



江戸時代の読書と 葛屋重三郎

江戸時代の庶民は、どのような本を読んでいたのだろうか。彼らの蔵書や葛屋重三郎ら出版業者・貸本屋の隆盛を通じて、江戸時代の出版文化について紹介します。

11月22日

「庶民の読書とその蔵書」
農書や通俗道徳書を中心に

11月29日

「葛屋重三郎の時代」
出版業の隆盛と貸本屋

土曜

13:00~14:30

●講師／北海道大学高等教育推進機構 非常勤講師 一瀬 啓恵

●受講料金／11月(2回)5,940円

●教材費／資料代200円

はじめての植物ウォッチング

郊外などを散策しながら、植物を中心に自然観察をします。北海道に自生する基本的な種類を見分けられるようになります。

木曜(月1回)

10:00~12:00
(9月は14:00終了予定)

9月18日

天神川緑地へ精進川

10月16日

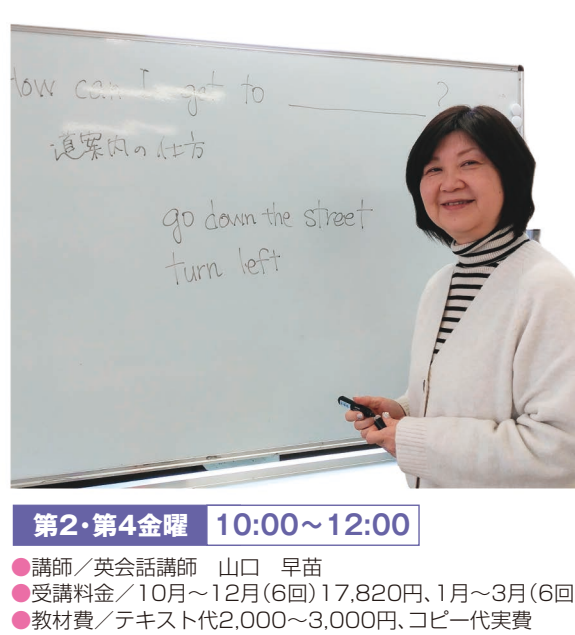
農試公園

11月6日

小樽中野植物園(入園料別途200円)
※現地集合・解散 ※交通費実費 ※小雨決行

●講師／北海道アウトドア自然ガイド 島田 恵実

●受講料金／9月~11月(3回)6,600円 ※別途傷害保険料



話してみよう 英会話入門

「英語が話せたらなあ」「読んだり書いたり出来るのに…」学生時代にせっかく学んだ英文法を復習しながら「じゃあ、どんな時に使えるの?」と場面を考えて会話を練習します。きれいで正しい発音を目指しましょう!

第2・第4金曜

10:00~12:00

●講師／英会話講師 山口 早苗

●受講料金／10月~12月(6回)17,820円、1月~3月(6回)17,820円

●教材費／テキスト代2,000~3,000円、コピー代実費



小樽の旬を味わう お魚料理の基本

小樽の旬の魚を美味しく食べるためにも欠かせない、料理の基本知識を学びましょう。省略されがちな「下ごしらえ」はとても大切です。調理の順番や方法により味や食感が格段にレベルアップする「目からウロコ」の情報を、実習も交えて楽しく伝授します。

※当日、試食はございませんが、出来上がり品をお持ち帰りいただけます。

第3木曜

10:30~12:30

10月16日

ホタテのバター炒めとシュウマイ

11月20日

ぶりのお刺身と照り焼き

12月18日

そのいアクアパッツァ

※漁の都合により内容が変わることがありますので予めご了承ください。

●講師／北海道フードマイスター、シーフードソムリエ 宮部 由里子

●受講料金／10月~12月(3回)7,590円

●教材費／3,000円(1回) ※お持ち帰り品代含む



薬膳調理人初級認定 講座 1日講座

近頃ブームとなっている「薬膳の調理人」を育成する講座です。陰陽五行説をはじめ、身近な食材で作る薬膳料理のコツが学べます。兵庫県初の国際薬膳師・国際中医師として活動歴20年の講師による特別講座です。調理が苦手な方も安心、薬膳レシピの立て方(初級編)を指導します。修了者には、一般社団法人日本フード&ヘルス協会より薬膳調理人初級認定書(ディプロマ)を発行します。(料理の実習はありません)

10月3日(金)

13:00~15:30

●講師／一般社団法人日本フード&ヘルス協会代表、国際薬膳師、国際中医師 渡部 美智余

●受講料金／18,480円(入会金不要)

●教材費等／6,050円(オリジナルテキスト・認定料)



小樽の遊廓を 紐解く 1日講座

小樽にはかつて北廓・南廓と呼ばれる遊廓が存在していました。遊廓は火災を契機に移動しながらも明治から昭和へと続いてきました。しかしながら、歴史の陰に隠れて今はそのすべてが消えてしまいました。遊廓の変遷やどんな妓楼(ぎろう)が何処にあったのか、紐解きます。

10月25日(土)

13:00~15:00

●講師／元小樽市職員 佃 信雄

●受講料金／2,530円(入会金不要)

●教材費／300円(申込時支払い)



縁起芸能 万福ひょっとこ踊り

明るい曲にあわせて体を動かし気分すっきりとリフレッシュしましょう!踊りが初めての方も大歓迎、一緒に楽しく踊りましょう。まずは踊り方の基本を行います。陽気で楽しい音楽に合わせて踊り、イベントや施設訪問も行う予定です。

第1・第3金曜

10:00~11:30

●講師／万福ひょっとこ踊り主宰 三浦 福丸(ほか)

●受講料金／10月~12月(6回)14,520円、1月~3月(6回)14,520円 ※別途傷害保険料

●教材費(希望者のみ)／教材用CD・資料代2,000円~3,000円程度

開講プレ講座

10月3日(金) 10:00~11:30

●受講料金／2,445円(入会金不要)



ひと針仕事の オリジナル バッグ

パッチワークの技法で、ひと針、ひと針丁寧に手縫いのバッグを作りましょう。マチを幅広く取ることでより収納力が高く、裏地を付けることで機能的なバッグに仕上がります。

第2・第4金曜

10:00~12:00

※作品のサイズ:
横幅45cm×高さ26cm×マチ幅23cm

●講師／公益財団法人 日本手芸普及協会指導員、准師範 山口 巴留香

●受講料金／10月~12月(6回)17,160円

●教材費／3,700円



心理学の理論から自分の心を紐解く 楽感心理学

人は誰もが「楽感回路」を持っています。この講座では「楽感回路」の使い方を、心理学と脳科学にもとづいてお伝えしていきます。心を整えて、毎日を自分らしくイキイキと過ごしましょう!

第1水曜

10:00~11:30

●講師／行動科学(社会心理学)博士 土倉 玲子

●受講料金／10月~12月(3回)10,890円

●資料代／3ヵ月300円(申込時支払い)

10月1日

楽感回路とは

11月5日

楽感コミュニケーションとは

12月3日

言葉の力



カンナ屑でつくる大きなリース 1日講座

廃材から生まれた木枠にカンナ屑をワイヤーで結んで形を整え、リースを作ります。カンナ屑の材質や木の厚みによって出来上がりが想像できない、地球に優しいリースが出来上がります。アクセントにドライフラワーをちりばめて完成!作っている時から木の香りがふわっとし、ご自宅に飾る際も霧吹きで水をかけると木の香りが蘇ります。自然の香りに包まれた癒しの時間をお楽しみください。

※当日使用の花材やカンナ屑の材質には変更がある場合がございます。予めご了承ください。
※作品のサイズ:直径40cm程度

11月27日(木)

13:00~15:00

●講師／アップサイクルホッカイドウ 吉田 友花

●受講料金／2,750円(入会金不要)

●教材費／3,500円



秋のあんこの お花®・おはぎ ~体験レッスン 1日講座

白あんに自然由来の着色料で色をつけて、固くならにくいおはぎ生地の上に、コスモスをイメージしたお花を形造ります。

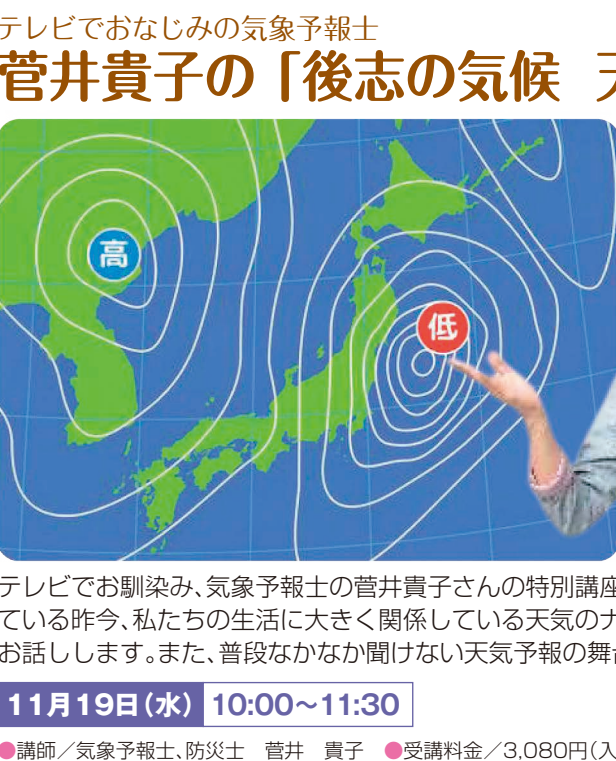
9月19日(金)

13:00~15:00

●講師／和なはアートフード協会 あんこのお花®認定講師 栗原 理恵

●受講料金／2,530円(入会金不要)

●教材費／2,000円(申込時支払い)



テレビでおなじみの気象予報士 菅井貴子の「後志の気候 天気の話」 1日講座

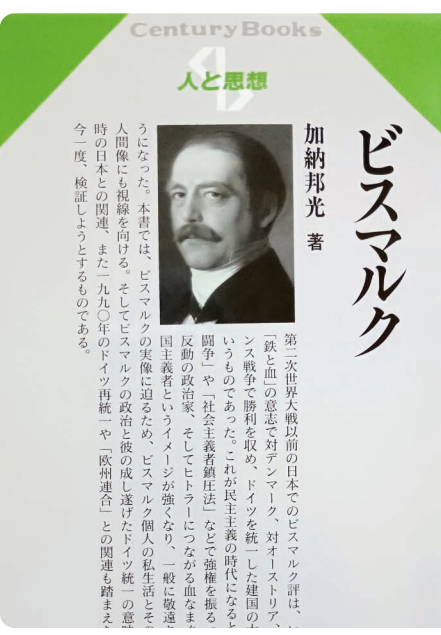
テレビでお馴染み、気象予報士の菅井貴子さんの特別講座です。異常気象が多発している昨今、私たちの生活に大きく関係している天気のナゼ・ナニをわかりやすくお話しします。また、普段なかなか聞けない天気予報の舞台裏も紹介します。

11月19日(水)

10:00~11:30

●講師／気象予報士、防災士 菅井 貴子

●受講料金／3,080円(入会金不要)



ビスマルク

一その足跡と人物像、およびドイツと日本の社会的、歴史的状況一

ドイツ帝国を創建したビスマルクの壮大な政治活動の解説もさることながら、彼の素顔に迫るため、彼個人の性格と生活に視線を向けてみましょう。またドイツを取り巻く当時のヨーロッパとドイツの歴史的・社会的状況と日本の関係についても言及します。

第2金曜

10:00~12:00

●講師／ドイツ文学者、北海道大学名誉教授 加納 邦光

●受講料金／10月~11月(2回)5,060円



パステル和 アート[しまえなが] 1日講座

パステルをパウダー状にして、大人気の「しまえなが」を指で描きましょう。素朴で温かみのあるパステルアートは、絵を描くのが苦手な人やお子様からご年配の方まで、幅広く楽しめます。

10月21日(火)

13:00~15:00

●講師／パステル和(NAGOMI)アート公認正インストラクター 中嶋 加代子

●受講料金／2,530円(入会金不要)

●教材費／500円(申込時支払い)



七宝焼 ピンブローチ <雪の結晶> 1日講座

直ぐに溶けてしまう儚い雪の結晶を、ピンブローチに再現しましょう。出来上りの配置を考えながら、銅板に釉薬をのせて焼成します。

※焼成は講師が行いますので初めての方でもお気軽にご参加ください。
※作品のサイズ／約3cm×3cm

11月20日(木)

14:00~16:00

●講師／北釉会代表 齋藤 友美

●受講料金／2,530円(入会金不要)

●教材費／1,200円(申込時支払い)



講 座 名	講師名	日 時	受講料金 (10月～12月)	保険	備考
自 然					
はじめての植物ウォッチング	島田 恵実	木曜(月1回) 10:00～14:00	6,600円(3 回)	★	野外
手 工 芸					
切り絵・ローズウィンドウ	近藤 忍	第2・4金曜 13:00～15:00	13,200円(6 回)		
パッチワーク・ホワイトキルト	山口巴留香	第2・4金曜 10:00～12:00	17,160円(6 回)		
トールペインティング		第2・4金曜 10:00～12:00	17,160円(6 回)		
ステンドグラス(自由創作)	清野 真一	毎週火曜 ① 9:30～12:00 ② 13:00～15:30	17,160円(12回)		別会場
深雪アートフラワー	遠田 絢子	毎週木曜 10:00～12:00	19,800円～(12回)		別会場
革で手作り ～レザークラフト～	山田 育子	第1・3土曜 10:00～12:00	15,180円(6 回)		
ポーセラーズ ～白磁(食器・タイル・小物など)の絵付け～	谷岡 洋子	月曜(月2回) 13:00～15:00	11,550円(5 回)		
～自然な色彩～ 原色押花	高橋 秀子	第2・4木曜 10:00～12:00	13,860円～(6回)		
藤工芸 ～つる・藤かご編み～	渋谷 昭子	第1・3木曜 10:00～12:00	15,180円(6 回)		
楽しい卓上手織	加藤 祐子	第1・3土曜 15:15～17:15	15,180円(6 回)		
はじめての陶芸	和知 静栄	火曜～土曜 10:00～12:00	12,540円(6 回)		要問い合わせ 別会場 1カ月コース
		火曜～土曜 13:00～15:00	12,540円(6 回)		
本漆の金継ぎ	村岡亜佐美	第4木曜 10:00～12:00	14,520円(3 回)		要見学
メタルエンボッシングアート	Y u k i	第4土曜 10:00～12:00	11,550円(3 回)		1回コース
素敵なタティングレース		第1・3月曜 10:00～12:00	13,200円(6 回)		
音 楽					
大人の鍵盤ハーモニカ	近藤ひとみ	第4水曜 13:00～14:30	7,590円(3 回)		
楽しいウクレレ教室	大箭 一伸	第2・4金曜 13:30～15:30	13,860円(6 回)		
ギター教室	金田 聡	【中級】第2・4火曜 13:00～14:20	15,180円(6 回)		要見学
		【個人】第2・4火曜 14:30～18:00 (時間内30分)	17,160円(6 回)		要問い合わせ
一緒に歌おう! 昭和～平成のヒットソング	新藤 紋子	第1・3木曜 16:30～18:00	17,820円(6 回)		
楽しいゴスペル		第1・3木曜 18:30～20:00	16,500円(6 回)		
童謡と叙情歌	橋本 純	月曜(月3回) 13:00～14:30	20,790円(9 回)		
ボイストレーニング		第1・3水曜 13:00～13:45	18,480円(6 回)		
ベイベーハープ【女性限定】	安藤 晴美	第1・3火曜(初級) 14:00～15:00	21,780円(6 回)		
		第1・3火曜(入門) 15:15～16:15	21,780円(6 回)		
大人のオカリナ教室	岡本 育美	第2・4月曜【中上級】10:30～12:00	15,180円(6 回)		
		第2・4月曜【入門～初級】13:00～14:30	15,180円(6 回)		
大人のピアノレッスン	栲尾 潤子	第1・3月曜 10:00～13:30の間の30分 ※詳しくはお問い合わせください。	13,200円(6 回)		別会場 要問い合わせ
箏・ミニ箏を楽しむ	大林 雅朋	第2・4月曜 10:30～15:00の間の1時間 ※詳しくはお問い合わせください。	13,200円(6 回)		別会場 要問い合わせ
邦 楽					
山口流 篠笛	山口 千那	第1水曜 13:00～15:00	10,890円(3 回)		
はじめての お箏教室	大林 雅朋	第2・4木曜 13:00～13:30	13,860円(6 回)		
舞 踊					
大人のバレエ	澤 万紀子	第1・3水曜 19:00～20:15	13,200円(6 回)	★	1カ月コース
クラシックバレエ	上野亜希子	毎週火曜 18:30～20:00	18,480円(12回)	★	別会場
マイレ本間のハワイアンダンス	アカラニ・オ・マイレ清水	毎週月曜 15:30～17:00	22,440円(12回)	★	1カ月コース
日本舞踊 藤間流	藤間 扇玉	毎週木曜 13:00～15:00	22,440円(12回)		
万福ひょっとこ踊り	三浦福丸 ^{ほか}	第1・3金曜 10:00～11:30	14,520円(6 回)	★	
健 康					
らくのびピラティス	伊藤 庸子	毎週木曜 10:00～11:00	23,760円(12回)	★	1カ月コース
微笑禅ホーム・ヨーガ	橋本 牧子	毎週火曜 ① 10:00～11:30 ② 12:00～13:30	22,440円(12回)	★	1回コース 1カ月コース
練功十八法&養生功	藤岡 龍峰	第2・4金曜 10:00～11:30	11,220円(6 回)	★	
		第4金曜 10:00～11:30	5,610円(3 回)	★	
太極拳	宮本 一弘	毎週金曜 18:30～20:00	24,310円(13回)	★	
		毎週土曜 10:15～11:45	22,440円(12回)	★	
気功		毎週土曜 13:00～14:30	22,440円(12回)	★	1カ月コース
自強(じきょう)術 ～健康体操～	前田 清美	毎週金曜 13:00～14:30	24,310円(13回)	★	1カ月コース
夜のピラティス	片山 えり	第2・4木曜 19:00～20:00	13,860円(6 回)	★	1回コース 1カ月コース
子 ど も 講 座					
子ども水彩画教室 ※対象:5歳～小学6年	三留 市子	第2・4木曜 16:00～17:30	11,880円(6 回)		1カ月コース
ジュニアクラシックバレエ ※対象:満3歳以上	上野亜希子	毎週土曜 15:00～16:00	18,480円(12回)	★	別会場

●祝日などで、講座回数、受講料金が変更の場合がございます。
●お客様のご都合で講座を欠席、退会された場合、入会金、受講料金は返金いたしませんので、予めご了承ください。
●各講座とも定員になり次第受付を終了させていただきます。また、最少開講人数に満たない場合、講座は中止となります。
●一部を除き、講座は無料で見学できます(講座開始時間から30分程度)。詳しくは、お問い合わせください。
●1回コース・1ヵ月コースで受講可能な講座があります。お電話にてお申し込みください。(1回コースは入会金無料、1ヵ月コースは入会金がかかります。新規・おひとり1回のみ。)
●【見学】…お申し込み前に見学が必要な講座です。●【★】印のある講座は別途傷害保険料がかかります。
●駐車場はございません。公共交通機関のご利用をお願いいたします。

JR小樽駅

至札幌 国道5号線 至余市

長崎屋 ● ドーミーイン

中

都通り

●リパーク ツルハ ●中央

通

●小崎グリーンホテル

●北越銀行 ●北海道銀行

パルク

センター