9月24日・10回 火曜日 14：00～16：00 受講料 8000円(全10回分) 教材費 7000円(抹茶・お菓子代)	講師 指原 宗孝 机椅子でのお点前、裏千家茶道の基本をみにつけ、お茶を楽しみたい方へ。四季を感じる素敵時間を過ごしませんか？
37	<b>かんたんおうちごはん(火)</b> 5月28日～9月24日・5回 火曜日 10：00～12：30 受講料 3000円(全5回分) 教材費 4000円	講師 林 美紀 手作りかんたん発酵食品作りや旬の野菜料理・おもてなし料理・郷土料理等すぐ役に立つ料理を学びましょう。
38	<b>かんたんおうちごはん(木)</b> 5月30日～9月26日・5回 木曜日 19：00～21：30 受講料 3000円(全5回分) 教材費 4000円	講師 原 孝子 手軽でおいしい家庭料理の数々と一緒に楽しく学びませんか？中華料理や夏野菜を使った料理、お肉料理等。

39	<b>通 楽しいカラオケ</b> 5月24日～2025年2月14日・18回 金曜日 13:30～15:30 受講料 10800円(全18回分) 教材費 コピー代 2回ごとに20円	講師 仲道 圭子 演歌を中心に楽しく学びます。 お腹から声を出して、元気に歌いましょう。
40	<b>通 初めてのオカリナ</b> 5月22日～2025年2月19日・18回 水曜日 10:00～11:30 受講料 8100円(全18回分) 教材費 11000円(オカリナ・楽譜・資料代)	講師 坪内 千恵美 ポケットサイズのオカリナを楽しみませんか？ オカリナの持ち方や楽譜の読み方から始めます。
41	<b>おんがくで脳トレ</b> 5月9日～9月19日・10回 木曜日 10:00～11:30 受講料 4500円(全10回分) 教材費 なし	講師 伊東 のぶよ 笑顔あふれる時間を一緒に過ごしませんか？音楽 に合わせた簡単なゲームで、心と体を若返りしまし ょう。 ※60歳以上の方対象
42	<b>ヴォーカルアンサンブル</b> 5月9日～9月19日・10回 木曜日 19:00～21:00 受講料 8000円(全10回分) 教材費 500円	講師 野村 高子 コーラスを楽しみながら♪お口のケアと歌で 健康や免疫力を上げましょう。
43	<b>クラシックギター入門</b> 5月24日～9月20日・8回 金曜日 14:00～15:00 受講料 3200円(全8回分) 教材費 コピー代200円 初めてのの方は別途テキスト代800円	講師 竹内 竜次 初めて楽器を持つ方、楽譜を読む方のための講座で す。ゆっくりとわかりやすく説明します。 ※楽器の貸出はありません
45	<b>韓国語入門A</b> 5月20日～9月23日・12回 月曜日 10:00～11:00 受講料 3600円(全12回分) 教材費 1200円	講師 孫 進姫 韓国の文字に初めて触れる方々のための講座で す。読み・書き・発音を中心に学びます。 ※45・46は同内容です。
46	<b>韓国語入門B</b> 5月20日～9月23日・12回 月曜日 19:00～20:00 受講料 3600円(全12回分) 教材費 1200円	講師 孫 進姫 韓国の文字に初めて触れる方々のための講座で す。読み・書き・発音を中心に学びます。 ※45・46は同内容です。
49	<b>英会話中級</b> 5月16日～9月19日・16回 木曜日 10:00～11:30 受講料 7200円(全16回分) 教材費 なし	講師 今川 Michelle みんなで楽しく！いっぱい英語でしゃべりましょ う！ ※初級終了者対象
50	<b>イタリア語入門</b> 5月9日～7月25日・12回 木曜日 19:00～20:00 受講料 3600円(全12回分) 教材費 300円	講師 ヤンノッティ ルイジ イタリア語の発音から基礎文法、あいさつ、 簡単な会話表現をみんなで楽しく学びましょ う。
51	<b>イタリア語初級</b> 5月9日～7月25日・12回 木曜日 20:15～21:15 受講料 3600円(全12回分) 教材費 300円	講師 ヤンノッティ ルイジ イタリア語で会話をしながら、文法と文化を楽し み、そして深く学びましょ う。 ※入門終了者対象
52	<b>美文字のペン字とかな書道</b> 5月29日～9月25日・10回 水曜日 19:00～21:00 受講料 6000円(全10回分) 教材費 2000円	講師 渡部 靖子 楷書・行書の特徴など美文字になるコツを学び ましょ う。仮名は基本から始めて作品を仕上げましょ う。
53	<b>実用書道</b> 5月20日～9月23日・12回 月曜日 10:00～12:00 受講料 7200円(全12回分) 教材費 1000円	講師 梅木 南周 「きれいな字を書きたい」時代や年齢を問わず持 た れる希望、大人のたしなみに応えます。
54	<b>はじめてのつまみ細工</b> 5月21日～9月10日・10回 火曜日 10:00～12:00 受講料 8000円(全10回分) 教材費 1回1500円	講師 後藤 澄香(いろ葉) 江戸の伝統工芸つまみ細工を分かりやすく簡単 に 学びましょ う。普段使いのものなど7作品を作ります。
55	<b>通 俳画に親しむ</b> 5月22日～2025年2月12日・16回 水曜日 14:00～16:00 受講料 9600円(全16回分) 教材費 1300円	講師 古谷 典子 俳句の心を水墨あるいは淡彩にてのびのびと画に表 現。俳趣俳味のある作品作りをしませんか？
57	<b>通 フラワーデザイン</b> 5月15日～2025年2月26日・16回 水曜日 14:00～16:00 受講料 9600円(全16回分) 教材費 1回2000円(花材・資材代)	講師 野田 淳一 四季折々の花を楽しみながら作り飾ってみませ ん か？花の香りで癒される楽しいアレンジ講座です。
58	<b>英語deバレエエクササイズ</b> 7月25日～8月22日・3回 木曜日 13:00～14:30 受講料 2300円(全3回分) 教材費 100円	講師 高谷 玲奈 簡単なバレエエクササイズで身体を動かしながら、楽 しく英語も学んでいましょ う。 ※18歳以上の女性の方対象

65	<b>ベリーダンス入門</b> 5月27日～9月23日・12回 月曜日 19:30～21:00 受講料 5400円(全12回分) 教材費 なし	講師 アフロディーテ マユコ ベリーダンスのしなやかなムーブメントに合わせて、楽 しく踊りましょ う！ ※18歳以上の女性の方対象
68	<b>美ボディ・エクササイズ</b> 5月21日～9月24日・16回 火曜日 19:00～21:00 受講料 9600円(全16回分) 教材費 1500円	講師 岡田 理恵/黒木 亜紗江 色々な有酸素運動や、筋トレやストレッチ、 流行のヨガも。楽しみながら美ボディを目指しまし ょ う！ ※18歳以上の女性対象
69	<b>健康づくりのためのトレーニング教室</b> 6月7日～7月12日・6回 金曜日 14:00～16:00 受講料 3600円(全6回分) 教材費 なし	講師 おおいた健診センター 効果的なトレーニングマシンの使い方や、若々しい 健康づくりのトレーニングを楽しみましょ う。
71	<b>生き生き笑顔健康体操</b> 5月20日～9月30日・12回 月曜日 9:30～11:00 受講料 5400円(全12回分) 教材費 なし	講師 佐藤 真由美 前半は椅子に座って、頭や体を刺激していきます。 楽しく全身を動かして毎日を生き活きと！
74	<b>エンジョイ！みんなの卓球(金・朝)</b> 5月10日～9月27日・15回 金曜日 9:00～11:00 受講料 9000円(全15回分) 教材費 300円	講師 中村洋子/矢野和代 基礎からシングルス・ダブルスのルールを学び、 最後は一緒に試合練習を楽しみましょ う！
75	<b>エンジョイ！みんなの卓球(水・朝)</b> 5月15日～9月25日・15回 水曜日 9:00～11:00 受講料 9000円(全15回分) 教材費 300円	講師 甲斐蘭子/中村和好 基礎からシングルス・ダブルスのルールを学び、 最後は一緒に試合練習を楽しみましょ う！
76	<b>エンジョイ！みんなの卓球(火・夜)</b> 5月14日～9月24日・15回 火曜日 18:30～20:30 受講料 9000円(全15回分) 教材費 300円	講師 中村和好/中村洋子 基礎からシングルス・ダブルスのルールを学び、 最後は一緒に試合練習を楽しみましょ う！
78	<b>スポンジボールテニス</b> 5月20日～9月30日・10回 月曜日 9:30～11:30 受講料 6000円(全10回分) 教材費 500円	講師 大分県スポンジボールテニス協会 生涯スポーツとして仲間と気持ちのよい汗を流しま しょ う！基礎から学んで楽しくプレイませんか？道 具は貸し出します。
79	<b>スポンジボールテニス(夜)</b> 5月20日～9月30日・10回 月曜日 19:30～21:30 受講料 6000円(全10回分) 教材費 500円	講師 大分県スポンジボールテニス協会 生涯スポーツとして仲間と気持ちのよい汗を流しま しょ う！基礎から学んで楽しくプレイませんか？道 具は貸し出します。
80	<b>初めてのバドミントン</b> 7月5日～9月20日・10回 金曜日 18:30～20:30 受講料 6000円(全10回分) 教材費 900円	講師 大分市バドミントン協会 バドミントンが好きな方も初心者の方も大歓迎で す。一緒に楽しみましょ う！
85	<b>ジュニアチアダンス</b> 5月18日～9月28日・10回 土曜日 11:00～12:00 受講料 3500円(全10回分) 教材費 なし	講師 松成 友衣 初心者も大歓迎！ みんなで楽しくチアダンスを踊りましょ う！ ※小学生4年生～中学生対象
88	<b>キッズバドミントン(中級)</b> 7月3日～9月18日・10回 水曜日 17:00～18:30 受講料 3800円(全10回分) 教材費 800円	講師 才津 優希 一緒にたくさんゲームをして、楽しく学びましょ う！ ※小学生5・6年生・経験者対象

## 2024年度前期・通年 コンパルホール教室・講座

受講生追加募集！！ 4/19(金)～

受付時間 ■ 9:00～17:00

※定員に達している講座もキャンセル待ち可能です。

お申込み・お問い合わせ

コンパルホール

☎097-538-3700