

# フロシードアリーナ HIKONE

## 【令和7年度・前期】「文化教養暮らし講座」・「キャリアアップ講座」

新規申込受付期間

4/2(水) ~ 4/13(日)

AM10:00

PM 5:00

申し込み方法：●電話での仮申込み(0749-30-9228) ●フロシードアリーナ 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。

※高校生以下は申込不可です。子どもが対象の講座「34. こどもミュージカル(対象年齢：5歳~小学6年生)」「35. こどもワクワク、楽しい工作造形(対象年齢：小学3~6年生)」は、保護者の方がお申込みください。

※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、4/16(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(現金のみ)の手続きをお願い致します。

受講料のお支払いは、各日 9:00~20:00 の受付となります。

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	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法を学びます。タオルワークから始まり、トリートメントの手法の一つ一つを丁寧に学びます。	5月12日(月)~ 9月1日(月) 10:00~12:00 (月曜日) 10名 講師：栗本 ひろみ	全5回 5,500円 (教材費別途)
2	ショルダーラインリラックス *	耳から首、上背部までの一番コリを感じやすい範囲をどうほぐせば良いのか、実践的なテクニックと理論を学びます。「かっさ」を使ったセルフケアも学ぶことができます。	5月26日(月)~ 9月8日(月) 10:00~12:00 (月曜日) 10名 講師：栗本 ひろみ	全5回 5,500円 (教材費別途)
3	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。	5月12日(月)~ 9月8日(月) 13:30~15:30 (月曜日) 20名 講師：後藤 有啓	全15回 15,000円 (教材費別途)
4	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、数々残っています。法然上人の生き方を探ります。①高野山②法然上人のおしえ③南無阿彌陀仏④安心決定⑤浄土教と密教	5月26日(月)~ 9月8日(月) 13:30~15:00 (月曜日) 16名 講師：長谷川 浩文	全5回 6,000円 (教材費別途)
5	色々な場面で役立つコミュニケーション手話 *	耳の聞こえないアスリートのためのオリンピック「デフリンピック」が2025年に日本で開催されます。福祉の現場以外でも活躍の場が高まるコミュニケーション手話を学びませんか。	5月19日(月)~ 9月1日(月) 14:00~15:30 (月曜日) 12名 講師：青山 好一	全8回 8,800円 (教材費別途)
6	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マスターし、好みのキルトを入れて個性のある作品を作りましょう。	5月14日(水)~ 9月17日(水) 10:00~12:00 (水曜日) 8名 講師：Sugar Quilten 佐藤	全10回 11,000円 (教材費別途)
7	己書 筆ペンで味のある文字を描いてみませんか *	己書とは絵を描くように字を描く書です。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。	5月28日(水)~ 9月3日(水) 11:00~12:00 (水曜日) 10名 講師：村岸 洋子	全5回 5,500円 (教材費別途)
8	シリーズ近江戦国散歩 *	近江には城郭だけでなく、様々な戦国時代の文化も伝えられています。近江を地区ごとに戦国時代の視点から俯瞰してみます。戦国時代の近江を散歩するよう感じて講座を進めます。	5月28日(水)~ 9月10日(水) 10:30~12:00 (水曜日) 24名 講師：大沼 芳幸	全5回 6,000円 (教材費別途)
9	白洲正子と歩く琵琶湖 *	白洲正子が愛した近江。その文化の原点は琵琶湖にあります。講座では、白洲正子の作品と共に琵琶湖とその周辺にスポットを当て、彼女の思想の根幹、それは日本人の感性の奥底に流れる「神と仏の交わりの世界」を探ります。	5月28日(水)~ 9月10日(水) 13:00~14:30 (水曜日) 24名 講師：大沼 芳幸	全5回 6,000円 (教材費別途)
10	はじめての『方丈記』 ~さあ「行く河の流れ」の世界へ~ *	「行く河の流れは絶えずして」で始まる『方丈記』は、地震や大火事などの都市災害を経験した鴨長明が、この世の無常と身の処し方について思索した随筆です。現代の我々にも通じるスローライフへの示唆に富んだ名文を味わってみませんか。	5月21日(水)~ 9月10日(水) 10:30~12:00 (水曜日) 16名 講師：岡本 光夫	全5回 6,000円 (教材費別途)
11	はじめての『枕草子』 ~いざ清少納言の世界へ~ *	平安時代、中宮定子に仕えた女房の清少納言が書いた『枕草子』は、ウィットに効いた随筆として知られています。「春はあけぼの…」から始まるこの文章をわかりやすく読み解きます。	5月21日(水)~ 9月10日(水) 13:00~14:30 (水曜日) 16名 講師：岡本 光夫	全5回 6,000円 (教材費別途)
12	初めての健康麻雀 *	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。	5月21日(水)~ 9月17日(水) 10:30~12:30 (水曜日) 20名 講師：安川 洋子ほか	全10回 14,000円 (教材費別途)
13	楽しい健康麻雀 ~ルールの知識がある方のクラス~ *	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。	5月21日(水)~ 9月17日(水) 13:00~16:00 (水曜日) 20名 講師：安川 洋子ほか	全10回 14,000円 (教材費別途)
14	ハンドメイド作品を楽しむ(入門) *	毎月1つずつ色々なハンドメイド作品を作って楽しめる講座です。「紫陽花のリース作り」「リボン作り」「季節のバスケットアート」「アルコールインクアート」など	5月28日(水)~ 9月17日(水) 13:00~15:00 (水曜日) 10名 講師：藤田 恵ほか	全5回 5,500円 (教材費別途)
15	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。レベルに応じて色々な技法をお伝えします。	5月14日(水)~ 9月17日(水) 13:00~15:00 (水曜日) 10名 講師：中寺 恵美子	全10回 11,000円 (教材費別途)
16	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。	5月14日(水)~ 9月17日(水) 19:00~21:00 (水曜日) 10名 講師：吉村 翠嘉	全10回 11,000円 (教材費別途)
17	はじめてのフリマアプリ *	家に眠っている不用品をスマホで売ませんか？必要とされる方がいるかもしれません。フリマアプリを使って出品できるようにします。初心者向け。	5月22日(木)、6月26日(木) 10:00~11:30 (木曜日) 8名 講師：ミナとび教室 SWEETCRAFT 笠井	全2回 4,000円 (教材費別途)
18	はじめてのInstagram *	今や情報収集の手段としてなくてはならないInstagram。写真や動画を投稿して、世界中のユーザーと情報共有できたり、推しのアイドルや芸能人をより身近に感じることが出来ます。	7月3日(木)、8月7日(木) 10:00~11:30 (木曜日) 10名 講師：ミナとび教室 SWEETCRAFT 笠井	全2回 4,000円 (教材費別途)
19	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。一曲もしくは曲の一部分を三ヶ月の講座の中で完成させます。着付けが不安な方も教えます。	5月8日(木)~ 9月18日(木) 10:00~12:00 (木曜日) 10名 講師：藤間 勲香	全10回 11,000円 (教材費別途)
20	ピアノ演奏でリズム打ち&笑いと呼吸法 *	笑いと呼吸法を取り入れることで副交感神経が優位になり、入力の軽減や脳の活性化が期待できます。講師のピアノ演奏でリラック効果、譜読みも取り入れることでリラックの上達にもリラックになります。	5月8日(木)~10月16日(木) 11:00~12:00 (木曜日) 15名 講師：真木 玉子	全10回 11,000円 (教材費別途)
21	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。	5月8日(木)~ 9月18日(木) 13:30~15:30 (木曜日) 15名 講師：橋樺 富士子	全15回 15,000円 (教材費別途)
22	クロマティックハーモニカ *	どこかノスタルジックで、癒される小さな楽器です。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。	5月15日(木)~10月16日(木) 13:30~15:00 (木曜日) 10名 講師：山森 心さ子	全10回 11,000円 (教材費別途)

	講座名	内容	受講期間・時間・回数・募集人数・講師名・受講料
23	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。	5月 9日(金)～10月10日(金) 全10回 9:30～11:30 (金曜日) 10,000円 15名 講師：長 豊子 (教材費別途)
24	はじめての香道 ～香りや和歌で楽しむ歳時記～	* 静寂な空間の中で香りを鑑賞しながら己と向き合う香道と、和歌や四季の移ろいを主題として遊ぶ組香。 はじめての方にも楽しんでいただけるカリキュラムです。	5月23日(金)～ 9月 5日(金) 全5回 10:30～12:00 (金曜日) 5,500円 15名 講師：早川 光菜 (教材費別途)
25	源氏物語に親しむ	* 世界最古の長編小説『源氏物語』。紫式部や権力者・藤原道長をとりまく複雑な人物関係を紐解きながら、千年以上読み継がれてきた魅力に迫ります。	5月23日(金)～ 9月 5日(金) 全5回 13:00～14:30 (金曜日) 6,000円 16名 講師：早川 光菜 (教材費別途)
26	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。	5月 9日(金)～ 8月29日(金) 全10回 13:00～14:00 (金曜日) 11,000円 12名 講師：松田 信子 (教材費別途)
27	やさしい朗読	* 日本語の美しさや響きの良さをお楽しみながら、生き生きと魂のこもった言葉で、ぬくもりある言葉を伝えてみませんか。	5月16日(金)～ 9月 5日(金) 全9回 13:00～14:30 (金曜日) 9,900円 15名 講師：辻 智子 (教材費別途)
28	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。	5月 9日(金)～10月10日(金) 全12回 13:30～15:30 (金曜日) 12,000円 20名 講師：北村 隆行 (教材費別途)
29	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。	5月 9日(金)～ 9月12日(金) 全10回 13:30～15:30 (金曜日) 10,000円 15名 講師：後藤 有啓 (教材費別途)
30	はじめてのカリンバ	* 音楽に馴染みのない方でも簡単に弾ける専用タブ譜で、弾ける楽しさと生かすつくりのお手伝いをします。簡単な楽譜から始め、レパートリーを増やしていきます。	5月31日(土)～10月11日(土) 全5回 13:00～15:00 (土曜日) 5,500円 10名 講師：福井 さと子 (教材費別途)
31	楽しい手相(入門)	* この手相入門講座では、各丘や線の名称、意味を簡単に分かりやすく説明いたします。 手相占いの基礎的な部分を中心とした楽しく学べる講座です。	5月11日(日)～ 9月14日(日) 全5回 10:00～11:30 (日曜日) 5,500円 14名 講師：清水 誠 (教材費別途)
32	やさしい四柱推命(入門)	* 生年月日時から性格、運勢、相性、適職、仕事運、恋愛運、結婚運、金運など、将来の様々な事がわかるようになります。基礎知識から開運法まで学べ楽しく面白い講座です。	5月11日(日)～ 9月14日(日) 全5回 11:45～13:15 (日曜日) 5,500円 14名 講師：清水 誠 (教材費別途)
33	大人のためのボイストレーニング ～美容・健康・声創り～	* 様々な歌を通し、自分だけの【素敵な声】を探し育てましょう。身体をほぐし、腹式呼吸を意識する時間もあり、美容や健康にもお役立ていただけます。	5月11日(日)～10月12日(日) 全10回 13:45～14:45 (日曜日) 11,000円 16名 講師：丸本 聖 (教材費別途)
34	こどもミュージカル ～集まれ！思い切り歌いたい子ども達～	* 主にミュージカルや童謡をみんなと歌ったり、滑舌練習や台詞のレッスンをを行い、個々の豊かな声を発見し、育てるレッスンです。 対象：5歳～小学6年生	5月11日(日)～10月12日(日) 全10回 15:00～15:45 (日曜日) 11,000円 12名 講師：丸本 聖 (教材費別途)
35	こどもワクワク 楽しい工作造形	* 楽しくワクワクするような内容です。紙粘土で作る箱庭、果物を描いたりその時々の時で絵描きや造形、工作をします。 対象：小学3～6年生	5月11日(日)～ 9月14日(日) 全5回 13:30～14:30 (日曜日) 5,500円 10名 講師：アトトップ さんの楽しい美術 (教材費別途)
36	水彩色鉛筆とパステル講座	* 水彩色鉛筆やパステルを使って、果物やお花、風景などをスケッチします。水彩色鉛筆かパステルを選択できます。 10名 講師：アトトップ さんの楽しい美術 (教材費別途)	
<b>キャリアアップ講座</b>			
39	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。	5月10日(土)～ 9月13日(土) 全15回 14:00～15:30 (土曜日) 18,000円 20名 講師：アンダーソン 幸子 (教材費別途)
40	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。	5月 9日(金)～ 9月12日(金) 全15回 19:00～20:30 (金曜日) 18,000円 20名 講師：アンダーソン ジャスティン (教材費別途)
41	韓国語会話(初心者)	(金) 初めて韓国語を学ぶ方の為の入門講座です。 韓国語文字の読み書き、簡単な会話から始めます。	5月 9日(金)～ 9月12日(金) 全15回 19:00～20:30 (金曜日) 18,000円 20名 講師：キム・ジミョン (教材費別途)
42	韓国語会話(初級)	(木) 韓国語会話(初心者)講座を受講された方の次のステップ講座です。基礎から初級レベルまで学習しましょう。	5月 8日(木)～ 9月18日(木) 全15回 19:00～20:30 (木曜日) 18,000円 20名 講師：ピジョ (教材費別途)
43	韓国語会話(中級)	(水) 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。	5月14日(水)～ 9月17日(水) 全15回 19:00～20:30 (水曜日) 18,000円 20名 講師：ピジョ (教材費別途)
44	韓国語会話(中・上級)	(月) 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、一歩進んだ会話力を身につけましょう。	5月12日(月)～ 9月 8日(月) 全15回 19:00～20:30 (月曜日) 18,000円 20名 講師：ピジョ (教材費別途)
45	2級FP技能検定対策講座	主に3級FP合格者や労務・経理の実務経験者を対象に、2級FPに必要な知識と応用力を体系的に学習し、令和8年1月に実施されるFP2級試験の合格を目指します。	6月7日(土)～12月6日(土) 全16回 9:30～11:30 (土曜日) 19,200円 15名 講師：江畑 行雄 (教材費別途)
46	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。	5月17日(土)～10月25日(土) 全16回 13:30～15:30 (土曜日) 19,200円 15名 講師：佐々木 克明 (教材費別途)
47	ライフ&マネー講座	これからのライフプランと家計管理を考える上で大切な「年金などの社会保障」「生命保険などの民間保険」「所得税などの税制度」などの基本的な社会のしくみを学び、生活をしていくうえで大切な「家計管理や資産運用」などについて一緒に考える講座です。	5月18日(日)～ 8月24日(日) 全7回 10:00～11:30 (日曜日) 8,400円 15名 講師：江畑 行雄 (教材費別途)
<b>PC講座</b>			
48	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。	5月14日(水)～10月15日(水) 全18回 10:00～12:00 (水曜日) 21,600円 12名 講師：杉立 宏子 (教材費別途)
49	総合ビジネスコース	午前 ワード・エクセル・パワーポイントの基本操作から応用的操作を学習するコースです。実務に活かせるパソコンスキルの習得を目指します。	5月10日(土)～ 9月 6日(土) 全16回 10:00～12:00 (土曜日) 19,200円 12名 講師：佐藤 裕子 (教材費別途)
50	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(ブレイク資料作成)」の対策講座としても活用ください。	5月10日(土)～ 8月 2日(土) 全10回 13:30～15:30 (土曜日) 12,000円 12名 講師：田中 都子 (教材費別途)
51	パソコンなんでも 〈ゆっくりコース〉	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ゆっくり学習します。	5月 8日(木)～11月 6日(木) 全16回 13:30～15:30 (木曜日) 19,200円 10名 講師：佐藤 裕子 (教材費別途)
52	パソコンなんでも 〈経験者対象コース〉	木・ 午前 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。	5月 8日(木)～11月 6日(木) 全16回 10:00～12:00 (木曜日) 19,200円 10名 講師：田中 都子 (教材費別途)
53		金・ 午前	5月 9日(金)～ 9月 5日(金) 全16回 10:00～12:00 (金曜日) 19,200円 10名 講師：田中 都子 (教材費別途)
54		水・ 午後	5月14日(水)～ 9月10日(水) 全16回 13:30～15:30 (水曜日) 19,200円 10名 講師：田中 都子 (教材費別途)