

淡路文化会館 文化・教養・スポーツ講座

平成30年度

後期 受講生募集

ラフターヨガ講座

『笑う門には福来る』ラフターヨガは、冗談やユーモアを使わない誰にでもできる笑いの健康法です。楽しく体を動かして、笑って健康になりましょう。



【講師】
おさるの健康の里 代表
ラフターヨガ・ティーチャー
植田 弘一 氏
【募集定員】
30名（先着順）
【受講料等】
5回3,000円

受講生の声 「笑って気持ちが楽になり、心も体も元気になりました！」

初心者のための写真講座

『撮って楽しむ、見て楽しむ』お手持ちのカメラでちょっとした撮影のコツを学び、美しい自然や、家族の記録、日常の風景など楽しく写真を撮りましょう。



【講師】
淡路シネフォト 社長
淡路ふるさと塾 塾頭
木村 幸一 氏
【募集定員】
25名（先着順）
【受講料等】
5回3,000円

受講生の声 「カメラの基本から習いました。もっと写真を楽しみたい！」

パッチワーク講座

初心者にもわかりやすくパッチワークの基本となる製図、配色、縫い方などを学びながら作品を制作して、パッチワークの楽しさや魅力を体験しましょう。



【講師】
Quilt Atelier ピアニシモ
藤本 祐子 氏
【募集定員】
入門・初級の各講座
20名（先着順）
【受講料等】
5回5,000円
※材料費等は、受講生負担

受講生の声 「裁縫は苦手でしたが、とても素敵な作品ができました！」

絵手紙入門講座

合言葉は『ヘタでいい、ヘタがいい』。絵手紙は感じたままに自由にかくことが大切です。あなたも思いがっぴいっまった絵手紙を送ってみませんか。



【講師】
日本絵手紙協会公認講師
緒方 信子 氏
【募集定員】
25名（先着順）
【受講料等】
5回3,000円
※画材費等は、受講生負担

受講生の声 「絵手紙の楽しさや奥深さを知ることができました！」

詳しくは裏面をご覧ください

【主催】淡路文化会館

【会場】県立淡路文化会館（〒656-1521 淡路市多賀600）

【対象者】淡路地域に在住・在勤の方を優先

【募集期間】平成30年9月21日（金）まで

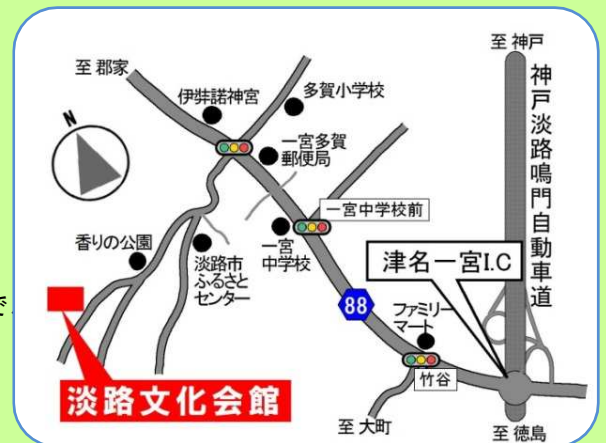
※募集期間後、定員に空きがある場合は、随時、先着順で受付しますので下記までお問い合わせください。

【申込方法】裏面「受講申込書」に記入のうえ、郵便・FAXまたは、持参によりお申込みください。

【お申し込み・お問い合わせ先】

淡路文化会館「文化・教養・スポーツ講座」担当

〒656-1521 淡路市多賀600 TEL:0799(85)1391 FAX:0799(85)0400



ラフターヨガ講座

【講師】 おさるの健康の里 代表 (ラフターヨガティーチャー)
植田 弘一 氏

【講座日時及び内容】 (10:00~12:00)

①	10月 9日(火)	ラフターヨガを中心に楽しく体を動かします。また、誰でも簡単にできて、椅子に座ったままでもできるような気功やメディテーション、セルフケア法などを紹介します。
②	11月 5日(月)	
③	12月 3日(月)	
④	1月 7日(月)	
⑤	2月 4日(月)	

【募集定員】 30名 (先着順)

【受講料】 5回3000円 (初回講座で集金)

【準備物】 動きやすい服装、タオル、水分補給

初心者のための写真講座

【講師】 淡路シネフォト社長 (淡路ふるさと塾塾頭)
木村 幸一 氏

【講座日時及び内容】 (13:30~15:30)

①	10月29日(月)	「撮って楽しむ、見て楽しむ」カメラの種類は何でもOK。お持ちのデジタルカメラでちょっとした撮影のコツを学び、美しい自然や、家族の記録、日常の風景など楽しく写真を撮りましょう。
②	11月27日(火)	
③	12月17日(月)	
④	1月21日(月)	
⑤	2月18日(月)	

※実施内容により、日時等が変更になる場合があります。

【募集定員】 25名 (先着順)

【受講料】 5回3000円 (初回講座で集金)

【準備物】 デジタルカメラを持参してください。

※申込みの際、受講申込書の「備考」欄に持参するカメラの種類をご記入ください (一眼レフ、コンパクトカメラ等)。

パッチワーク講座

【講師】 Quilt Atelier ピアニシモ 藤本 祐子 氏

【講座日時及び内容】

入門講座 (初めて受講する方) 10:30~12:30
初級講座 (継続して受講する方) 13:30~15:30

①	10月 1日(月)	材料セットを使用して基本的な製図や縫い方のコツを学び、ポーチやバック等のおしゃれで素敵な作品を楽しく作ります。
②	11月 5日(月)	
③	12月 3日(月)	
④	1月28日(月)	
⑤	2月25日(月)	

【募集定員】 入門・初級の各講座20名 (先着順)

【受講料】 5回5000円 (初回講座で集金)

※材料費等の個人的経費は、受講生負担となります。

【準備物】 お手持ちの裁縫道具、はさみ (紙用と生地用)、2B鉛筆、30cm定規、筆記具
お持ちの方のみパッチワークボード

絵手紙入門講座

【講師】 日本絵手紙協会公認講師

緒方 信子 氏

【講座日時及び内容】 (13:30~15:30)

①	10月 9日(火)	「ヘタでいい、ヘタがいい」を合言葉に、絵手紙の持つ独特の線や色を楽しみながら、あなたの思いを届ける絵手紙をかきましょう。
②	11月12日(月)	
③	12月10日(月)	
④	1月15日(火)	
⑤	2月12日(火)	

【募集定員】 25名 (先着順)

【受講料】 5回3000円 (初回講座で集金)

※画材費等の個人的経費は、受講生負担となります。

【準備物】 絵手紙に必要な道具をお持ちの方は持参してください。

※道具がない方は、申込みの際、受講申込書の「備考」欄に「道具なし」とご記入ください。

【申込締切】 平成30年 9月21日 (金)

【申込方法】 下記の「受講申込書」に必要事項を記入のうえ、郵便・FAXまたは、持参によりお申込みください。

【お申し込み・お問い合わせ先】

淡路文化会館「文化・教養・スポーツ講座」担当
〒656-1521 淡路市多賀600
TEL: 0799(85)1391
FAX: 0799(85)0400

きりとせん

きりとせん

平成30年度淡路文化会館「文化・教養・スポーツ講座」

淡路文化会館長 様

【後期】 受講申込書

平成30年 月 日

受講を希望する講座に
○をご記入ください→

- () ラフターヨガ講座
() 初心者のための写真講座
() パッチワーク講座 入門講座 (初めて)
() パッチワーク講座 初級講座 (継続)
() 絵手紙入門講座

ふりがな	性別	生年月日	
氏名	男・女	年 月 日 (満 歳)	
住所	(〒 -)	備考	
TEL: 0799()	FAX: 0799()		