受講生募集中！！

まちセンで開催されている講座案内

興味のある講座がありましたら、 各連絡先にお問い合わせください。
「まちづくりセンターの講座案内を見ました！」と言っていただくとスムーズかもしれません。

ご注意：これらの講座は、まちづくりセンター主催ではありません。参加費等については、連絡先にお問い合わせください。まちセンが連絡先の場合は、講師から折返しご連絡いたします。

講座名	講師	講座内容	PR文	連絡先
幼児・小学 中学生英語クラス 毎週土曜日 午後 3 時～午後 4 時	森田実 母子家庭教育支援協議会	4,5,6 才児 小学生 中学生	楽しみながら学ぶネイティブのヒアリングに慣れさせる	森田実 090-2767-5586
数学　受験特別クラス 毎週土曜日 午後 6 時～午後 7 時	松山和雄 母子家庭教育支援協議会	大学・高校・私立中学受験を対象にした数学の受験特別クラスです。	ご要望の多い受験対策クラスを開設しています。	
成人向け英会話 毎週金曜日 午後 2 時～、午後 3 時～ 毎週月曜日 午後 7 時～午後 8 時 毎週土曜日 午後 1 時～ 2 時	Ms.Hagiwara Mr.Jean Mr.NAKADA Ms.Lauer Mr.Ramin	成人の方への基礎の基礎英会話	講師歴 20 年のベテランが指導するクラスと教育大留学生による楽しい英会話	
初めてのハングル 毎週火曜日 午後 3 時 30 分～ 午後 4 時 40 分	チョン・スギ 北海道通訳案内士 道新文化センター講師、通訳･翻訳 ハングル検定指導	文字から、ゆっくり丁寧に習います。	韓国語は日本人にとって一番習得しやすい外国語。文化、歴史も学び、人生を豊かにさせます。	チョン スギ 090-5958-5753
ハングル講座　中級Ⅰ 毎週木曜日 午後 6 時 30 分～午後 8 時 毎週金曜日 午後 3 時～ 4 時 10 分		会話、物語のヒアリングも行います。 通年で開催。	要面談、随時申込可 ＊グループ・個人レッスンも可能です。気軽にご相談ください。	
ハングル講座　中級Ⅱ 毎週金曜日 午後 6 時 30 分～午後 8 時		会話、単文も作ります。通年で開催。		
ハングル講座　上級 毎週火曜日 午後 6 時 30 分～ 午後 8 時		新聞、解説文、文学作品等の読解、ワンランクアップの会話を勉強します。通年で開催。		

講座名	講師	講座内容	PR 文	連絡先
リープ英会話 毎週日曜日 午前 10 時	ドナルド・ミラー	教材をもとにした、小人数による英会話レベル中級です。	老若男女を問わず、和気アイアイとしたスローペースなクラスです。いつでも見学できます。お気軽にどうぞ。	まちづくりセンター 電話 22-9700
ECCジュニア 児童英語・英会話	ECCジュニア 十字街教室 吉田苑子			吉田苑子 電話 27-0367
＊幼児PT クラス 毎週土曜日 午前 11時～ 12時		ママと一緒に英語で知育！（40 分）	心と知能を育み学ぶ力の土台を作ります。	
＊幼児PB入門クラス （4･5 歳） 毎週土曜日　午後 2 時～午後 3 時		五感をフルにつかって楽しく英語の世界に （40 分）	幼児特有の集中力、好奇心で、 楽しさいっぱいのレッスン！	
＊小学生基礎PFクラス(1 ～ 3 年生) 毎週水曜日　午後 3 時 30 分～午後 4 時 30分		聞く、 話す、 読む、書く語学の4技能の土台を楽しみながら作っていきます。（60 分）	好奇心いっぱいのこの年代に、英語のシャワーをたくさん浴びて、 豊かな語感を形成します。	
＊小学生初級PEクラス （4 年生～ 6 年生） 毎週土曜日　午後 4 時～午後 5 時		小学生高学年では上記語学4技能に加えて発音と綴りのルール、 フォニックスを学びます。（60 分）	世界一周ストーリーで楽しく学ぶうちに自然に中学 1 年生で習う文型が身に付きます。	
＊中学英語強化コース （中 1 生） 毎週水曜日　午後 5 時～午後 6 時 30 分		教科書の予習復習を徹底し、 リスニング力も養います。（90 分）	中学での中間期末テストや、 やがて高校入試にゆとりを持って向かえます。	
＊中学スーパー英語コース（中2生） 毎週水曜日　午後 6 時 30 分～午後 8 時		大量の英語・英文を徹底した ECC メソッドによるトレーニング。	・将来留学したい ・英検にチャレンジ！ ・入試では余裕で･･･ ・進度の速い私立中学生に	
函館の文学と音楽の会 百人一首部会 第 3 木曜日 午前10 時 30分～12 時 30分	橋本末次郎	作者と歌の背景を詳しくお教えします。	百人一首を楽しみましょう。	大橋礼子 電話 26-5806 藤野小枝子
函館の文学と音楽の会 万葉集の会 第 2 木曜日 午前10 時30分～12 時30分	橋本末次郎	万葉集の歌と作者ならびに歌の背景を学びます。	万葉集と万葉の歌と古代の歴史にふれてみませんか。	名越美恵子 090-7652-3191
橋本祐子きつけ教室 第 3 土曜日 午前 10 時～午後 12 時	橋本祐子 国家認定着つけ技能士 1 級	ゆかた、 普段着、正装、振袖まで自装、他装。 道具は一切使用しません。 初級と上級まで免許取得できます。	曜日は相談に応じます。	橋本祐子 電話 22-6379

講座名	講師	講座内容	PR 文	連絡先
まちづくり千絵画教室 日曜日 午前 9 時～午前 11 時	ヒロ	子供から大人まで参加できます。 水彩画、パステル、アクリル画、キャラクター、イラスト、まんが、 子供の工作、似顔絵など様々な絵を指導しています。 基本的に生徒さんの学びたいことを指導して、生徒さん自身の表現を大切にしています。	子供も大人も絵画の公募展などで賞状をもらっています。 講師は児童心理学を勉強しています。 子供の自由な表現や発想をひきだして心が豊かになるように指導しています。	参加希望の方は、直接会場にお越しください。 まちづくりセンター 電話 22-9700
ちびっことママのアルバム作り 第 2 土曜日 第 3 月曜日（変更有） 午前 10 時 30 分～ 午前 11 時 30 分	こがめ いづる 手作り絵本工房ののか主宰	子どもと一緒にお絵描きしたり、 写真を切り貼りして半年～1 年かけて本を作っています。	日々成長するこどもの様子を一冊の本にしませんか。 みんなでわいわいたのしい時間をすごしましょう。	こがめいづる 080-5589-1569
収納と重曹のお掃除講座 第 2・3 金曜日 午前 10 時～午後 12 時	丸山信子 収納アドバイザー	個人のライフスタイルに合う収納法、 生活用品が捨てられずに貯まってしまう悩みの解消法、 今まで落ちなかった汚れを重曹で落とす方法を学びます。	収納が苦手で悩んでいる方の為に、 解りやすい実践方法や映像を取り入れています。	丸山信子 090-4870-1334
万年筆クレヨンアート教室 開催日時等は、 連絡先へお問い合せください。	山田聖一	小時間散策の後、 感じたものを楽しく描くこともあります。	デジタル時代の真ん中でストレスの多い毎日の生活に四季を感じ潤いとゆとりをもって万年筆とクレヨンで描く楽しさをご一緒に学びませんか。	山田聖一 090-3779-2441
コーチング講座 月 1 回　第 3 土曜日 午前 10 時 30 分～ 12 時 30 分	飯田正男 コーチステーション函館	会社・病院・学校など職場や家庭で実践できるコミュニケーション力の学習 コーチングを基礎から学ぶワークショップ形式の講座	・コーチングについて理解し、 基本スキルを学び、 コミュニケーション力が向上します。 ・基本スキル「傾聴」「質問」「承認」することを実習し、 行動できるようになります。 ・毎月電話によるフォローアップコースで、学習成果を積み重ねます。	飯田正男 0138-53-0574
手づくりボランティア工房「エンジョい」 毎週水曜日 午後 1 時～ 4 時	各メンバー	家庭で眠っている素材を活用し、 メンバーで知恵を出しあって作品を作っています。	どなたでも参加出来ます。 やすらぎのお針仕事場になっています。	江口峰子 0138-26-3452
ポルトガル刺繍サークル≪hana≫ 第1・3 金曜日 午前 10 時～ 12 時	葛西美江子	毛糸を使った刺繍です。	年齢に関係なく楽しめる手芸です。 いつでも見学出来ますし、体験だけでも O.K です。	葛西美江子 01374-2-1951

講座名	講師	講座内容	PR 文	連絡先
NYスタイルフラワーデザイン 月 1 回　木曜日（変更有） 午前 10 時～午後 1 時	中川ちはる 青田雅恵 塚本美花	毎回、生花やプリザーブドフラワーを使ったフラワーデザインを学ぶクラスと、プリザーブドフラワーのクラスのどちらかを選べます。	入会・月謝はなし。次回参加を予約していただく方法です。	中川ちはる 070-5614-9270
フラワーサークルミントフラワーアレンジメントコース 毎月曜日（変更有） 午前 10 時 30 分～ 午後 2 時 30 分	澤裕子 ヨーロピアンフラワーデザイン連盟プリザーブドフラワー 1 級ライセンスインストラクター	テキストを使って、四季折々のアレンジを楽しむ事ができます。	自由参加制ですので、ご都合に合わせての参加ができます。体験レッスンもあり、資格取得も可能です。入会後は参加時のみの実費だけです。どうぞお気軽にお問い合わせください。	まちづくりセンター 電話 22-9700
フラワーサークルミントプリザーブドコース 月 1 回　第 2 月曜日（変更有） 午前 10 時 30 分～ 午後 2 時 30 分		半永久的に長持ちするプリザーブドフラワーを使ったアレンジを行います。		
プリザーブドフラワーレッスン 水曜日 （月 1,2 回不定期開講） 午後 1 時 30 分～ 午後 3 時 30 分	川嶋ゆかり 花と香りのアトリエアント主宰 日本プリザーブドアロマフラワー協会認定講師 日本ハーバルカルチャーソサエティ認定講師	ギフト＆インテリア（趣味） ディプロマコース（資格） 1 日講座（フリー作品） 他	花と香をテーマに、趣味のコース（1 回ごとのお申込み）協会の資格コースなど多彩なレッスンをご用意しています。お気軽にお問い合わせくださいませ。	まちづくりセンター 電話 22-9700
ハーブ＆アロマ講座 月 1,2 回不定期開講 午後 1 時～ 午後 3 時 30 分　他		ハーブ＆アロマを取り入れ、ナチュラルで豊かな暮らしのヒントを学ぶコース。	毎回、実習品とご自宅でも作れるように材料をお持ち帰りいただきます。	
ヨーロピアンスタイルフラワーアレンジメント講座 火曜日　午後 4 時～ 水曜日　午前 10 時 30 分～ （月 1 回）	塚越早希子 公益法人日本フラワーアレンジメント協会本部講師、花阿彌ブレーメンシューレプロフェッショナルインストラクター、チャート式フラワーデザインアレンジメント協会認定講師、一般社団法人全国プリザーブドフラワー協議会会員	・チャート式フラワーレッスン ・フレッシュフラワーコース ・プリザーブドフラワーコース コース修了後は、講師登録もできます。	フレッシュフラワー、プリザーブドフラワーともヨーロピアンスタイルで楽しくレッスン。チャート式レッスンでは、24 回毎回テーマ毎にオリジナルテキストを使用するので、基本がしっかり身につきます。	まちづくりセンター 電話 22-9700
水墨画教室 第 2･4 木曜日 （月 2 回） 午前 10 時～ 12 時	山岸桂華 （日本書道学士院評議員、読売書法展　幹事）	最初は手本を模写します。その他に自分の好きな題材を自由に描くようにします。 （年 1 回　作品展あり）	昔の名画等を参考にしながら、現代風に自由に自分の表現を学んで行けたらいいと思います。	山岸桂華 電話 57-1217

講座名	講師	講座内容	PR 文	連絡先
矢車会書道塾 土曜日 午前 10 時～ 12 時 月 3 回	中井穆風 矢車会書道塾主宰	小学 1 年生から高校生・大人対象に毛筆で古典の臨書から創作・写経・実用書道・篆刻も指導します。	競書（書の研究） 昇級・昇段可 初歩の篆刻講座開設	まちづくりセンター 電話 22-9700
絵てがみサークル「赤いポスト」 第 1･3 木曜日 午後 1 時～午後 3 時 （会場の都合により日時が変わることも有ります）	和田洋子 日本絵手紙協会公認講師	筆、鉛筆、クレヨン、ペンなど使いますが、ほとんど筆を使います。筆を使って「ヘタでいい、ヘタでいい」をモットーに自分の心を相手に届ける、絵のついた手紙を書く、これが絵手紙です。	日本絵手紙協会公認講師資格者が在中。また希望者が有れば講師の資格をとることができます。教室のある時は体験講座をうけることができます。	和田　洋子 電話 53-1876 いつでも入会できます。
墨友会書道教室 土曜日（月 3 回） 午後 2 時～午後 4 時	青穂 墨友会主宰	4歳から一般の方対象で、主に毛筆で古典臨書から創作までを学びます。暮らしに役立てま書のお教室もあります。	幼稚園から中学生までは毛筆の他に硬筆も行います。（両方とも昇段、昇級可）一般の方は目的によって選んで頂く事ができます。	まちづくりセンター 電話 22-9700
セルフリンパマッサージ リンパ体操 第 1･4 水曜日 午後 1 時～午後 2 時 リンパ無料体験実施中 毎月第 4 水曜日 午前 10 時 30 分～ 12 時 **セルフリンパマッサージ フェイスリンパ＆経皮毒** 第 1･3 水曜日 午前 10 時 30 分～午後 12 時 （全 6 回）	福田康子 NPO法人リンパ健康学普及協会認定 リンパトレーナー、日本成人病予防協会　健康管理士（一般指導員）、道新文化センター・シダックス　カルチャー教室　講師	体の不快な症状をそのままにしておくと病気の要因になることがあります。体を緩めて体内のゴミ、老廃物を排出し、体の隅々に血液の循環を促します。体温の免疫を上げ、健康的な身体づくりを目指します。 リンパの流れを利用した正しいマッサージ法や生活用品の影響による軽皮毒についての知識を学びむくみやシワの少ない小顔をめざします。	自分の体の状態を確認し、体調に合わせて解していきます。蓄積させないように日常生活に取り入れ日ごろのケアに役立てましょう。 経皮毒コースもあります。肌本来の機能を取り戻し、毎日のケアに役立てましょう！	福田康子 080-6099-4691
田中式健康体操 木曜日 午後 2 時～午後 3 時	木戸口静子 田中式健康体操認定	有酸素運動、筋肉増強運動、調整運動、複式呼吸運動など 5 つの群で構成されています。	週 1 回仲間と共に体操しませんか。終生立って歩ける生活が出来ることを基本に考案された体操です。	木戸口静子 電話 83-2118
日本実践空手道 眞宮会館 月･水･金曜日 幼年･少年部 午後 7 時～ 8 時 一般の部 8 時～ 8 時 30 分 合同稽古 日曜　午後 3 時半～ 4 時半 一般の部 4 時 30 分～ 5 時	宮本真人 師範	直接打撃制の空手です。直接打撃することにより、人を叩く痛み、叩かれる痛みを知り、お互いを尊重すること、優しさ、礼儀を身につけます。	週に 1 回程の稽古の他に、日曜日の幼年部・少年部の合同稽古では、返事の「押忍（おす）」についてやケンカと空手の違いなどを学ぶ座学も行っています。	宮本真人 090-6216-5105
エアロ＆ストレッチ 火曜日 午後 1 時～ 2 時	杉本梓 健康実践指導者	音楽に合わせてエアロビクスとコアリズムで体を暖めてからストレッチで体を伸ばします。初めての方でも無理なく参加できます。	体が硬いかた、はじめての方でも無理なく参加いただけます。	ストレッチサークルレラ 杉本梓 電話 26-5655 （FAX 兼）