

始めて発見、続けて充実! 道新文化センター さっぽろ東急教室

2026
4月期
受講生募集

ご予約は
お電話または
ホームページから



3/2 (月)より 電話予約受付開始 ☎011-212-2730 受付時間/10:00~19:00. 土曜~17:00 日祝休み

3/2(月)12:00より WEB予約受付開始 道新文化センター 検索



※受講料金の支払いについては、予約時に説明いたします。※滞難状況により電話がつながらない場合もございます。あらかじめご了承ください。※各講座、定員になり次第受付終了となります。

NEW 日本の野山の花のミニ盆栽

日本各地に自生する可憐な野山の草花を、栽培品を素材にしてミニ盆栽を仕立てる講座です。野草を小さな鉢の中で育てるには栽培管理のポイントをきちんと理解する必要がありますが、それらを育てていくうちに野草が育つ自然への理解も自ずと深まります。

●講師/草月主宰 君島信博
●第3土曜/10:30~12:30
●受講料金/4月~9月(6回)20,460円
●教材費/各回2,800円
※作品サイズ/高さ10cm程度



【カリキュラム】
4月 高知のバイカオウレン 7月 和歌山の那智アワモリショウマ
5月 鹿児島のカイビラン 8月 小豆島のミセバヤ
6月 北海道の千島ヒメトクサ 9月 新潟のミスミソウ

1 DAY HANAYASU 香りを束ねる薔薇の花束

ふんわりと立ちのぼる、薔薇それぞれの豊かな香り。数種類の香り高い薔薇を組み合わせ、香りと表情の違いを楽しみながら花束を作ります。

4月7日(火)
13:30~15:00

●講師/花保チーフデザイナー 清水さくら
●受講料金/3,410円
●教材費/6,000円



NEW ~産地と味わいを知って楽しむ~ はじめてのフランスワイン

フランスワインは「名前が難しい」「産地が多くて分からない」という印象を持たれがちですが、基本的な考え方をすると、とても分かりやすいワインです。講座では、ワインの土台となるぶどう品種と産地の考え方を中心に、ワインの味わいの違いを、実際に飲みながら学びます。ワインが初めての方でも、フランスワインの全体像が見えてきます。

●第3土曜/13:00~14:20

【2講座共通】
●講師/JSA認定シニアソムリエ、シャンパン騎士団オフィシエ 勝山美幸
●受講料金/4月~9月(6回)21,780円

●教材費/ワイン・チーズ・資料代各回5,000円
●期間/6カ月 ※対象/20歳以上



NEW ~北から南へ20州を旅するように~ はじめてのイタリアワイン

イタリアワインは、実は土地と暮らしがそのままだと、とても親しみやすいワインです。講座では、イタリア全20州を旅するようにたどりながら、それぞれの土地が生み出すワインの個性を、実際に味わいながら学びます。これからイタリアワインを楽しみたい方も、自分の「好き」が自然と見つかります。

●第1土曜/13:00~14:20

●教材費/ワイン・チーズ・資料代各回5,000円
●期間/6カ月 ※対象/20歳以上



NEW 季節を味わい、仕込みを楽しむ、発酵のある暮らし 発酵&手仕事と麹生活(全3回)

旬の食材を使い、発酵と手仕事を暮らしに取り入れる教室です。麹調味料や梅仕事など、季節に寄り添った仕込みを通して、無理なく続けられる発酵のある生活を学びます。

※使用する麹は無農薬です

●講師/おから味噌インストラクター、発酵食品マイスター 勝山美幸
●第2土曜/13:00~14:30
●受講料金/4月~6月(3回)10,890円
●教材費/各回4,000円



【カリキュラム】
4月 春:おから味噌、春に仕込む白味噌作りと味噌玉
5月 初夏:レモン・生姜、夏に向けて整える手仕事、発酵レモンジンジャーシロップ作り
6月 梅雨:梅季節の手仕事 梅仕事
※梅の種類はその時の状況が変わります。

NEW 全12回 「楽しく童話を書こう」(入門)

既存の絵本や物語を参考にして、子どもたちにむけてお話を書いてみましょう。原稿用紙の使い方から始めます。

●講師/児童文学作家 井井純子
●第1・3金曜/15:00~16:30
●受講料金/4月~6月(6回)17,820円
●教材費/1,000円(3ヵ月)



NEW 仲間とともに「聴く力」と「読む力」を育む 朗読を楽しむ6カ月講座

4月~9月までの半年間、全12回の朗読講座です。楽しみながら、時には厳しく「朗読の基本」をレッスンします。受講されるみなさんの長所(個性)を大切にしながら。

●講師/音声表現講師 安藤千鶴子
●第2・第4土曜/10:30~12:00
●受講料金/4月~6月(6回)15,840円
●教材費/資料代実費



1 DAY 新茶の季節到来

各地より届いた新茶を産地別、品種別に飲み比べてみませんか。日本で一番早く採れる屋久島をはじめ、知覧など全国の新茶をご用意します。急須での淹れ方も学び、香り高い旬の味を楽しみましょう。

4月6日(月)
13:00~14:30

●講師/日本茶シニア・インストラクター お茶の玉翠園 玉本幸男
●受講料金/3,630円
●教材費/1,500円(お菓子付)



NEW テディベアを作ってみませんか?

本物のテディベア作りを基礎から丁寧に教えます。初級は5種類のオリジナルキットを使い、3ヵ月で1体を制作するペースで行います。中級は美しく愛らしい作品づくりへの技術向上を目指します。

●講師/テディベアアーティスト 藤澤保子
●第4土曜/13:00~15:00
●受講料金/4月~6月(3回)10,890円
●教材費/7,000円(初回)



NEW より深くクラシックを楽しむための クラシック音楽鑑賞講座

毎回、一人の作曲家に焦点をあて、作品が生まれた時代背景など、鑑賞する上で知っておきたい重要なポイントや、オーケストラや室内楽の資料を通じて、分かりやすく解説します。

●講師/アマテウス合奏団 フォレスト合奏団 指揮者 佐川由紀雄
●第3火曜/18:00~19:30
●受講料金/4月~9月(5回)13,200円

【カリキュラム】 4月 バッハ 6月 ベートーヴェン 9月 シューベルト
5月 ハイdn 8月 モーツァルト ※毎年7月は休講となります。



NEW 日本現代文学の教室 一谷川俊太郎編一(全4回)

現代詩人・谷川俊太郎の詩法を解説し、その魅力に迫ります。

●月曜/13:30~15:00
●受講料金/5月~6月(4回)11,880円 (5/18, 6/1, 6/15, 6/29)
●教材費/400円(申込時お支払)

【カリキュラム】
第1回 音楽に憧れる詩 「二十歳光年の孤独」と対位法
第2回 詩について語った詩人 「世間知らず」「詩に就いて」など 絵画に触発された詩
第3回 クレーの絵本「クレーの天使」
第4回 絵本の詩 「死」「かないくん」「ぼく」と死と生

ひらがなの天使
中村三春
ひらがなの天使



1 DAY 谷川俊太郎の 詩と絵本の世界

詩人・谷川俊太郎は、詩と絵本を中心として、70年以上にわたって数々の名作を世に送り出してきました。この講座では、谷川入門として、詩作の軌跡を年代ごとに追ひ、あわせて絵本の長所を解説します。

4月28日(火) 13:30~15:00

●受講料金/3,410円
●教材費/100円(申込時お支払)

【2講座共通】
●講師/北海道大学名誉教授 中村三春

【講師プロフィール】
1958年、岩手県釜石市生。東北大学大学院博士課程中退。博士(文学)。専門は日本近代文学・比較文学・文芸学理論。著書に、『物語主義 太宰治・森鷗外・村上春樹』、『ひらがなの天使 谷川俊太郎の現代詩』(いずれも七月社)など。

NEW 大人の美眉レッスン [全2回] (4/11、25)

顔の印象を大きく左右する眉は、形をお顔立ちに合わせて整えるだけで小顔効果や若々しさがぐっと引き立ちます。眉のデザインと書き方を分かりやすくお伝えしながら、ご自身で描く練習をします。少しのアレンジで表情がイキイキと変わるのをその場で実感していただけます!

●第2・第4土曜/10:30~12:30
●受講料金/4月(2回)8,360円
●教材費/資料代2回分500円(初回)

【2講座共通】 ●講師/タイプアドバイザー、骨格スタイルアドバイザー、パーソナルカラーアドバイザー 戸井由貴子 ※対象/女性



NEW 色の力で「きれい」の作り方 [全4回] (5/9、23、6/13、27)

パーソナルカラー診断とメイクを通じて、「色」を味方につけるビューティー・アップ講座です。似合う色を知ることによって肌のトーンが明るくなり、50代から毎朝の鏡を見るのがもっと楽しくなります。

●第2・第4土曜/10:30~12:30
●受講料金/5月~6月(4回)16,720円
●教材費/資料代4回分1,000円(初回)



1 DAY 母の日の柔らかいローズのアレンジ

優しい母のイメージをそのままにしたような繊細で華やかなアレンジ。可愛らしいローズを使い、豪華に仕上げます。

4月22日(水) 10:30~12:30

●講師/ブライズブドアラワー ピオニー 後藤さやか
●受講料金/3,630円
●教材費/5,500円

※サイズ/W14cmxD14cmxH13cm
※花材の一部が変更になる場合がございます。



NEW カリンバ グループレッスン

カリンバは親指で弾くだけで心地良いメロディが生まれる楽器です。丁寧な指導で、初めての方でもすぐに音が出せるようになります。オルゴールのような癒しの音色に包まれながら音楽のあるひと時を一緒に過ごしませんか。

●講師/カリンバ講師 カリンバ小僧(鈴木)
●第4火曜/15:30~17:00
●受講料金/4月~6月(3回)10,890円
●教材費/楽譜集1,870円(初回)
※対象/18歳以上



1 DAY 春休み♪ こどもマーじゃん教室

頭脳スポーツと呼ばれる人気のマーじゃん。ゲーム感覚で楽しく学ぶため、計算・集中力、コミュニケーション能力を養うことができます。

4月4日(土) 15:30~17:00

●受講料金/2,530円
●教材費/100円
※対象/新小学3年生から中学生



NEW 女性のための健康マーじゃん(実践クラス)

基本的なルールを習得した方を対象としたクラスです。マーじゃんは戦術を考え推理し脳を活性化します。そして仲間作りにも最適。疑問があればすぐに講師がお答えします。

●水曜/15:30~17:30
●受講料金/4月~6月(11回)27,830円
●教材費/テキスト代 500円(新規入会)

【2講座共通】 ●講師/NPO法人ライフアップ 蒲原史起ほか



NEW 若林浩樹のピギナーカメラレッスン (スマホでもOK)

カメラ操作、構図の作り方、写真ならではのテクニックなどを、撮影の基本知識をレッスンします。カメラの種類や撮り方について質問もありません。スマホカメラでも受講していただけます。全く初めての方でも心配なく受講ください。

●講師/写真家 若林浩樹写真教室主宰 若林浩樹
●第1金曜/13:30~15:00
●受講料金/4月~6月(3回)11,880円



フレイル予防講座

「フレイル」とは健康と要介護状態の中間の段階のことです。年齢を重ねて心身の活力や生活機能が低下するフレイル(虚弱)は、運動・栄養・口腔・社会性など様々な面における衰えが組み合わさって進んでいくとされます。

NEW 技術としての記憶法を身につけよう! 誰でもできる記憶術 [全5回]

古代ギリシャの時代、弁論家たちは「記憶術」を用いて、長大な演説を暗記し人々の前で披露しました。この技術は「才能」だけでなく、体系的なトレーニングで誰にでも習得できる技能です。本講座では、古代から現代まで受け継がれてきた記憶術の基本を体験的に学び、日常生活や仕事、学習に役立てられるスキルとして身につけることを目的とします。

●講師/記憶術インストラクター 小野泰弘
●第2・第4金曜/15:30~17:30
●受講料金/4月~6月(5回)8,800円(4/10, 24, 5/8, 22, 6/12)
●教材費/1,000円(申込時お支払)



NEW スマート・エイジング効果! 英語音読de脳トレ

ことばの学習は、いろいろな感覚や体の機能を使うので認知症予防にぴったりです。音読で脳の運動をして記憶力アップ! 名作や名言を日本語に訳す英語で読むトレーニングを行います。

●講師/NICO英会話研修所代表 Nobue
●第1・第3金曜/10:30~11:30
●受講料金/4月~6月(6回)19,140円
●教材費/500円(初回)



NEW 頭と心を元気にする90分 指を動かして若返り♪ そろばんで脳トレ

手指を動かして脳を刺激! 健康寿命を維持することに役立つそろばん式脳トレで、楽しく脳を若返らせましょう。そろばん未経験の方でもご参加いただけます。

●講師/加藤珠算塾、そろばん式脳トレ指導員 加藤だいご
●第3水曜/10:30~12:00
●受講料金/4月~6月(6回)9,240円
●教材費/600円(初回)



NEW サボリ筋を目覚めさせる! 関節トレーニング

普段の生活の中で、実は「さぼっている筋肉」がある事をご存じですか? その名も「サボリ筋」。本来働くべき筋肉が「サボること」で、他の筋肉の負担が大きくなり痛みや不調につながってしまいます。12種類の関節周囲の筋力を簡単な動作でバランス良く強化していく関節トレーニングでいつでも歩けるカラダを作りましょう。

●講師/関節トレーニングSCインストラクター さとうリンパケアインストラクター・クワダプラマスター、藤原志穂
●第2・第4水曜/10:30~12:00
●受講料金/4月~6月(6回)17,970円 ※傷害保険料含む
●教材費/資料代600円(初回)



新規ご入会の方は入会金2,200円が必要です。(18歳以下の方と70歳以上の方は1,100円が必要です。)※1日講座を受講の場合、入会金は不要です。

○各講座も定員になり次第、受付を締め切ります。講座の滞難状況はお問い合わせください。定員に満たない講座は途中から受講することもできます。○受講料金は原則3ヵ月分、または6ヵ月分を前納していただきます。○入会金、受講料金は原則返金できません。○教材費、資料代、団体傷害保険料など別途必要な講座もございます。○祝日などで講座回数・受講料金が変わる場合がございます。また都合により開講を中止する場合がございます。○ご予約から10日以内に窓口またはコンビニでお支払いください。○コンビニで支払いの際の振込手数料660円はお客様のご負担となります。期日が過ぎてもご入金がない場合は予約をキャンセルさせていただきます。○講座詳細はホームページでご確認ください。

道新文化センター さっぽろ東急教室

☎011-212-2730 札幌市中央区北4条西2丁目1 さっぽろ東急百貨店10階



2026年04月01日～2026年06月30日
お問い合わせ・ご予約
Tel 011-212-2730
<https://doshin-cc.com>
■ 受付営業時間

平日：10:00～19:00/土曜：10:00～17:00（日祝：休み）

・道新文化センターは会員制です。会員証は全道の道新文化センターでご利用いただけます。

・入会金 2,200円（18歳以下、70歳以上1,100円）

・有効期限 2年間。期限内に継続手続きをお願いいたします。

・継続料 1,100円（18歳以下550円、70歳以上無料）

※一日体験講座は掲載していません。ホームページをご覧ください。

【東急教室】

札幌市中央区北4条西2丁目1

さっぽろ東急百貨店 10階


講座名
講師
曜日・時間
受講料金（回数）
■ 東急教室：札幌市中央区北4条西2丁目1 さっぽろ東急百貨店 10階
教養

「ベートーヴェン」第九の歌詞（歓喜に寄せて）と音楽の完全詳解	多田 圭介	第4(水)13:00-14:30	9,900円(3)
クラシック音楽鑑賞講座	佐川 由紀緒	第3(火)18:00-19:30	13,200円(5)
そこが知りたい！日本の歴史	加藤 敬一	第4(土)13:00-15:00	7,920円(3)
楽しい朗読	五十嵐 和子	2・4(木)13:00-15:00	17,160円(6)
	五十嵐 和子	2・4(金)13:00-15:00	17,160円(6)
月1回の朗読レッスン	安藤 千鶴子	第3(木)13:00-15:00	12,540円(3)
身体と声とことばのレッスン	萬崎 由美子	第2(火)13:30-15:00	21,780円(6)
文学で知る韓国	千 永柱 (チョン ヨンジユ)	第4(水)13:00-14:30	17,820円(6)
北海道おもしろ人物史	佐々木 信恵	第2(火)11:00-12:00	7,590円(3)
朗読を楽しむ【安藤教室】	安藤 千鶴子	1・3(土)10:30-12:00	15,840円(6)
朗読を楽しむ【安藤教室】6カ月講座	安藤 千鶴子	2・4(土)10:30-12:00	15,840円(6)
朗読を楽しむ【河原教室】	河原 多恵子	2・4(水)10:30-12:00	15,840円(6)
やさしい手話	若浜 ひろ子ほか	1・3(月)13:30-15:00	20,460円(6)

文学

『源氏物語』を読む（火曜クラス）	畠山 瑞樹	第4(火)10:30-12:00	8,580円(3)
『源氏物語』を読む（木曜クラス）	畠山 瑞樹	第2(木)10:30-12:00	8,580円(3)
『枕草子』を読む	畠山 瑞樹	第4(木)10:30-12:00	8,580円(3)
いまこそ出会いたい 日本文学の名作たち	中澤 千磨夫	1・3(水)14:30-16:00	15,950円(5)
かをりの俳句塾	松王 かをり	第4(土)10:30-12:30	9,900円(3)
はじめての 俳句のたのしみ	辰巳 奈優美	1・3(水)10:30-12:10	11,000円(5)

みんなで川柳	浪越 靖政	2・4(月)13:30-15:30	10,450円 (5)
升井純子の「楽しく童話を書こう」(経験)	升井 純子	1・3(金)13:00-14:30	17,820円 (6)
升井純子の「楽しく童話を書こう」(入門)	升井 純子	1・3(金)15:00-16:30	17,820円 (6)
小説創作教室	吉井 よう子	第1(木)10:30-12:00	14,520円 (6)
心豊かにエッセー教室	吉井 よう子	第3(木)10:30-12:00	14,520円 (6)
日本現代文学の教室-谷川俊太郎編一全4回	中村三春	1・3(月)13:30-15:00	11,880円 (4)
文章教室～人に伝える力を身につけよう～	佐々木 信恵	2・4(火)13:00-14:30	14,520円 (6)

語学

【90分】英語力&発音トレーニング①	Nobue	第2(土)13:00-14:30	16,170円 (3)
【90分】英語力&発音トレーニング②	Nobue	第2(土)14:45-16:15	16,170円 (3)
100語で話そう英会話	Nobue	1・3(金)11:45-12:45	19,140円 (6)
なるほどなっとく! 英会話	Nobue	1・3(土)13:00-14:00	19,140円 (6)
英会話プライベートレッスン	Nobue	1・3(土)14:10-14:40	21,780円 (6)
	Nobue	1・3(土)14:45-15:15	21,780円 (6)
お仕事帰りの韓国語初級①【金】	金 明徹 (キム・ミンチョル)	月3(金)18:30-20:00	24,750円 (9)
楽しい韓国語会話初級②【金】	金 明徹 (キムミンチョル)	2・4(金)13:30-15:00	16,500円 (6)
はじめてのハングル読み書き	千 永柱 (チョン ヨンジュ)	月3(水)13:00-14:30	20,790円 (7)
はじめてのハングル読み書き(夜クラス)	千 永柱 (チョン ヨンジュ)	月3(火)18:30-20:00	26,730円 (9)
文学から学ぶ韓国語	千 永柱 (チョン ヨンジュ)	月3(木)18:30-20:00	26,730円 (9)
フリートークで楽しく! 英会話	イブリン・チアマカ ほか	毎週(土)10:30-11:40	29,040円(12)
ステップアップ英会話	イブリン・チアマカ ほか	毎週(土)12:00-13:10	29,040円(12)
韓国語初級①【朴】	朴 権浩 (パク クォンホ)	月3(水)15:00-16:30	24,640円 (8)
基礎からのレディース英会話	ラウラ・パントー ほか	毎週(木)10:30-12:00	29,040円(12)
旅行英会話 実践編	ラウラ・パントー ほか	1・3(木)13:00-14:10	14,520円 (6)
旅で学ぶ仏検3級	フランソワ・ラベイ	1・3(水)18:40-19:40	12,650円 (5)

書道

やさしいペン字	松浦 珠美	1・3(水)10:30-12:00	10,450円 (5)
	松浦 珠美	1・3(水)12:15-13:45	10,450円 (5)
わでん伝筆(つてふで)講座	春日 浩子	第4(金)10:30-12:00	7,590円 (3)
己書幸座(おのれしよこうざ)	三浦 房子	第4(水)11:00-12:30	7,590円 (3)
	三浦 房子	第4(水)13:30-15:00	7,590円 (3)
実用の書とボールペン字	田中 蒼潤	1・3(火)18:30-20:00	12,540円 (6)
実用ペン習字	豊田 美由紀	月3(月)10:30-12:00	17,820円 (9)
小筆・筆ペン・ボールペン字	高橋 麗仙 ほか	2・4(木)13:00-14:20	13,860円 (6)
	高橋 麗仙 ほか	2・4(木)14:30-15:50	13,860円 (6)

総合書道	阿部 雅扇	毎週(木)10:30-12:30	23,760円(12)
大人の書道	小比賀 秋水	2・4(木)12:50-14:20	17,820円 (6)
日ペン美文字講座	田苗 恵 (恵華)	2・4(金)15:30-17:00	12,540円 (6)
日ペン美文字講座 (夜)	田苗 恵 (恵華)	2・4(金)18:00-20:00	12,540円 (6)
絵画			
えんぴつと透明水彩で楽しく「いま」を描く	鈴木 いずみ	1・3(水)13:00-15:00	14,300円 (5)
鉛筆で表現するデッサンの世界	後藤 さやか	第4(月)10:30-12:30	9,240円 (3)
はじめての日本画	池田 さやか	2・4(火)10:30-12:30	17,160円 (6)
植物画 (ボタニカルアート)	松島 望夜子 (ほか)	2・4(金)10:30-12:30	14,520円 (6)
心と心をつなぐ絵手紙	箕浦 尚美	第2(月)13:00-15:00	7,590円 (3)
	箕浦 尚美	第1(金)11:00-13:00	7,590円 (3)
水墨画	千葉 晃世	1・3(金)13:00-15:00	15,180円 (6)
下絵からつくる切り絵教室	八角屋	1・3(木)18:30-20:00	14,520円 (6)
八角屋のちんたら切り絵	八角屋	第2(木)18:30-20:00	9,240円 (3)
八角屋の切り絵教室 [入門]…2026年4月開講…	八角屋	2・4(木)18:30-20:00	15,400円 (5)
お花			
HANAYASU 季節のテーブルフラワー	清水 さくら	第2(火)18:30-19:30	7,590円 (3)
HANAYASU 季節の花束づくり	清水 さくら	2・4(火)13:30-14:30	15,180円 (6)
	清水 さくら	第2(火)15:00-16:00	7,590円 (3)
	清水 さくら	第4(火)15:00-16:00	7,590円 (3)
HANAYASU 贅沢な花束	清水 さくら	第1(火)10:30-12:00	10,890円 (3)
peonyの 花と暮らす * おしゃれ雑貨作り	後藤 さやか	第1(火)13:00-15:00	10,230円 (3)
お花専科(いけば花、フラワーアレンジ、プリザーブドフラワーまで)	奥 祥華 (ほか)	1・3(金)10:30-12:00	12,540円 (6)
	奥 祥華 (ほか)	1・3(金)17:30-19:30	12,540円 (6)
プリザーブドフラワーアレンジ	奥 祥華 (ほか)	第1(金)10:30-12:00	6,270円 (3)
花レッスン«草月流いけばな・アレンジメント» 初等	井浦 千文	2・4(木)18:00-19:40	13,200円 (6)
チャットテラスのプリザでお花あそび【アドバンス】	谷 美佐枝	第3(金)13:30-15:00	10,890円 (3)
	谷 美佐枝	第3(金)15:00-16:30	10,890円 (3)
チャットテラスのプリザでお花あそび【ベーシック】	谷 美佐枝	第3(金)13:30-15:00	7,590円 (3)
	谷 美佐枝	第3(金)15:00-16:30	7,590円 (3)
チャットテラスの花くらぶ【アドバンス】	谷 美佐枝	第1(木)13:00-14:00	10,890円 (3)
	谷 美佐枝	第1(木)14:30-15:30	10,890円 (3)
チャットテラスの花くらぶ【ベーシック】	谷 美佐枝	第2(土)15:00-16:00	10,890円 (3)
	谷 美佐枝	第1(木)13:00-14:00	7,590円 (3)
	谷 美佐枝	第1(木)14:30-15:30	7,590円 (3)

	谷 美佐枝	第2(土)15:00-16:00	7,590円(3)
なげ入れ花教室	加藤 マチ子	第3(木)13:00-15:00	14,520円(6)
小原流いけばな	島田 宏子	月3(木)10:30-12:00	18,810円(9)
草月流いけばな	池田 好佳	2・4(木)13:00-15:00	15,180円(6)
池坊いけばな	笠井 眞弓	毎週(月)13:00-19:30	25,080円(12)

料理

はじめてのイタリアワイン	勝山 美幸	第1(土)13:00-14:20	21,780円(6)
はじめてのフランスワイン	勝山 美幸	第3(土)13:00-14:20	21,780円(6)
発酵&手仕事と麹生活(全3回)	勝山 美幸	第2(土)13:00-14:30	10,890円(3)
世界の紅茶を楽しむ	出口 ゆかり	第3(月)13:00-14:30	8,250円(3)

手工芸

くまぐまディベアレッスン	藤澤 保子	第4(土)13:00-15:00	10,890円(3)
	藤澤 保子	第4(土)15:30-17:30	10,890円(3)
タティングレース	大坂 加奈美	第1(月)10:30-12:00	9,570円(3)
つまみ細工で作る世界 ~お花の蓋の小箱~	奈都	第4(水)13:00-14:30	7,920円(3)
ナチュラルパッチワークキルト	原 浩美	第2(金)10:30-15:30	12,870円(3)
パーチメントクラフト	藤部 志穂	2・4(月)13:30-15:00	15,840円(6)
バードカービング	森 俊夫	1・3(火)18:00-20:00	11,880円(6)
はじめての水引き	三上 ひろみ	第3(火)10:30-12:30	7,260円(3)
花刺繍で作る小もの	西腰 美姫	第4(金)12:50-14:50	12,540円(3)
	西腰 美姫	第4(金)15:00-17:00	12,540円(3)
彩りのリボン刺繍	橋本 里絵子	第2(水)13:00-15:00	9,240円(3)
手織りで作る小物	小林 裕子	1・3(火)10:30-12:00	15,180円(6)
初めてのおりがみ	鈴木 一美	1・3(火)13:00-15:00	12,540円(6)
水引きでつくるアクセサリと水引細工	志摩 祥子	第3(月)10:30-12:30	7,920円(3)
津軽の針仕事 こぎん刺し	白戸 和子	第3(月)10:30-12:30	9,240円(3)
羊毛フェルト	すぎた まり	1・3(月)15:30-17:30	20,460円(6)
籐を編む	白岩 美知子	1・3(木)13:00-15:00	20,460円(6)
韓国の針仕事 ポジャギ【初級】	李 和優	第4(月)13:00-15:00	7,590円(3)

服飾

あみもの教室	太田 幸子	2・4(火)10:30-12:30	13,860円(6)
	太田 幸子	2・4(金)10:30-12:30	13,860円(6)
	太田 幸子	1・3(土)10:30-12:30	13,860円(6)
かぎ針編み	伊藤 詳子	2・4(月)10:30-12:30	13,860円(6)
	伊藤 詳子	2・4(火)13:00-15:00	13,860円(6)

基礎からのあみもの教室	きたがわ いくよ	1・3(水)10:30-12:30	13,750円 (5)
趣味			
ハーブ活用法	建部 久美子	第2(土)10:30-12:00	8,580円 (3)
はじめてのモダン盆栽	君島 信博	第2(水)13:00-15:00	10,230円 (3)
日本の野山の花のミニ盆栽	君島 信博	第3(金)10:30-12:30	20,460円 (6)
香道志野流	加藤 マチ子	第1(木)13:00-15:00	17,160円 (6)
若林浩樹のビギナーカメラレッスン(スマホでもOK)	若林 浩樹	第1(金)13:30-15:00	11,880円 (3)
若林浩樹のマスターフォトレッスン I	若林 浩樹	第3(火)13:00-15:00	23,760円 (6)
若林浩樹のマスターフォトレッスン II	若林 浩樹	第3(火)15:15-17:15	23,760円 (6)
初級スマホ教室 (全3回)	高橋 智美	第3(火)13:00-14:30	9,570円 (3)
中級スマホ教室 (全3回)	高橋 智美	第3(火)14:45-16:15	9,570円 (3)
女性のための健康マージャン (実践クラス)	蒲原史起 ほか	毎週(水)15:30-17:30	27,830円(11)
色のできれいの作り方【全4回】(5/9、23、6/13、27)	戸井 由貴子	2・4(土)10:30-12:30	16,720円 (4)
大人の美眉レッスン【全2回】(4/11、25)	戸井 由貴子	2・4(土)10:30-12:30	8,360円 (2)
対面で打つ楽しさを味わう囲碁教室「対局！囲碁レッスン」	荻原 恵理	第2(水)10:30-12:00	9,240円 (3)
気軽に夜の囲碁タイム	荻原 恵理	1・3(木)18:30-20:00	18,480円 (6)
音楽			
THE ウクレレ	福島 正雄	1・3(火)10:30-12:00	11,220円 (6)
	福島 正雄	1・3(火)13:00-14:30	11,220円 (6)
	福島 正雄	2・4(火)15:30-17:00	11,220円 (6)
	福島 正雄	2・4(火)18:30-20:00	11,220円 (6)
	福島 正雄	1・3(水)13:00-14:30	9,350円 (5)
	福島 正雄	1・3(水)14:45-16:15	9,350円 (5)
Yuukiの二胡レッスン	Yuuki	1・3(水)18:30-19:50	19,800円 (5)
	Yuuki	2・4(水)18:30-19:50	23,760円 (6)
ヴァイオリン・ヴィオラ (プライベートレッスン)	佐川 由紀緒	月3(金)17:00-19:45	36,630円 (9)
弦楽合奏	佐川 由紀緒	2・4(水)17:30-20:00	15,180円 (6)
ギター・プライベートレッスン (30分)【土曜・初級】	佐藤 寿一	毎週(土)15:15-17:45	30,360円(12)
ギター・プライベートレッスン (30分)【木曜・初級】	佐藤 寿一	毎週(木)15:30-18:30	30,360円(12)
楽しいギター・グループレッスン	佐藤 寿一	1・3(土)13:30-15:00	13,860円 (6)
	佐藤 寿一	2・4(土)13:30-15:00	13,860円 (6)
ジュニアヴァイオリン初級 (プライベートレッスン)	今井 いづみ	毎週(月)16:30-17:15	40,920円(12)
	今井 いづみ	毎週(月)17:30-18:15	40,920円(12)
ジュニアヴァイオリン中級 (プライベートレッスン)	今井 いづみ	毎週(月)18:30-19:30	44,880円(12)
たのしいオカリナ (初・中級)	椎名 春奈	1・3(金)11:20-12:20	19,140円 (6)

たのしいオカリナ (入門)	椎名 春奈	1・3(金)10:15-11:15	19,140円 (6)
ベイベーハープ	小野寺 みゆき	1・3(月)10:30-11:30	18,150円 (5)
	小野寺 みゆき	1・3(月)11:45-12:45	18,150円 (5)
	小野寺 みゆき	2・4(月)10:30-11:30	21,780円 (6)
ボーカル・プライベートレッスン	松倉 紀子	2・4(金)14:30-15:00	31,680円 (6)
	松倉 紀子	2・4(金)15:15-15:45	31,680円 (6)
みんなで日本の歌をうたいましょう	松倉 紀子	2・4(金)10:30-11:45	21,120円 (6)
昼活ボイトレ♪	松倉 紀子	2・4(金)13:00-14:15	21,120円 (6)
朝の音楽サロン	後山 美菜子 (ほか)	第2(水)11:00-12:00	17,050円 (5)
電子ピアノで楽しいプライベートレッスン	清水 幸江	1・3(火)15:00-15:25	19,800円 (6)
	清水 幸江	1・3(火)15:30-15:55	19,800円 (6)
	清水 幸江	1・3(火)16:00-16:25	19,800円 (6)
	清水 幸江	1・3(火)16:30-16:55	19,800円 (6)
	清水 幸江	1・3(火)17:00-17:25	19,800円 (6)
	清水 幸江	1・3(火)17:30-17:55	19,800円 (6)
	清水 幸江	1・3(火)17:30-17:55	19,800円 (6)
本山禎朗のJAZZピアノ	本山 禎朗	第4(火)11:00-12:00	10,230円 (3)
楽しく歌うジャズ・ラテン・ボサノバ・ポピュラーソング	小林 美由紀ほか	2・4(水)15:30-17:00	21,120円 (6)
カリンバ グループレッスン	カリンバ小僧 (鈴木)	第4(火)15:30-17:00	10,890円 (3)
邦楽			
琴・生田流	米田 哲子	月3(水)11:00-12:30	19,360円 (8)
初心者のための長唄・三味線	杵屋 弥三文	1・3(火)16:00-17:30	19,140円 (6)
長唄・三味線 [三味線コース]	杵屋 弥三文	2・4(火)18:00-20:00	19,140円 (6)
長唄・三味線 [長唄コース]	杵屋 弥三文	2・4(火)16:00-18:00	19,140円 (6)
健康			
お灸で簡単セルフケア	八木 麻子	第2(水)13:00-13:45	15,840円 (6)
お灸で簡単セルフケア	八木 麻子	第2(水)14:00-14:45	15,840円 (6)
ストレッチ&かんたんトレーニング	エマ	1・3(土)10:30-12:00	18,480円 (6)
タオルヨガ	藤原 和恵	月3(月)10:30-11:30	18,810円 (9)
ピラティス	六花	1・3(土)13:00-14:00	18,480円 (6)
食育フィットネス①	しほ	2・4(土)13:00-14:00	19,800円 (6)
食育フィットネス②	しほ	2・4(土)14:15-15:15	19,800円 (6)

フレイル予防

誰でもできる記憶術【全5回】(4/10、24、5/8、22、6/12)	小野 泰弘	2・4(金)15:30-17:30	8,800円 (5)
関節トレーニング	藤部 志穂	2・4(水)10:30-12:00	17,820円 (6)
英語音読de脳トレ	Nobue	1・3(金)10:30-11:30	19,140円 (6)
指を動かして若返り♪ そろばんで脳トレ	加藤 だいごう	第3(水)10:30-12:00	9,240円 (3)

「フレイル」とは?

健康と要介護状態の中間の段階のことです。年齢を重ねて心身の活力や生活機能が低下するフレイル（虚弱）は、運動・栄養・口腔・社会性など様々な面における衰えが組み合わさって進んでいくとされます。

【受講に関するお知らせ】

◆道新文化センター受講規約及び個人情報の取り扱いについてはホームページをご覧ください。

- ・記載している受講料金は原則3カ月分の受講料と運営管理費（一部講座では会場使用料）の合計です（一部短期や6カ月の講座もあります）。
- ・3カ月分の受講料金を記載していますが、ほとんどの講座が続けて受講していただける講座です。
- ・受講料金は前納制です。3カ月分または6カ月分をお支払いください。
- ・別途教材費、団体傷害保険料などが必要な講座がございます。
- ・期の途中から受講される場合は、残り回数分をお支払いください。
- ・カリキュラムの都合上、途中受講できない講座がございます。
- ・お申し込みは先着順です。満席になりましたら募集を締め切ります。
- ・掲載講座でも満席になった場合にはお申しいただけません。
- ・開講最低人数に満たない場合や講師の都合により、開講を延期または中止することがあります。
- ・新規受付ができない進級クラスなどは掲載していません。
- ・ご予約から10日以内に窓口でお支払いをお願いします。
- ・ご予約期間が過ぎるとご予約をキャンセルさせていただく場合がございます。
- ・祝日などで講座回数・受講料金が変更となる場合がございます。
- ・講師、会場の都合により、日程や時間の変更や講師の体調不良などで代行講師となることがあります。
- ・【社外】と記載のある講座は別会場での開催となります。
- ・屋外で開講する講座は「野外講座参加申込にあたっての誓約書」と「出発前チェックリスト」をご提出いただきます。
- ・受講を中止する場合は、受付窓口にてお手続きをお願いいたします。

（抜粋）詳細は道新文化センター受講規約をご覧ください。

入会と受講のご案内

〈道新文化センター受講規約〉



マナビのトビラ

札幌教室

Vol.1 2026 SPRING

2026年4月～開講

本と音楽 精神と暮らし 音楽と学び直し

親指で奏でる 癒やしの音色
「カリンバグループレッスン」 **NEW**

親 指で金属製のキーをはじくと、木製やアクリル製のボディに澄んだ音が共鳴し、オルゴールのような優しい音色を奏でるカリンバ。約3000年前のアフリカにルーツを持つとされ、2020年に人気ゲーム「あつまれ どうぶつの森」に登場したことをきっかけに注目が集まりました。コロナ禍の“おうち時間”に寄り添う手軽な楽器として人気広がったとも言われています。

標準的な「17音カリンバ」は単行本ほどのコンパクトサイズで、軽く持ち運びしやすいのが特長。楽器店などで3000円ほどから購入でき、始めやすいのも魅力です。

講師は「カリンバ小僧」として活動する鈴木隆太先生です。講座では「きらきら星」などの童謡から始め、慣れてきたらJ-POPやジブリ作品にも挑戦します。簡単な曲なら1回のレッスンで弾けることもあり、鈴木先生は「楽譜が読めなくても大丈夫。初心者の方も安心して参加してください」と話します。

心地よい響きに弾く人も聴く人も癒やされるカリンバ。家族の誕生日会で演奏したり、SNSに動画を投稿したりと、日常の中でさまざまに楽しめます。

【日時】 第4火曜 15:30～17:00 【受講料】 4～6月(3回) 10,890円 【教材費】 楽譜集 1,870円 【対象】 18歳以上
【講師】 カリンバ小僧(鈴木隆太) / 札幌を拠点に道内各地でカリンバを指導、YouTubeに演奏動画を多数投稿している。

「カリンバを演奏する人を増やしていきたい」と話す講師の鈴木さん

木製の17音カリンバ

詳細・申し込みはこちら▶



マナビのひと

1978年から道新文化センターで最も長い指導歴を誇る奥先生。現在は札幌・滝川・旭川教室で「池坊光明流清美会いけ花」などの講座を担当し、生け花とフラワーアレンジメントの指導にあたっています。

奥先生が生け花を始めたのは小学校3年生のとき。高校1年生の頃には、すでに講師を任されるまでになっていました。80年には、当センターの交流事業で訪れたハワイでフラワーアレンジメントと出合います。当時の北海道ではまだ珍しく、東京まで通って技術を習得し、その魅力を道内に広めてきました。

「好きだから続けられた」と奥先生。教室には、結婚や出産などの理由で一度離れても、再び戻ってくる受講生も多いそう。花と向き合う真摯な姿勢と温かな人柄が、多くの人に愛されています。

華道池坊光明流清美会代表
おく しょうか
奥 祥華 さん



「お花専科」
「プリザーブドフラワー」
講師 奥祥華