

# 令和5年度(令和5年10月~令和6年2(3)月) プロシードアリーナ HIKONE

新規申込受付期間

9/1(金) ~ 9/17(日)  
AM10:00

PM17:00

申し込み方法：●電話での仮申込み(0749-30-9228) ●プロシードアリーナHIKONE 窓口での申込み

①受講希望講座名(番号) ②氏名 ③連絡先電話番号をお伝えの上、申し込みください。(先着順ではありません)

※申込者多数の場合は、抽選の上受講者を決定し、落選の方にはご連絡いたします。

※受講希望者が少ない場合は開講できないことがあります。

※入金後のキャンセル返金は原則致しませんので、ご了承ください。 ※教材費・材料費は、別途必要の場合がございます。別紙をご確認ください。

※お申込み頂いた時間帯以外は受講できません。

※定員に空きがある場合は、一部の講座は期間途中でもお申し込み頂けます。途中受講の場合、受講料は残りの回数分をお支払いください。

※受講料をお支払いでない方(受講生でない方)は、受講できません。(ご家族・ご友人等が入室・受講することはできません。)

※原則ご本人がお手続きいただくようお願いいたします。

確 認 事 項：受講料は、9/20(水)以降、各講座開始日の前日までに受付窓口までお支払い等の手続きをお願い致します。

文化教養暮らし講座				
	講座名		内容	受講期間・時間・回数・募集人数・講師名・受講料
1	認知症予防ぶくぶくクラブ ～いつまでも心はすんで、いきいきライフ～	*	無理なく楽しめるレクレーション(体操、ゲーム、クラフト、脳トレなど)を通して体とココロと脳をいきいき元気に!	10月2日(月)～R6.2月26日(月) 10:00～11:00 (月曜日) 10名 講師:阿野 久容 全10回 9,000円 (教材費別途)
2	自分で出来る☆ ヘッドトリートメント	*	オイルを用いたセルフヘッドトリートメントの手技を学びます。手のみとブラシを使用した手技の一つ一つ丁寧に学びます。	10月2日(月)～R6.2月5日(月) 10:00～12:00 (月曜日) 12名 講師:栗本 ひろみ 全5回 4,500円 (教材費別途)
3	ハンドトリートメント	*	オイルを用いたハンドトリートメントの手技を学びます。タオルワークから始まり、トリートメントの手技を丁寧に学びます。	10月23日(月)～R6.2月26日(月) 10:00～12:00 (月曜日) 10名 講師:栗本 ひろみ 全7回 6,300円 (教材費別途)
4	己 書 筆ペンで味のある文字を描いてみませんか	*	己書には上手い下手はありません。字や絵の苦手な方でも大丈夫。筆ペンと紙があれば誰でもすぐに味のある書が描けます。	10月16日(月)～R6.2月19日(月) 11:00～12:00 (月曜日) 10名 講師:村岸 洋子 全5回 4,500円 (教材費別途)
5	書 道		清々(すがすがしい)墨(すみ)の匂いの中で、漢字・仮名の基本を学んでください。	10月16日(月)～R6.2月26日(月) 13:30～15:30 (月曜日) 20名 講師:後藤 有啓 全15回 12,000円 (教材費別途)
6	高野山の法然上人	*	高野山には、これまで注目されてこなかった法然上人の伝承が、数々残っていることを紹介します。生き方を探ってみましょう。	10月23日(月)～R6.2月26日(月) 13:30～15:00 (月曜日) 16名 講師:長谷川 浩文 全5回 5,000円 (教材費別途)
7	アーククレイシルバー アクセサリ	*	焼くと純銀になる(銀粘土)でアクセサリの制作をします。世界にひとつ自分だけのアクセサリ作りに挑戦しませんか。	10月25日(水)～R6.2月28日(水) 10:00～12:00 (水曜日) 10名 講師:川崎 布美子 全5回 4,500円 (教材費別途)
8	初心者のパッチワーク	*	ミニタペストリーやポーチ、クッション作りなど基本を楽しみながら好みのキルトを入れて個性のある作品を作りましょう。	10月11日(水)～R6.2月28日(水) 10:00～12:00 (水曜日) 8名 講師:佐藤 奈美子 全10回 9,000円 (教材費別途)
9	やさしい手相(実践編) ～幸せのヒントを見つけられる～	*	テキストを用いて、手相の基本から「運命線」「知能線」「生命線」「感情線」と各回ごとにテーマを設けて進めていきます。	10月18日(水)～R6.3月6日(水) 10:30～12:00 (水曜日) 12名 講師:東明学院専任講師 全6回 5,400円 (教材費別途)
10	近江を征する者 「天下を征す」	*	『信長公記』に記された近江における信長の行動を軸とし、信長が求めた理想に迫ると共に、近江から見つめてみたいと思います。	10月11日(水)～R6.3月6日(水) 10:30～12:00 (水曜日) 24名 講師:大沼 芳幸 全5回 5,000円 (教材費別途)
11	祈りの形 ～白洲正子の作品を手掛かりに～	*	作品を手掛かりに神と仏とが溶け合って生まれた「祈りの形」を通して精神文化を見つめてみたいと思います。	10月11日(水)～R6.3月6日(水) 13:00～14:30 (水曜日) 24名 講師:大沼 芳幸 全5回 5,000円 (教材費別途)
12	「知っ得!芭蕉」 ～近江での松尾芭蕉をたどります～	*	芭蕉の旅や、「軽み」という高い意境で詠まれた芭蕉の発句(俳句)や俳文、大津義仲寺に墓がある理由なども学べます。	10月11日(水)～R6.2月21日(水) 10:30～12:00 (水曜日) 16名 講師:岡本 光夫 全5回 5,000円 (教材費別途)
13	牧野万葉植物をたどる ～万葉集とともに～	*	令和4年に発刊された『牧野万葉植物図鑑』をもとに、万葉集に関わりの深い約100種の植物と万葉集を学ぶものである。	10月11日(水)～R6.2月21日(水) 13:00～14:30 (水曜日) 16名 講師:岡本 光夫 全5回 5,000円 (教材費別途)
14	初めての健康麻雀(入門)	*	健康麻雀は年齢を問わず楽しむことのできる大人の脳トレです。ルールを守って、健康・仲間・生きがい作りに楽しく学びます。	10月4日(水)～R6.3月13日(水) 10:30～12:30 (水曜日) 16名 講師:安川 洋子ほか 全10回 13,000円 (教材費別途)
15	楽しい健康麻雀 (初級～実践)	*	健康麻雀は年齢を問わず楽しむことのできる大人の脳トレです。このクラスはルールの知識がある方のクラスとなります。	10月4日(水)～R6.3月13日(水) 13:00～16:00 (水曜日) 16名 講師:安川 洋子ほか 全10回 13,000円 (教材費別途)
16	ハンドメイド(入門)	*	1回で1つの作品を完成させて、毎月違う色んなハンドメイドを体験でき、お正月のしめ縄作りなど季節の作品を楽しみませんか。	10月25日(水)～R6.2月28日(水) 13:00～15:00 (水曜日) 10名 講師:藤田 恵 全5回 4,500円 (教材費別途)
17	北欧白糸刺繍	*	白リネン生地に白糸を使って、繊細で力強い模様を創り出します。まずは、小さなドイリーから始めましょう。	10月11日(水)～R6.3月13日(水) 13:00～15:00 (水曜日) 10名 講師:中寺 恵美子 全10回 9,000円 (教材費別途)
18	いけばな 翠香流 ～華やかな日々をいけばなで～	*	彦根で生まれた伝統ある華道のスタイルを学びます。あわせて資格(お免状)も習得できお花の先生になれます。	10月11日(水)～R6.2月28日(水) 18:00～20:00 (水曜日) 10名 講師:吉村 翠嘉 全10回 9,000円 (教材費別途)
19	今すぐ使える コミュニケーション心理学	*	家庭や社会でより良い人間関係を築くためのスキル、実践力を身につけます。自信に満ちた未来へステップアップしてみませんか。	10月4日(水)～R6.2月7日(水) 19:00～20:30 (水曜日) 16名 講師:阿野 久容 全5回 4,500円 (教材費別途)
20	日本舞踊・宗家藤間流	*	日本舞踊を体験してみませんか。長唄などの古典的な曲が中心です。着付けが不安な方もお教えします。	11月9日(木)～R6.3月28日(木) 10:00～12:00 (木曜日) 10名 講師:藤間 勲翠香 全10回 9,000円 (教材費別途)
21	ほとけの美術	*	美しくらびやかでさまざまな「ほとけの美術」について、幅広い内容をわかりやすく紹介します。	10月19日(木)～R6.2月15日(木) 10:30～12:00 (木曜日) 16名 講師:井上 ひろ美 全5回 5,000円 (教材費別途)
22	幸せになるための 九星気学&風水実践	*	生年月日によって定められた九つの星を知り、ご自身やまわりの方がより幸せに、心豊かに過ごせるよう、基礎から学びませんか。	10月12日(木)～R6.2月22日(木) 11:00～12:00 (木曜日) 12名 講師:優 衣 華 全10回 9,000円 (教材費別途)
23	ピアノ演奏と笑いヨガ	*	心に染み入るピアノ生演奏を聴ける笑いヨガで、心身共に元気で生涯現役を目指しませんか?脳の活性化、若返りを目指します。	10月12日(木)～R6.3月14日(木) 11:00～12:00 (木曜日) 15名 講師:真木 玉子 全10回 9,000円 (教材費別途)
24	茶道(表千家流)		「癒し」と「潤い」を求めておられる方。茶の湯を通して、日常生活に安らぎの時間を取り入れてみませんか。	10月5日(木)～R6.2月15日(木) 13:30～15:30 (木曜日) 15名 講師:花本 とし子 全15回 12,000円 (教材費別途)
25	クロマティックハーモニカ	*	唱歌、ジャズ、ポップス、演歌など、あらゆるジャンルの曲が楽しめます。音楽経験がなくても、音符が読めなくても大丈夫です。	10月5日(木)～R6.2月29日(木) 13:30～15:00 (木曜日) 12名 講師:山森 心さ子 全10回 9,000円 (教材費別途)

文化教養暮らし講座						
26	誤嚥性肺炎予防 みんなでミュージカル		*	顔周りの筋肉をしっかり動かす発生トレーニングや、ミュージカルソングを歌います。	10月5日(木)～R6.2月15日(木) 15:30～16:30 (木曜日) 12名 講師：丸本 聖	全10回 9,000円 (教材費別途)
27	心とカラダを癒す タッチングケア		*	健康と美容と癒し。自分、あなたの大切な人、介護などにもいさせるタッチングケア。実践を通して楽しく学びます。	10月19日(木)～R6.2月22日(木) 19:00～20:30 (木曜日) 16名 講師：阿野 久容	全5回 4,500円 (教材費別途)
28	絵手紙教室			絵手紙は、身近にあるものを描き、送る相手に伝えたい気持ちを短い言葉で添えます。自分だけの表現作品を作ってみませんか。	11月10日(金)～R6.3月15日(金) 9:30～11:30 (金曜日) 15名 講師：長 豊子	全10回 8,000円 (教材費別途)
29	古文入門 ～説話文学「今昔物語集」を読む～		*	古文を読むことは、古人と対話をしていくことであります。作品を読むことを通して、説話のおもしろさを味わい、学びます。	10月6日(金)～R6.2月9日(金) 13:00～14:00 (金曜日) 12名 講師：市川 道代	全9回 9,000円 (教材費別途)
30	日本・世界の愛唱歌を歌おう		*	歌い継がれる日本・世界の愛唱歌を歌います。声を出す気持ちよさを感じて音楽を楽しみます。	10月27日(金)～R6.2月16日(金) 13:00～14:00 (金曜日) 12名 講師：松田 信子	全9回 8,100円 (教材費別途)
31	木彫り			木のぬくもりを感じながら、作品づくりを楽しんでみませんか。	10月27日(金)～R6.3月15日(金) 13:30～15:30 (金曜日) 20名 講師：北村 隆行	全12回 9,600円 (教材費別途)
32	実用ペン習字			冠婚葬祭などでうまく名前が書けなかった経験ありませんか。さりげなく綺麗な字が書けることで自分に自信が持てます。	10月13日(金)～R6.2月16日(金) 13:30～15:30 (金曜日) 15名 講師：後藤 有啓	全10回 8,000円 (教材費別途)
33	やさしい朗読		*	日本の古典文学の冒頭部分や名場面の一節日本の近代文学現代文学を代表する作家の作品と一緒に朗読しましょう。	10月13日(金)～R6.2月16日(金) 13:00～14:30 (金曜日) 10名 講師：辻 智子	全5回 4,500円 (教材費別途)
34	JPOP～昭和歌謡を歌おう～		*	1970年代の懐かしい昭和歌謡から2020年代の最新のJ-POPまで、すぐに使える歌い方のコツや発生などを学んでいきます。	10月8日(日)～R6.2月25日(日) 10:00～11:30 (日曜日) 10名 講師：Yuki	全10回 9,000円 (教材費別途)
35	姿勢と呼吸で 自律神経を整えよう		*	身体を動かし精神と肉体の調和が取れるように運動や呼吸法により日常生活を過ごしやすいものにしていく講座です。	10月8日(日)～R6.2月25日(日) 10:30～12:00 (日曜日) 10名 講師：ハド'ズ'認定講師	全10回 9,000円 (教材費別途)
キャリアアップ講座						
36	英語学入門～英単語の攻略法～		*	英語を理解する上で大切な英文法と英単語。単語の仕組みや派生語の生成過程を解説し、足し算と引き算による攻略法を学びます。	10月8日(日)～R6.2月25日(日) 13:00～14:30 (日曜日) 15名 講師：高橋 勝忠	全10回 10,000円 (教材費別途)
37	もう一度「英会話」			学校で習ってきた英語、覚えていませんか？ とっさに使える日常会話を“もう一度”初歩から学習しましょう。	10月28日(土)～R6.3月9日(土) 14:00～15:30 (土曜日) 20名 講師：アンダーソン 幸子	全15回 15,000円 (教材費別途)
38	リアル英会話(中級)			ネイティブスピーカーと一緒に実際に話してみることで、リアルな英会話を身につけましょう。	10月27日(金)～R6.3月8日(金) 19:00～20:30 (金曜日) 20名 講師：アンダーソン ジャスティン	全15回 15,000円 (教材費別途)
39	韓国語ハングルを 楽しく始めましょう		*	韓国ハングルの基礎から学んで、韓国ドラマ、K-POP、韓国料理、文化をより楽しみませんか。	10月2日(月)～R6.2月19日(月) 14:00～15:30 (月曜日) 15名 講師：李 ヒョンエ	全10回 10,000円 (教材費別途)
40	韓国語会話(初級)	(木)		初めて韓国語を学ぶ方のための基礎講座です。 基礎から初級レベルまで学習しましょう。	10月5日(木)～R6.2月15日(木) 19:00～20:30 (木曜日) 20名 講師：イ ジェファン	全15回 15,000円 (教材費別途)
41		(金)			10月13日(金)～R6.3月1日(金) 19:00～20:30 (金曜日) 20名 講師：キム ジミョン	全15回 15,000円 (教材費別途)
42	韓国語会話(初・中級)			基礎から学んで、隣国の魅力ある生活と文化に出会いましょう。	10月4日(水)～R6.2月21日(水) 19:00～20:30 (水曜日) 20名 講師：クム ウニョン	全15回 15,000円 (教材費別途)
43	韓国語会話(中・上級)			レベルアップをはかりたい方、より自然な韓国語を習得し、一歩進んだ会話を身につけましょう。	10月16日(月)～R6.2月26日(月) 19:00～20:30 (月曜日) 20名 講師：クム ウニョン	全15回 15,000円 (教材費別途)
44	3級FP技能検定対策講座			3級FP技能士の資格を取得するため、令和6年5月に実施されるFP3級の国家資格の合格を目指します。	R6.1月13日(土)～3月23日(土) 9:30～12:00 (土曜日) 15名 講師：江畑 行雄	全10回 12,500円 (教材費別途)
45	商業簿記3級対策講座			複式簿記による取引の仕訳、記帳の仕方、貸借対照表、損益計算書の作成の方法を学び、商業簿記検定試験3級の合格を目指します。	10月1日(日)～R6.2月11日(日) 13:30～15:30 (日曜日) 15名 講師：佐々木 克明	全15回 15,000円 (教材費別途)
46	資産運用入門講座			「経済・景気指標の見方」「日本経済新聞の読み方」「DeCoとNISAの活用方法」「株式投資の魅力と銘柄の選び方」を考えます。	10月8日(日)～12月17日(日) 10:00～11:30 (日曜日) 15名 講師：江畑 行雄	全6回 6,000円 (教材費別途)
47	TOEIC試験対策講座 ～初心者対象の入門コース～			初めてTOEICを受験される方。基礎からしっかり英語を学習したい方。基礎を学んで、一緒にスコア500点を目指しましょう。	10月14日(土)～R6.2月24日(土) 10:00～11:30 (土曜日) 15名 講師：富川 和代	全10回 10,000円 (教材費別途)
48	日本語能力試験対策 ～外国語として日本語を勉強する方対象～			「日本語能力試験 JLPT」受験対策(N1N2N3)及び日本語会話(中・上級)を学習します。対象：(技能実習生留学生外国出身住民)	10月14日(土)～R6.2月24日(土) 16:00～17:30 (土曜日) 10名 講師：富川 和代	全10回 7,000円 (教材費別途)
PC講座						
49	パソコン ～はじめてコース～		午前	PCを初めて操作する方や慣れていない方、どんな機能があるかあまり知らないという方。ゆっくり繰り返し基本操作を学びます。	10月4日(水)～R6.2月21日(水) 10:00～12:00 (水曜日) 12名 講師：富江 春枝	全18回 18,000円 (教材費別途)
50	総合ビジネスコース	午前		ワード・エクセル・パワーポイントを短期間で効率よく学習するコースです。基本操作から応用的操作まで学習し、写真・イラスト・地図等を挿入した文書づくり四則計算や関数を使った表づくり、魅力的なプレゼンテーション資料づくり等を身につけます。	10月14日(土)～R6.3月9日(土) 10:00～12:00 (土曜日) 12名 講師：佐藤 裕子	全18回 18,000円 (教材費別途)
51		午後			10月2日(月)～R6.2月26日(月) 13:30～15:30 (月曜日) 12名 講師：佐藤 裕子	全18回 18,000円 (教材費別途)
52	パワーポイント活用講座			パワーポイントの活用方法を学習します。また、「日商PC検定(プレゼン資料作成)」の対策講座としても活用ください。	10月14日(土)～R6.1月13日(土) 13:30～15:30 (土曜日) 12名 講師：田中 都子	全10回 10,000円 (教材費別途)
53	パソコンなんでも 〈初歩コース〉		午後	PCの操作に少し慣れてきた方を対象にデジタル生活の楽しみ方を初歩から学習します。	10月5日(木)～R6.3月7日(木) 13:30～15:30 (木曜日) 12名 講師：佐藤 裕子	全18回 18,000円 (教材費別途)
54	パソコンなんでも 〈経験者対象コース〉	月・		デジタル生活の楽しみ方を学習します。また、職場での活躍の場を広げましょう。 ・ワード(暮らしを楽しむ作品づくり)・エクセル(暮らしに役立つ書類づくり)・インターネットを楽しむ・デジタル写真の活用 等(予定)	10月2日(月)～R6.2月26日(月) 10:00～12:00 (月曜日) 10名 講師：田中 都子	全18回 18,000円 (教材費別途)
55		木・			10月5日(木)～R6.2月22日(木) 10:00～12:00 (木曜日) 10名 講師：田中 都子	全18回 18,000円 (教材費別途)
56		金・			10月13日(金)～R6.3月15日(金) 10:00～12:00 (金曜日) 10名 講師：田中 都子	全18回 18,000円 (教材費別途)
57		水・			10月4日(水)～R6.2月21日(水) 13:30～15:30 (水曜日) 10名 講師：田中 都子	全18回 18,000円 (教材費別途)