

令和6年度 後期 (令和6年10月~令和7年3月)

# プロシードアリーナ HIKONE

新規申込受付期間 **9/4(水) ~ 9/15(日)**  
AM10:00 PM5:00

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。**

※高校生以下は申込不可です。子どもが対象の講座「36. こどもミュージカル(対象年齢：5歳~小学6年生)」 「37. こどもワクワク、楽しい工作造形(対象年齢：5歳~小学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、9/18(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。

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を丁寧に学びます。	10月28日(月)~R7.2月17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。「かさ」を使ったセルフケアも学ぶことができます。	10月21日(月)~R7.2月10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	己書 <small>筆ペンで味のある文字を描いてみませんか</small>	*	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。	10月21日(月)~R7.2月17日(月) 11:00~12:00 (月曜日) 10名 講師:村岸 洋子 全5回 5,500円 (教材費別途)
4	書道		清々(すがすがし)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。	11月11日(月)~R7.3月17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)
5	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浄土教と密教 ②平安時代後期の高野山③當麻曼荼羅④高野山籠 1⑤高野山籠 2	10月28日(月)~R7.2月17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)
6	色々な場面で役立つ コミュニケーション手話	*	手話で自己紹介や日常生活の体験を表現できることを目標に楽しく実践的な内容ですすめていきます。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。	10月21日(月)~R7.3月3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)
7	アークレイシルバークセサリー	*	銀粘土の扱い方やクイリング技法も学べ、あなただけのシルバークセサリーの制作ができます。	10月23日(水)~R7.2月26日(水) 10:00~12:00 (水曜日) 10名 講師:川崎 布美子 全5回 5,500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。	10月16日(水)~R7.3月12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)
9	やさしい手相(入門編) ~幸せのヒントを見つけられる~	*	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2日(水)~R7.3月5日(水) 10:30~12:00 (水曜日) 12名 講師: 東明学院専任講師 全6回 6,600円 (教材費別途)
10	天下布武の国を歩く	*	織田信長は、近江を拠点に天下布武の実現を目指そうとしました。近江に残された織田信長の遺跡を訪ね、天下布武への苦闘の跡を辿ります。	11月13日(水)~R7.3月12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)
11	白洲正子『かくれ里』紀行	*	白洲正子の名作『かくれ里』。白洲正子が感じたものを探り出すと共に、新たな視点により、日本文化の深層、日本人の持つ感性の継承について語ります。	11月13日(水)~R7.3月12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)
12	「知っ得!芭蕉」 ~初めての方のための『おくのほそ道』入門~	*	江戸郊外深川の「芭蕉庵」に隠棲した松尾芭蕉は、やがていくつかの旅をします。その代表作「おくのほそ道」の旅。この旅が記された俳文『おくのほそ道』をわかりやすく読み解きます。	10月16日(水)~R7.2月19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)
13	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、ウィットの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。	10月16日(水)~R7.2月19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)
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2日(水)~R7.2月26日(水) 10:30~12:30 (水曜日) 16名 講師: 安川 洋子ほか 全10回 14,000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2日(水)~R7.2月26日(水) 13:00~16:00 (水曜日) 16名 講師: 安川 洋子ほか 全10回 14,000円 (教材費別途)
16	ハンドメイド(入門)	*	毎月、色々なハンドメイドが体験できる講座です。パステルアート、しめ縄作りなど季節感を感じながらワイワイ楽しみましょう。	10月23日(水)~R7.2月26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)
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。レベルに応じて色々な技法をお伝えします。	10月16日(水)~R7.2月26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)
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16日(水)~R7.3月5日(水) 18:00~20:00 (水曜日) 10名 講師: 吉村 翠嘉 全10回 11,000円 (教材費別途)
19	ほとけの美術	*	これまで多種多様な仏教美術が製作されてきました。「ほとけの美術」について、幅広い内容を紹介します。①涅槃図を知る ②閻魔と十王③浄土変相図④仏をかざる金工品⑤装飾経の美	11月14日(木)~R7.3月13日(木) 10:00~11:30 (木曜日) 16名 講師: 井上ひろ美 全5回 6,000円 (教材費別途)
20	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りませんか? 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。	10月24日(木)、11月28日(木) 10:00~11:30 (木曜日) 8名 講師: 林の家庭教師 入村がミ講師 全2回 4,000円 (教材費別途)
21	ピアノ演奏と笑いヨガ	*	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、ストレスの軽減や脳の活性化が期待できます。	10月3日(木)~R7.2月27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)
22	初心者向けの話し方講座	*	「自分の気持ちをうまく伝えたい」「人前で話すことが苦手…」 「適切な言葉を手手に応じて使えたらなあ。」 伝えるために本当に必要なことを身につけてみませんか。	10月24日(木)~R7.3月13日(木) 13:00~14:30 (木曜日) 10名 講師: 辻 智子 全10回 11,000円 (教材費別途)
23	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3日(木)~R7.2月20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)

	講座名	内容	受講期間・時間・回数・募集人数・講師名・受講料
24	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3日(木)~R7.2月20日(木) 13:30~15:00 (木曜日) 10名 講師: 山森 ぶさ子 全10回 11,000円 (教材費別途)
25	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。誤嚥性肺炎予防にも繋がります。	10月3日(木)~R7.2月20日(木) 15:30~16:30 (木曜日) 12名 講師: 丸本 聖 全10回 11,000円 (教材費別途)
26	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。	10月11日(金)~R7.2月28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)
27	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。	10月4日(金)~R7.2月7日(金) 10:30~12:00 (金曜日) 15名 講師: 早川 光菜 全5回 5,500円 (教材費別途)
28	源氏物語に親しむ ~大河ドラマを楽しむための源氏物語入門~ *	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。	10月4日(金)~R7.2月7日(金) 13:00~14:30 (金曜日) 16名 講師: 早川 光菜 全5回 6,000円 (教材費別途)
29	古文探求 ~説話文学「今昔物語集」を読む~ *	テレビやインターネットもなかった時代、興味をそそるニュースは、人から人へと伝わり、時には脚色されました。作品を読むことを通して、説話の面白さを味わい、古文の世界に学びます。	10月25日(金)~R7.3月14日(金) 13:00~14:00 (金曜日) 12名 講師: 市川 道代 全10回 12,000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11日(金)~R7.2月28日(金) 13:00~14:00 (金曜日) 12名 講師: 松田 信子 全10回 11,000円 (教材費別途)
31	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。	10月11日(金)~R7.3月21日(金) 13:00~14:30 (金曜日) 12名 講師: 辻 智子 全9回 9,900円 (教材費別途)
32	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11日(金)~R7.3月21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)
33	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11日(金)~R7.2月28日(金) 13:30~15:30 (金曜日) 15名 講師: 後藤 啓啓 全10回 8,000円 (教材費別途)
34	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カリンバ楽譜で、弾ける楽しさと生きがいづ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。	10月26日(土)~R7.2月22日(土) 13:00~15:00 (土曜日) 10名 講師: 福井 さと子 全5回 5,500円 (教材費別途)
35	大人のためのボイストレーニング ~美容・健康・声創り~ *	様々な歌を通して、地声や裏声を育てながら、自分だけの【素敵な声】を探しましょう。身体をほぐし、腹式呼吸を意識する時間もおり、美容や健康にもお役に立ていただけます。	10月13日(日)~R7.3月23日(日) 13:45~14:45 (日曜日) 12名 講師: 丸本 聖 全10回 11,000円 (教材費別途)
36	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し、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	10月13日(日)~R7.3月23日(日) 15:00~15:45 (日曜日) 12名 講師: 丸本 聖 全10回 11,000円 (教材費別途)
37	こどもワクワク 楽しい工作造形 *	紙粘土で作る箱庭、果物を描いたりその時々の時でお絵描きや造形、工作をします。季節感のあるお面などなど 対象: 5歳~小学6年生	10月13日(日)~R7.2月9日(日) 14:00~15:00 (日曜日) 10名 講師: アトトップ さんの楽しい美術(7-ト) 全5回 5,500円 (教材費別途)
38	水彩色鉛筆を使ったスケッチ *	水彩色鉛筆で、楽しく簡単にスケッチしましょう。文房具、スケッチブック、水彩色鉛筆で簡単な水彩画を描いたり、果物やお花、風景にも挑戦しましょう。	10月13日(日)~R7.2月9日(日) 15:30~16:30 (日曜日) 10名 講師: アトトップ さんの楽しい美術(7-ト) 全5回 5,500円 (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。	10月12日(土)~R7.3月8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)
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。	10月11日(金)~R7.3月7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)
41	韓国語会話(初心者)	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。	10月4日(金)~R7.2月28日(金) 19:00~20:30 (金曜日) 20名 講師: イ・ジハ 全15回 15,000円 (教材費別途)
42	韓国語会話(初級)	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。	10月3日(木)~R7.2月20日(木) 19:00~20:30 (木曜日) 20名 講師: ビジョ 全15回 15,000円 (教材費別途)
43	韓国語会話(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2日(水)~R7.2月26日(水) 19:00~20:30 (水曜日) 20名 講師: ビジョ 全15回 15,000円 (教材費別途)
44	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、一歩進んだ会話力を身につけましょう。	10月21日(月)~R7.2月17日(月) 19:00~20:30 (月曜日) 20名 講師: ビジョ 全15回 15,000円 (教材費別途)
45	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7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。	R7.1月18日(土)~3月22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)
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。	10月6日(日)~R7.2月16日(日) 13:30~15:30 (日曜日) 15名 講師: 佐々木 克明 全16回 16,000円 (教材費別途)
47	資産運用入門講座	「経済・景気循環の見方」・「日本経済新聞の見方」・「iDeCoとNISAの活用方法」・「株式投資の魅力と銘柄の選び方」など資産運用に必要な経済・金融の知識や基本的な仕組み、実践方法などについて一緒に考えていきます。	10月6日(日)~12月22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)
<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。	10月16日(水)~R7.3月5日(水) 10:00~12:00 (水曜日) 12名 講師: 杉立 宏子 全18回 18,000円 (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。	10月12日(土)~R7.3月22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)
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。	10月12日(土)~R7.2月1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)
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。	10月17日(木)~R7.2月27日(木) 13:30~15:30 (木曜日) 10名 講師: 佐藤 裕子 全18回 18,000円 (教材費別途)
52	木・ 午前		10月17日(木)~R7.2月20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)
53	パソコンなんでも 〈経験者対象コース〉 金・ 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。	10月25日(金)~R7.3月21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)
54	水・ 午後		10月16日(水)~R7.3月5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)