

春スタート!  
新規講座体験

入会金不要 予約が必要です

はじめましょう!  
スペイン語会話(入門)

3/19(火) 18:30~19:30

やさしい日常会話の表現や旅行で使える  
フレーズを一緒に楽しく学びませんか?講師 /  
スペイン語講師  
奥田 マリサ  
受講料 / 540円  
持ち物 / 筆記用具若さと介護のための  
アロマハンドリートメント(2級)

3/19(火) 18:30~20:00

精油とオイルの簡単なデスティングの後、基本  
の手法を学びます。ハーブティーもお楽しみ  
いただけます。※オイルをプレゼント!講師 /  
AHTA認定  
シニアプロフェッショナル  
清水 孝子  
受講料 / 1,080円  
材料費 / 500円  
持ち物 / 筆記用具タロット占いで見つける  
人生のヒント

3/26(火) 20:15~21:15

タロットカードの占いやカードの物語を  
学びます。講師 /  
岐阜タロット占いサロン/AL  
秦 東行  
受講料 / 2,160円  
持ち物 / 筆記用具、  
タロットカード(お持ちの方)

## 楽しいドイツ語(入門講座)

3/27(水) 19:00~20:15

この春スタートのお試し体験です。ドイツ語  
のABCの読み方から楽しく学びましょ講師 /  
岐阜大学教育学部  
教授 伊東 英  
受講料 / 540円  
持ち物 / 筆記用具～やめることで人生を好転させる～  
「心の断捨離」

3/30(土) 15:45~17:00

たった1日日常会話をスラスリできる!今年  
中に実行したい心の断捨離とは。講師 /  
心理カウンセラー  
黒子 智代  
受講料 / 972円  
持ち物 / 筆記用具

## 四柱推命学

4/8(月) 13:30~15:30

その人の生年月日時を4つの柱にし、未来  
の予測や性格、仕事などを推理する  
学問。少し経験のある方対象。講師 /  
易道教授  
佐竹 由彩  
受講料 / 4,320円  
持ち物 / 筆記用具

## バレエストレッチ®

4/11(木) 20:20~21:20

ストレッチで体幹、深層筋を鍛え、後半  
は立ちポーズでバレエの基本、ボー  
ジングを行います。講師 /  
小幡令子/バレエ  
教師 梅田 有希  
受講料 / 1,350円  
持ち物 / 動きやすい服装、水分、タオル

## 春の1日体験講座

入会金不要 予約が必要です

ソーバカービング  
～デリアの石鹸～

3/20(水) 18:30~20:30

講師 / フルーツ&ソーバカービング  
アトリエNAGARA主宰 神山 路生  
受講料 / 1,296円  
材料費 / 500円(レンタルナイフ代込)リラックスストレッチ  
～ストレッチでやさしい体づくり～

3/22(金) 13:30~14:30

講師 / ヨガインストラクター 斎藤 まり子  
受講料 / 1,080円  
持ち物 / 動きやすい服装、水分、  
タオル、ヨガマット(レンタル可)

## ヘルシーボディヨガ

3/29(金) 10:15~11:15

講師 / ヨガインストラクター 石原 愛  
受講料 / 864円  
持ち物 / 動きやすい服装、水分、  
タオル、ヨガマット(レンタル可)暮らしを彩るティータイム  
～こころほまる紅茶教室～

4/3(水) 14:00~15:30

講師 / 紅茶塾DAGU認定ティーアドバイザー  
奥田 奈美  
受講料 / 2,160円 材料費 / 500円2019  
4月-6月65歳以上  
入会金無料

P

春の楽しさ、ふくらみます

## 春の新規講座・体験

## 表情筋トレーニング&amp;心美学

金曜日(第4) 13:30~15:00

受講料 / 6,480円(3ヵ月)

表情筋トレーニングをマスターしてシニ・タ  
たるみを解消し、表情美人にならな講師 / 濱口 紀美  
日本表情筋トレーニング協会認定講師

## 体験講座

3月22日(金)  
13:30~14:30受講料 / 1,080円  
持ち物 / 手鏡

## 春の新規講座

- 親鸞聖人の生涯と思想  
金曜日(第4) 13:30~15:00
- 楽しいドイツ語(入門講座)  
水曜日(第1-3) 19:00~20:15
- はじめましょう!スペイン語会話  
(入門)  
火曜日(第1-3) 18:30~19:45
- 四柱推命学  
月曜日(第2) 13:30~15:30
- タロット占いで見つける人生のヒント  
火曜日(第4) 20:15~21:15
- アロマハンドリートメント(2級)  
水曜日(第3) 18:30~20:00
- ～やめることで人生を好転させる～  
「心の断捨離」  
土曜日(第1-3) 13:30~15:30
- バレエストレッチ®  
木曜日(第2-4) 20:20~21:20

春の  
オスス体験

4月4日(木) 19:00~20:30

衣服の歴史から学び、慶弔のマナーを知ること  
により相手への心遣いの表現法を学びます。～今さら聞けない「暮らしの作法」～  
“衣服は語る”慶弔・衣服のマナー講師 / 小笠原徳雄 第三十二世直門法講師  
NPO法人和の未来理事長 安田 多賀子

受講料 / 2,160円 持ち物 / 筆記用具



## コミュニケーションカレッジ

4月26日スタート!  
親鸞聖人の生涯と思想

金曜日(第4) 13:30~15:00

岐阜聖徳学園大学  
短期大学 教授 嶋川 祥美  
浄土真宗を聞かれた親鸞聖人の生涯と、念  
仏、信心、浄土など基本的な教えについて学  
びます。

6,480円

4月3日スタート!  
楽しいドイツ語(入門講座)

水曜日(第1-3) 19:00~20:15

ドイツ語のABCの読み方から始めて、1年  
で初級文法を学びつつ、簡単な会話や読解  
の練習を行います。※3月27日に体験講座  
があります。(要予約)岐阜大学 教育学部  
教授 伊東 英

## 楽しいドイツ語(初級講座)

土曜日(第2-4) 10:10~11:25

ABCの読み方から始めて、会話文や簡単  
な文章を教材にして学んでいきます。

楽しいドイツ語(中級講座)

土曜日(第2-4) 11:25~12:40

リスニングやリーディング  
を強化することで、より高  
度なドイツ語運用能力を  
養成します。脳と心臓を元気に!  
～いきいきとした健康  
自立生活を送るために～

月曜日(第2) 10:20~11:50

岐阜聖徳学園大学 教授 原 英彰  
脳の病気をその予防法、脳に良い食べ物や  
サプリメントの紹介。脳を鍛える各種トレーニング  
なども行って楽しく学びます。

4,860円

健康アップ講座  
～100年時代を元気に!  
元気の「気」と病気の「気」は違う!～

火曜日(第2) 10:30~12:00

岐阜保健短期大学 教授 永井 博之 他  
健康に役立つ身近な事から高い知識まで  
わかりやすくお話しします。4月 元氣～元氣は  
健康の第一歩～  
5月 元氣は遺伝子?  
環境のせい?  
6月 元氣の「気」と  
病気の「気」

4,860円

## 源氏物語(絵合)

水曜日(第2-4) 10:30~12:00

岐阜市立女子短期大学  
名誉教授 辻 宏一  
斎宮の女御は、既に入内していた弘徽  
殿の女御と帝寵を二分し、次第に絵に  
堪能な斎宮の女御に冷泉帝はひきつけ  
られていく。

9,720円

## さよなら英語アレルギー

木曜日(第1-3) 10:30~12:00

岐阜大学 教育学部  
准教授 仲 潔  
日常でよく使う英語表現を学んでいきます。  
映像資料を交えながら、楽しく楽しく授業  
を進めます。

12,960円

## いやしの薬草時間

木曜日(第2) 10:30~12:00

岐阜聖徳学園大学  
薬学博士 田中 俊弘  
何気なく使っている食材にうんちくを傾け  
てみることで、一段とおいしく食生活を送  
りましょう。4月 薬草の範囲  
5月 朝鮮ニンジン  
6月 野菜入りの話※受講料は3ヵ月  
(4-5-6月)分  
[税込]

4,860円

## こころのうた～抒情歌・唱歌・童謡～

金曜日(第1-3) 10:30~12:00

岐阜聖徳学園大学  
教育学部 教授 深貝 美子  
日本の童謡や唱歌、世界の歌の数々、エポ  
ニードを交え楽しく歌います。また40年間創作  
してきた自作品・夢の描く童謡も紹介します。

9,720円

## 折り紙教室

金曜日(第3) 10:30~12:00

季節の行事、花、動物を作る。  
・ユニークな折り紙で形と色の組み合わせを楽しむ。  
・折り紙を見て折れる能力の向上を図る。

## 折り紙教室(初心者)

金曜日(第4) 10:30~12:00

昔ながらの折り紙を楽しく学べる変化させ  
る方法を学びます。岐阜折紙会会長  
米光 富雄

4,860円(各クラスとも)

憲法の条文を口に出して  
読んでみよう!

金曜日(第3) 19:00~20:30

岐阜大学 非常勤講師(日本大学 法学部 教授)  
齋藤 康博  
日本国憲法の条文をひとつひとつ解説し、解  
釈の相違を紹介し、さらに外国の憲法との比  
較を交えてお話しします。

4,860円

写本と活字本で読む  
『保元物語』

土曜日(第2-4) 10:30~12:00

岐阜大学 名誉教授 弓削 繁  
武士の時代の幕開  
けを告げる保元の  
乱、その顛末を語る  
『保元物語』を、写本  
と活字本を対照しな  
がら読み進めて行き  
ます。

9,720円

## チケット制のパソコン教室!

パソコンスクール  
PC One■講師 / インフォアフォームインストラクター  
※対応ソフト/Windows10 Word, Excel 2016■1日体験から  
始められます!■1日体験から  
始められます!■1日体験から  
始められます!5枚綴り 9,720円  
10枚綴り 16,200円

※詳細はお問下さい

## 坐禅入門と禅の心

金曜日(第1-3) 15:00~16:30

◎坐禅講師 村瀬 正光  
ストレスやイライラから心を癒す坐禅をして  
みませんか。呼吸の仕方や足の組み方を学  
び、また禅語の解説により、禅の心を知ります。

9,720円

## 教養・ビジネス

※受講料は3ヵ月(4-5-6月)分 [税込]

4月6日スタート!  
～やめることで人生を好転させる～  
「心の断捨離」

土曜日(第1-3) 13:30~15:30

講師 / 心理カウンセラー 黒子 智代  
自分に必要なものは断捨離して気持ちをし  
ゃんとした状態で人生を楽しみましょう。  
※3月30日15:45～体験講座があります。(要予約)40,824円(6ヵ月分)  
※3ヵ月(20,412円)  
ずつ徴収

## Let's speak English

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

◎英会話講師 トッド キャバー  
簡単な日常会話や身近な話題を中心に楽し  
くレッスンします。海外旅行でも役立つ実践  
的な内容です。楽しく話そう中国語  
初心者クラス

月曜日(第2-4) 10:30~12:00

中国語文化にも触れながら楽しく学びます。

たのしい中国語会話  
経験者クラス

金曜日(第1-2-3) 19:30~21:00

日常生活に必要な語彙、表現を習得し  
会話能力を高めます。

## トラベル英会話の基礎

水曜日(第2-4) 13:30~15:00

講師 / 地域通訳案内士  
関 美津 ボランティア通訳 長谷部 和子  
単語3,57語で構成された文章は日本人にとって口  
頭で表現し易いです。旅行中に目にする看板や指示  
牌などを参考に異文化学習も含めて学びましょう。

9,720円

## はじめての韓国語(入門)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

ハンガルの読み書きから始める初心者  
のための入門コースです。

## 楽々韓国語(初級I)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

韓国旅行の際に役に立つ内容を中心とした  
クラスです。

## はじめての韓国語(初級II)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

簡単な日常会話を中心としたクラスです。

## レベルアップ韓国語

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

中級会話を旨とするクラスです。

## いきいき朗読

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

フリーアナウンサー 川島 三栄子  
童話から文芸作品まで、楽しく読みなが  
ら「伝える力」を重視しています。

## 楽しい古文書「信長公記」

火曜日(第1-3) 13:30~15:00

◎岐阜県歴史資料館職員 吉田 義治  
信長の一代記「信長公記」の読み解きをし  
ます。著者太田牛一の自筆本をテキストとして、  
楽しく古文書を読み解きます。

6,480円

## はじめての韓国語(入門)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

ハンガルの読み書きから始める初心者  
のための入門コースです。

## 楽々韓国語(初級I)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

韓国旅行の際に役に立つ内容を中心とした  
クラスです。

## はじめての韓国語(初級II)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

簡単な日常会話を中心としたクラスです。

## レベルアップ韓国語

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

中級会話を旨とするクラスです。

## いきいき朗読

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

フリーアナウンサー 川島 三栄子  
童話から文芸作品まで、楽しく読みなが  
ら「伝える力」を重視しています。

## 楽しい古文書「信長公記」

火曜日(第1-3) 13:30~15:00

◎岐阜県歴史資料館職員 吉田 義治  
信長の一代記「信長公記」の読み解きをし  
ます。著者太田牛一の自筆本をテキストとして、  
楽しく古文書を読み解きます。

6,480円

## はじめての韓国語(入門)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

ハンガルの読み書きから始める初心者  
のための入門コースです。

## 楽々韓国語(初級I)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

韓国旅行の際に役に立つ内容を中心とした  
クラスです。

## はじめての韓国語(初級II)

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

簡単な日常会話を中心としたクラスです。

## レベルアップ韓国語

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

中級会話を旨とするクラスです。

## いきいき朗読

月曜日(第1-3) 13:30~15:00

フリーアナウンサー 川島 三栄子  
童話から文芸作品まで、楽しく読みなが  
ら「伝える力」を重視しています。

## 楽しい古文書「信長公記」

火曜日(第1-3) 13:30~15:00

◎岐阜県歴史資料館職員 吉田 義治  
信長の一代記「信長公記」の読み解きをし  
ます。著者太田牛一の自筆本をテキストとして、  
楽しく古文書を読み解きます。

6,480円

はじめましょう!  
スペイン語会話(入門)

火曜日(第1-3) 18:30~19:45

日常会話の練習をしなが正しい発音、読み書き、  
そしてスペインや南米の文化についても学びま  
す。

※3月19日に体験講座があります。(要予約)

12,960円

## たのしいスペイン語(中級)

火曜日(第1-3) 19:55~20:55

文法と発音のポイントをおさながら、楽しく学  
びます。

## やさしいスペイン語会話(初級I)

火曜日(第2-4) 18:30~19:45

日常会話や旅行で使われる便利な表現を中  
心に学びます。

## アミーゴスとスペイン語会話(初級I)

火曜日(第2-4) 19:55~21:10

簡単な日常会話例などを用いた初級レベ  
ルのやさしい授業です。

## 万葉集に親しむ ～万葉集の詠い手たち～

火曜日(第3) 10:00~11:30

◎中央大学非常勤講師 美夫 君志 常任理事  
木野村 茂美  
巻頭に歌をよんでみましょう  
4月 巻30①  
5月 巻30②  
6月 巻30③

5,832円

礼法講座  
～思いいつた時がはじめる時～

火曜日(第1-3) 18:30~19:45

お付き合いの場面で簡単に実践できる作法の種  
意に接して頂く時間を提供します。

## 今さら聞けない「暮らしの作法」

火曜日(第1-3) 19:55~20:55

今さら聞けない日々の疑問を、実例を通して学  
びます。※4月4日に体験講座があります。(要予約)

## 礼法指導者養成講座

火曜日(第2-4) 18:30~19:45

●ビジネスマナー ●美しい基本動作 ●日常の作  
法 ●冠婚葬祭の心得を1年間で習得。希望者  
には修了(有)を授与します。

## 世界遺産「能楽」への誘い

火曜日(第2-4) 19:55~21:10

◎能楽師(観世浄土流) 植田 叔子  
能楽の曲を一つ一つとりあげて、能のイロハか  
ら曲趣、内容を紐解いていきます。

## 話のTPO ～自分の気持ちが相手に伝わる～

火曜日(第2-4) 19:55~21:10

フリーアナウンサー 武山 幸子  
司会やスピーチなどTPOに合わせた話が  
人前で



