

お気に入りの  
講座が見つかる  
かも!?



# 受講生募集中

## お申込み手順

「詳しいご案内」(申込書を含む)を  
ご用意しています。

まずは、チラシ裏面の中から  
気になる講座を探して、  
講座ナンバーをお電話でご連絡ください。

(0598)  
**26-0108**

〈受付時間〉  
月～土曜日 10～18時まで

事務局より、  
「詳しいご案内」を  
お送りします。  
(無料)

チラシ裏面を  
ご覧ください!!

「詳しいご案内」を  
ご覧いただき、  
受講をご検討ください。  
お申込み方法は、  
詳しいご案内に  
記載しております。

「詳しいご案内」は、ホームページからでもご覧いただけます。  
各講座とも定員になりしだい締切ります。  
人気の高い講座もありますので、お早めにお申込みください。

## お問い合わせ

ブンカの交流館事務局

〒515-0084 松阪市日野町788 カリヨンプラザ3階  
TEL 0598-26-0108 H/P bunkanokouryukan.com  
FAX 0598-25-3803 Mail bunka@m-bridge.jp

## 講座会場

松阪駅から徒歩5分

松阪駅前

カリヨンプラザ2階

## 注目の

## おすすめ講座

詳しくは裏面へ

- ① 視力回復講座 ~ 子供から高齢者までの視力回復を目指す講座 ~ 第3土曜日 16:30 ~ 17:30
- ② 足もみメソッド官足法 ~ 自分の健康は自分で守る。簡単足もみ健康法 ~ 第2木曜日 10:00 ~ 11:30
- ③ フランス語 初めの一步 ~ 簡単な文法と日常会話を楽しみましょう ~ 第2・第4土曜日 12:00 ~ 13:30

手づくりの講座

お花の講座

スポーツ・ダンスの講座

美容・健康の講座

語学講座

音楽の講座

スキルアップの講座

その他



# 松阪駅前カルチャー・スクール **ブンカの交流館** 受講生募集中 **3月1日～3月** 開講分

ジャンル	講座No.	講座タイトル	日程	開催時間	講師	講座内容	受講料(3ヶ月)
手づくり	3	カルトナーージュ&アレンジ	第2土曜日	10:00~11:30	武内菜桜	厚紙と布や紙で作るクラフトとプリザーブドフラワーのコラボです	4,500円
	8	シャドーボックス	第1・第3金曜日	10:00~11:30	堀 淳子	立体感のある3-Dペーパークラフト!	9,000円
	12	連鶴(れんかく)を折ってみませんか	第1・第3水曜日	14:00~15:30	深田和子	一枚の紙からつながった鶴を折ります	9,000円
	19	折り紙講座 火曜コース	第2火曜日	10:00~11:30	杉本昌子	折って、遊んで、飾って、自慢しましょう	3,000円
	24	折り紙講座 土曜コース	第4土曜日	14:00~15:30	杉本昌子	折って、遊んで、飾って、自慢しましょう	3,000円
	26	ユニット折り紙講座	第2火曜日	12:00~13:30	杉本昌子	くす玉や箱などの立体的な作品を作りましょう	3,000円
	79	ポリマークレイ教室	第1水曜日	10:00~11:30	堤 美香	粘土でビーズを作りアクセサリーにします	4,500円
	82	くみひもアクセサリー講座	第4木曜日	10:00~11:30	黒宮浜子	伝統工芸の「くみひも」にビーズを取り入れた作品	6,000円
お花アレンジ	14	暮らしを彩る花講座	第3土曜日	10:00~11:30	黒宮浜子	お花を飾って毎日を素敵に!	3,000円
	28	お洒落に飾ろう花アレンジ	第2土曜日	14:00~15:30	武内菜桜	生花やプリザーブドを使用。小物使いも好評!	4,500円
ダンス・スポーツ	2	楊名時八段錦・太極拳講座	第1・第3火曜日	14:00~15:30	川崎佳代子	高齢者でもできる健康法の太極拳を学びます	4,500円
	6	フラダンス	第1・第3水曜日	12:00~13:30	服部恵子	夜空に輝く星のように美しくフラを踊ります	9,000円
	17	吹矢	毎週月曜日	10:00~11:30	吹矢愛好会	吹矢を始めてみませんか!!	6,000円
	88	誰でもできるやさしいフラメンコ	第1・第3火曜日	12:00~13:30	友田亜希	身体をゆるめてはだして踊ろう	9,000円
美容・健康	31	歪みを直せば若返る! 骨盤教室	第2・第4水曜日	10:00~11:30	伊藤千佳	骨盤を整えていつまでも元気な身体を	6,000円
	36	美姿勢なりきりウォーキング	第1水曜日	16:00~17:00	Mayuko	「モデルも学ぶ」キレイな姿勢と歩き方	9,000円
	37	視力回復講座	第3土曜日	16:30~17:30	視力回復研究会	子供から高齢者までの視力回復を目指す講座	3,000円
	40	ゆるむ、やわらぐ 自力整体	第1・第3月曜日	18:30~20:00	佐藤まき子	静かに自分と向き合う時間です	10,800円
	77	誰でもなれる! 姿勢美人!	第4金曜日	18:00~19:30	柳沢あさ子	骨盤や背骨を整える簡単な体操を覚えましょう	3,000円
	92	足もみメソッド「官足法」	第2木曜日	10:00~11:30	鈴木章代	自分の健康は自分で守る。簡単足もみ健康法	6,000円
外国語	4	55からのイケてる英会話	第2・第4水曜日	16:00~17:30	マツエカオル	55才以上で和気あいあいと。海外旅行がもっと楽しく!!	9,000円
	35	フランス語 初めの一步	第2・第4土曜日	12:00~13:30	斎藤美恵子	簡単な文法と日常会話を楽しみましょう	9,000円
音楽・楽器	38	童謡・唱歌・抒情歌を歌う	第2・第4金曜日	14:00~15:30	近藤悦子	誤嚥性肺炎予防のため、楽しく歌いましょう	9,000円
	48	ウクレレハワイアン	第2・第4金曜日	10:00~11:30	濱田昌平	ハワイアンを中心にウクレレを楽しみます	6,000円
	49	ウクレレにっぽん	第1・第3金曜日	14:00~15:30	濱田昌平	日本の懐かしい曲を中心にレッスンします	6,000円
	50	ほのぼのウクレレ	第2・第4水曜日	14:00~15:30	濱田昌平	ゆったりのにびりウクレレを楽しみましょう	6,000円
	51	ウクレレ リアレア	第1・第3木曜日	10:00~11:30	濱田昌平	ウクレレを気軽に! 愉快地に! 楽しみましょ	6,000円
	52	ウクレレ オルオル	第2・第4木曜日	16:00~17:30	濱田昌平	入門クラスからステップアップ	6,000円
	53	はじめてのウクレレ	第1・第3木曜日	14:00~15:30	濱田昌平	ウクレレ入門クラス みんなはじめてだから安心!	6,000円
	69	フォークギターレッスン	第1・第3火曜日	16:00~17:30	濱田昌平	初級ギターグループレッスン Fのコツ教えます	6,000円
	80	誰でも弾けるやさしいギター	第1・第3月曜日	14:00~15:30	西口恒次	簡単コードで1曲マスター	6,000円
	86	初心者のためのギター講座	第2・第4土曜日	16:00~17:30	西口恒次	これから始めるギター弾き語り入門講座	6,000円
教養・その他 スキルアップ	29	やさしい株式・投資講座	第3土曜日	13:30~14:40	資産運用研究会	堅実な資産運用方法を学ぶための講座です	3,000円
	34	ハッピー発明 in 松阪	第3土曜日	15:00~16:15	みえアイデア研究会	改良を加え、権利確保と商品化方法を学ぶ	3,000円
	90	薬膳料理とテーブルコーディネート	第3火曜日	10:00~11:00	浮田和美	体を温め、不調を改善する薬膳	4,500円
	91	パーソナルカラーレッスン	第4月曜日	18:00~19:30	ツムシテック美奈子	あなたらしさをみつける3ヶ月	9,000円
書道	75	毛筆で楽しむ	第1土曜日	10:00~11:30	下平小波	年賀状を毛筆で書いてみましょう	6,000円
文化・芸術 パフォーマンス	18	テーブルマジック (手品)	第1土曜日	12:00~13:30	野田雅俊	難しくなく、簡単に、楽しいマジック	6,000円

## 春の無料体験レッスン開催

恒例になりました「無料体験レッスン※」春も開催いたします。  
今回もご予約は不要です。どうぞお気軽にお越しください。

**日時:2025年3月9日 日曜日 10:00~15:00 場所:カリヨンプラザ1階**

“参加予定講座※”

ポリマークレイ、暮らしを彩る花講座、くみひもアクセサリー講座、折り紙講座、やさしい株式・投資講座、ハッピー発明 in 松阪、視力回復講座、フランス語 初めの一步、童謡・唱歌・抒情歌を歌う、誰でも弾けるやさしいギター・初心者のためのギター講座、全ウクレレ講座、歪みを直せば若返る! 骨盤教室、テーブルマジック、他

お問い合わせブンカの交流館・カリヨンプラザ・カリヨンパーキング 松阪市日野町 788 電話 0598-26-9500

※材料費が必要な講座もあります。  
お越しの際は便利なカリヨンパーキングをご利用ください。体験レッスンの参加時間の駐車サービス券を差し上げます。  
予定講座は変更になる場合もありますので、ご了承ください。

**駐車  
無料**

◆お申し込み・お問い合わせ◆ 受講のお申込み、見学、体験などのご連絡は電話 (0598-26-0108) または、ブンカの交流館ホームページ <http://www.bunkanokouryukan.com/> で受付しています。

◆講師派遣受付中◆ ブンカの交流館では、公民館や自治会など、地域の施設等への出張講座を行っております。お申込み、お問い合わせはブンカの交流館事務局(0598-26-0108)へご連絡ください。

ブンカの交流館  
ホームページは  
こちら



主催:特定非営利活動法人Mブリッジ (松阪市市民活動センター、カリヨンプラザ・パーキング)/協力:松阪商工会議所、松阪市商店街連合会 お問い合わせ0598-26-9500