



受講生募集



お申し込みは先着順です

募集期間 9/1(土)～9/20(木)
午前9時～午後5時

お問合せ

☎0857-26-1780

申込み方法 因幡万葉歴史館受付にて、所定の申込書に必要事項を記入し受講料を添えてお申込みください。

〒680-0146 鳥取市国府町町屋726番地
<http://www.tbz.or.jp/inaba-manyou/>

開催場所 鳥取市因幡万葉歴史館 天平ろまんホール



俳句

～流派にこだわらないで俳句を楽しみましょう～

野田 哲夫 (鳥取県俳句協会会長)
五七五の十七音の中に、一瞬の光景や心情、季節の移り変わりなどを詠む俳句の世界。俳句を学ぶと、見慣れた風景も新鮮な表情を見せてくれます。句会を通して、流派を超えて一緒に学びましょう。

第4金曜日

13:30～15:30

受講料 6,000円 (全6回)
定員 15名



短歌

北尾 勲 (鳥取県歌人会顧問)

短歌は自分の感じたことを言葉にする心のメモ帳です。近・現代の歌人の歌にふれて、楽しく短歌づくりをしませんか？

第2水曜日

13:30～15:30

受講料 6,000円 (全6回)
定員 20名



水彩画

中本 二一 (鳥取県美術家協会会員)

身近なモチーフを楽しく気軽に描きながら、色や形の世界にめざめてみませんか。個人の能力や志向に応じて、基礎から丁寧に指導します。

第2・4水曜日

9:30～12:00

受講料 12,000円 (全12回)
定員 20名



ソフト粘土

～暮らしを彩る花づくり～

山田 貞子 (ローズガーデン講師)
色も形も自由自在のやわらかい粘土で、四季折々の花づくりを楽しみませんか。小物やリースはお部屋の飾りやおしゃれなギフトにもなります。

第3木曜日

13:30～16:00

受講料 9,000円 (全6回)
教材代 1,000円～
定員 10名



陶芸 手びねり絵付け体験教室

三木 健太郎 (鳥取因幡焼 陶芸作家)

料理の器や趣味の器など、つくりたいものができるよう丁寧に指導します。自分だけのデザインは記念品や贈り物にもなります。初心者やお子様でも気軽にご参加ください。

第2土曜日

10:30～12:30

受講料 9,000円 (全6回)
教材代 700円～
定員 10名



パッチワーク①②

①岡本 孝子 (岡本孝子パッチワーク教室講師)
②中村 典子 (中村典子パッチワーク教室講師)
バッグ、ポーチ、生活小物、季節のタペストリーなど普段使いの作品を中心としたカリキュラムです。初めての人も楽しんで使えるキルト作りができます。

①第3日曜日

13:30～15:30

②第1金曜日
13:30～15:30
受講料 6,000円 (全6回)
教材代 各2,000円～
定員 各20名



ソープカービング

senka (カービング作家)

タイの伝統手工芸カービング。香りある石けんに優雅で繊細なモチーフを彫刻してみませんか？ 香りある作品はインテリアやプレゼントに最適です。初めての方にも丁寧に指導いたします。

第4木曜日

10:00～12:00

受講料 6,000円 (全6回)
教材代 各回300円～ (レシピ付き)
定員 10名



フルーツ・ベジタブル&ソープカービング①②

senka (カービング作家)

見慣れている青果 そして石鹸にお花などのモチーフを彫刻します。気軽に楽しんで頂けるよう飾り切りも交えたお教室です。普段の食卓やお弁当を華やかに彩り飾ってみませんか？

第1火曜日

①10:00～12:00

②13:30～15:30

受講料 6,000円 (全6回)
教材代 各回500円～ (レシピ付き)
定員 10名



ボタニカルアート①②

いわた さいこ (植物水彩画講師)

花は見るだけで心を和ませてくれます。そんな花の表情をありのままに描くのがボタニカルアートです。インテリアや贈り物にもなる花の美しい絵を描いてみませんか？

第3水曜日

①10:00～12:00

②13:30～15:30

受講料 9,600円 (全6回)

お願い

- ・直接受付へお越しの上お申込みください。電話による申込み受付は行っていません。
- ・受講者数が一定数に満たなかった場合、講座を中止することがあります。
- ・別途教材費が必要となる講座があります。
- ・納付済み受講料は原則としてお返しいたしません。
- ・お申込みは先着順とし、満席になり次第締め切ります。
- ・講座の見学ができます。詳しくは受付でお尋ねください。(1日講座は除きます)
- ・やむを得ず講師・日程・会場が変更になる場合がございます。



美容ヨガでダイエット&美肌

坂根 真奈美
(南坂根産業健康事業部Samadhi代表)

歪み別の骨盤調整と一人一人のやせ方にあわせたヨガを行います。デトックス、代謝促進、脂肪燃焼…数々の相乗効果で体質が改善し、内側から生まれたての美肌をつくります。

第1日曜日

10:00～11:00

受講料 6,000円 (全6回)
定員 20名



不調に効く整体法&骨盤呼吸ヨガ

坂根 真奈美
(南坂根産業健康事業部Samadhi代表)

冷え、凝り、むくみ、ゆがみ、便秘、自律神経の乱れ、不眠などの不調改善に効果のある簡単自己整体の後、深い呼吸で骨盤へ働きかけ、体のメンテナンスを行っていきます。

第1水曜日

13:30～14:30

受講料 6,000円 (全6回)
定員 20名



徹底体質改善! ヨーガ&ピラティス

坂根 真奈美
(南坂根産業健康事業部Samadhi代表)

即効で脂肪を燃やす+脂肪がたまりにくい体になるという効果が一度に得られます。体幹を鍛えることでカロリー消費が増え、痩せる体に変わりながら姿勢も見た目も美しくなります。

第2・4日曜日

10:00～11:00

受講料 12,000円 (全12回)
定員 20名



人体美学ヨガ

坂根 真奈美
(南坂根産業健康事業部Samadhi代表)

解剖学に基づき体の不調を分析し、人体力学にもとづいたヨガで美しく健康な体へと導いていきます。美容から未病改善まで対応していくクラスです。

第3土曜日

10:00～11:00

受講料 6,000円 (全6回)
定員 20名



はじめての徹底体質改善! ヨーガ&ピラティス

samadhiセラピストYuka

体質改善により脂肪を燃やし溜まりにくい身体になりませんか。初めての方も安心してご参加ください。

第4日曜日

13:30～14:30

受講料 6,000円 (全6回)
定員 20名



季節のつまみ細工

つまみ細工 雛 (和小物作家)

季節ごとに咲き誇る花を題材に、つまみ細工で表現していきます。お部屋に華を添えましょう。

第4土曜日

13:30～15:30

受講料 6,000円 (全6回)
教材代 各回1,000円前後
定員 10名

1日講座



初めての味噌作りに挑戦!

senka (日本糀協会糀エヴァンジェリスト)

今話題の手作り味噌! 日本食には欠かせない調味料の一つ“味噌”を作ります。まずは3kgから挑戦し、我が家だけの味を見つけてください。大豆の仕込みからご説明させていただきます。

2月2日(土)

13:30～15:30

受講料 1,000円
教材代 2,000円 (レシピ付き)
定員 15名



NEW スピリチュアルヨガ

～ヨガで心と体を美しくしましょう～

坂根 真奈美
(南坂根産業健康事業部Samadhi代表)

劇的、根底、爆発的、ドラマチックに時代が変化していく今日、豊かさや愛と美しさをパワフルに手に入れ、人生をシフトしていく全く新しい月とヨガの関わり方をご紹介します。

3月2日(土)

10:00～11:00

受講料 1,000円
定員 20名