

お気に入りの
講座が見つかる
かも!?

ブンカの交流館

受講生募集

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

・「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。

事務局より、
「詳しいご案内」を
お送りします。
(無料)

「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。

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



⑥ 無理をせず姿勢が整う骨盤教室

～ 骨盤を整えて
美姿勢を手に入れましょう ～

第2・第4水曜日
18:00～19:30



⑧ お箏で和を楽しむ

～ 初心者歓迎。お箏で和を感じるやさしい時間 ～

第1・第3火曜日
18:00～19:30



④ タロットカード占い入門

～ カードの意味より直感重視のカード占い ～

第2月曜日
18:00～19:00

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
の講座

音楽の講座

スキルアップ
の講座

その他

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で踊ろう	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
	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
	61	無理をせず姿勢が整う骨盤教室	第2・第4水曜日	18:00~19:30	moko	骨盤を整えて美姿勢を手に入れましょう	6,000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
	94	「床バレー」で心と体を整える	第2・第4木曜日	18:00~19:00	Tomoko	床に寝転んだまま行うバレー式エクササイズ	9,000円
外国語	4	55からのイケてる英会話	第1・第3木曜日	16:00~17:30	マツエカオル	55才以上で和気あいあい。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	14:15~15:45	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 シアレア	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! 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
	54	ウクレレ ソロそろ	第2木曜日	14:00~15:30	濱田昌平	そろそろソロウクレレもはじめてみましょう	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
	83	お箏(こと)で和を楽しむ	第1・第3火曜日	18:00~19:30	寺本歌裕煌	初心者歓迎。お箏で和を感じるやさしい時間	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
	41	タロットカード占い入門	第2月曜日	18:00~19:00	なないろ	カードの意味より直感重視のカード占い	7,500円
	91	パーソナルカラーレッスン	第4月曜日	18:00~19:30	ツムシテック塾	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※」! この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:2026年3月22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※

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、お箏で和を楽しむ、「床バレー」で心と体を整える骨盤教室(2講座)、パーソナルカラーレッスン、フランス語 初めの一步、童謡・唱歌・抒情歌を歌う、フォークギターレッスン、全ウクレレ講座、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