

趣味も 資格も あなたの学びたいがきっと見つかる!

やまがた文化センター

入会金2,160円 ●ペア入会 1名1,080円 ●2講座同時入会無料!
●65才以上の方は証明書(免許証や保険証など)持参で1,080円

1ヶ月ごとの月謝制 休講制度あり ※当スクールがナナの特典 体験料540円 ※材料代が必要な講座あり ※対象外の講座もあり

受講生募集

(023)642-9268

山形市役所から徒歩3分 ここだよ!

山形市七日町2丁目7-10
ナナ・ビーンズ2F
FAX023-642-9272

メールでもお問合せ頂けます。

✉ yamagata.bunka@ytlbldg.jp

●受付営業時間/
月～金曜日(10:00～19:30)
土 曜 日(10:00～18:30)
●受付定休日/日曜日・祝日
※託児ルーム「子育てランドあへべ」さんが4Fにあります。(有料)



新講座案内

開講人数までお待ちいただくこともございます。



なつかしい歌をうたう

昔の流行歌や童謡などなつかしい歌をみんなで楽しくうたいましょう。

●第1・3(木)
14:00～15:00
●月2回/2,160円
●講師:海出智和子



ハワイアンキルト

ハワイの植物モンスター模様の生地をタペストリーやポーチバックなどオリジナルティあふれる作品をつくりまします。

●第2・4(木)13:30～15:30
●第2・4(水)18:30～20:30
●月2回/3,240円 ●講師:山口千佳子



ベビーマッサージ/ベビースキンケア

肌と肌のふれあいで親子の絆を深め、赤ちゃんの成長発達をうながし、便秘や夜泣きの解消にもつながります。赤ちゃんのデリケートな肌を守りましよう。

●第1・3(水)10:30～12:00
●月2回/3,780円
●講師:青木梓 (ロイヤルセラピスト協会認定講師)



シニア3B体操

ボールを使って血行を改善。ペルを使って背筋を強化。ペルターを使って足のストレッチ。楽しく体を動かして心と体の両面から美しくなりましよう。

●第1・2・3(火)9:50～10:50
●月3回/4,860円
●講師:鈴木幸子 (日本3B体操協会)



ラテン社交ダンス

基本を意識しながらの簡単なステップでのペアダンスです。美容と健康に、ラテンのリズムに乗って楽しく踊りましよう。

●第2・3・4(木)18:30～19:30
●第2・3・4(金)14:00～15:00
●月3回/3,780円 ●講師:黒田敏雄



海外旅行英会話

海外で出くわす、空港の関税やホテル・レストラン・ショッピングの場面を実際に演じながら、リズムダンス、ストレッチで身体をほぐし、英語の歌でイントネーション・リンキング・発音を楽しみまします。

●第2・4(木)14:00～15:00
●月2回/3,240円
●講師:松田理喜子



若い方から中高年まで 太極舞

中国の伝統舞術や民族舞踊の要素を取り入れ、足腰の筋力強化・血行促進・気の流れを良くします。

●第1・2・3(月)
11:00～11:45
●月3回/3,780円
●講師:小林恵理子



シニア向けリズムダンス

歌謡曲や外国の音楽など軽快なリズムに合わせて踊ります。やさしい踊りなので誰でもチャレンジでき楽しめます。

●第1・2・3(水)
11:00～12:00
●月3回/3,240円
●講師:佐藤正子



クラシックギター

「禁じられた遊び」や「月光」アルハンブラの思い出」など悲しい曲から、あまくせつないメロディーをあなたにも弾けるようになります。

●第2・4(水)13:00～
●月2回/3,780円
●講師:井上道子



クラフトバンド(紙ひも)

牛乳パックや古紙から再生された環境にやさしいリサイクル素材の紙バンドでカゴやケースなどを作ります。

●第2・4(火)
10:00～12:00
●月2回/3,780円
●講師:石山真弓



ヨガ・ピラティス

ヨガ・ピラティスをベースにしたマットエクササイズ。全身の筋強化、柔軟性、バランス能力を高め、姿勢を改善、健康増進を図ります。

●毎週(水)19:40～20:40
●月4回/3,780円 ●講師:小林恵理子



こどもそろばん

計算力や暗算力とともに集中力を養います。日商の珠算検定合格をめざします。
対象:幼稚園年長～中学生位迄

●第1・2・3(土)10:00～11:00
●月3回/3,780円(教材費別)
●講師:佐藤米子



中高年向け演劇

大きな声を出して発声練習をしたり、体で演技をしたりでストレス発散とストレッチ効果あり。演じることの楽しさは格別です。サークルのように気軽にやりましよう。

●第1・3(土)10:00～11:00
●月2回/3,240円 ●講師:金澤妃呂子



みちのく刺し子

山形の伝統的工芸品の1つです。刺し子は布を重ね合わせて刺し縫いをしたもので、新しい感覚で伝統的な模様を取り入れた小物、生活雑貨なども作ります。

●毎週(火)10:00～12:00
●月4回/4,860円 ●講師:小林和子



LOCK&HIPHOP

ヒップホップ、ハウスの初歩的なステップ&リズムからレッスンします。

●毎週(火)19:30～20:30
●1レッスン/1,080円
参加回数選べます ●講師:加藤由依子



キッズヒップホップダンス

ヒップホップの曲に合わせて楽しく踊ることによって、リズム感や表現力が身につきます。
対象:5才位～10才位迄

●第1・2・3(土)13:00～14:00
●月3回/3,240円
●講師:鈴木ゆみ子 (ダンススタジオMPF主宰)



中高年の方へ おすすめ パソコン教室

楽々(ラクラク)パソコン

- 第1・2・3(土)10:30～12:00(1時間30分)
- 月3回/3,780円(教材費別)

Word(ワード)とExcel(エクセル)

- 第1・3(土)13:00～15:00(2時間)
- 月2回/3,780円(教材費別)

インターネット・メール・パワーポイント・アクセスなど

- 第2・4(土)13:00～15:00(2時間)
- 月2回/3,780円(教材費別)



入会金2,160円
+1ヶ月分の月謝で
スタートできます



独立開業ができる

国家資格

講義式授業 10ヶ月講座

社会保険労務士

- 開講日/平成27年11月開講予定
- 日程/毎週水曜日18:30～21:00

こども向けおすすめ講座

キッズヴォイストレーニング

大きな声でのびのびうたいましょう。正しい発声法をお伝えよう。

- 毎週(火)(水)(土) 時間は講師と相談
- 月4回/4,860円
- 講師:海出智和子

個人指導30分

こども書道(小学生まで)

こどものうちに美文字の書き方を身につけよう。

- 毎週(月)(火) 13:00～17:00 18:00～20:00(内1時間)
- 月4回/4,860円
- 講師:斎藤好子、矢萩和子

こどものピアノ

ピアノの基本レッスンからスタート

- 毎週(月)12:30～21:00
- 講師:鈴木温子
- 毎週(水)15:00～21:00 (金)17:00～21:00
- 講師:太田美香子
- 毎週(木)12:30～21:00
- 講師:長沢紀子

個人指導30分

- 時間帯は講師と相談
- 月4回/7,020円

こどもギター

ギターの音色は、人々に感動を与えます。こどもの感性を豊かに。基本から正しいに指導します。

- 曜日、時間は講師と相談
- 月4回/5,400円
- 講師:渡邊晋之介

個人指導30分

カルチャー・パソコン・音楽・フィットネス

裏面もかならずご覧下さい。(多数講座掲載)

やまがた文化センター

山形市七日町2丁目7-10 ナナ・ビーンズ2F

☎023-642-9268

※受講料には消費税(8%)が含まれております



キッズ講座

ダンス・書道・ギター
ヴォイトレ・ピアノ

文化・教養講座

墨・花・手芸

書道・かな書道

趣味として楽しみたい方から「一芸」を身につけたい方にお勧め。段級制度あり。

- 毎週(月)・(火) 13:00～17:00 (内1時間) 18:00～20:00
- 月4回／5,400円
- 斎藤好子・矢萩和子



ペン字

読みやすく、筆順の正しい・美しい文字を学びます。書写技能検定を受検できます。

- 毎週(月)・(火) 13:00～17:00 (内1時間) 18:00～20:00
- 月4回／5,400円
- 斎藤好子・矢萩和子



こども書道

対象 小学生

正しい姿勢で字を丁寧に書く習慣を身につけます。美しい文字は一生の宝です。

- 毎週(月)・(火) 13:00～17:00 (内1時間) 18:00～20:00
- 月4回／4,860円
- 斎藤好子・矢萩和子



こどもギター

アコースティックギターの基礎からやさしく丁寧に指導します。

- 毎週(水)・(土) 曜日・時間は講師と相談
- 月4回／5,400円
- 渡邊晋之介



キッズヴォイストレーニング

大きな声でのびのびうたいましょう。正しい発声法をおぼえよう。

- 毎週(火)・(水)・(土) 曜日・時間は講師と相談
- 月4回／4,860円
- 海出智和子



こどものピアノ月

対象 3歳～

音符の読み方からやさしく丁寧に指導します。音楽の楽しさを教えます。

- 毎週(月) 12:30～21:00
- 月4回／7,020円
- 鈴木温子



こどものピアノ水金

対象 3歳～

音符の読み方からやさしく丁寧に指導します。聴音などもとり入れます。

- 毎週(水) 15:00～21:00 (金) 17:00～21:00
- 月4回／7,020円
- 太田美香子



こどものピアノ木

対象 3歳～

音符の読み方からやさしく丁寧に指導します。リズムカードなどもとり入れます。

- 毎週(木) 12:30～21:00
- 月4回／7,020円
- 長沢紀子



フィットネス講座

エクササイズ・ヨーガ・ピラティス
フラダンス・HIPHOP・ダンス

伝統的インドヨーガ

体験

伝統あるヨーガのポーズを楽しみ、呼吸法で内臓から美しく健康に。

- 毎週(火) 14:00～15:00
- 月4回／3,780円
- 朝倉千代子



健康と美容のヨーガ

体験

各種のポーズ、呼吸法によって内臓強化、からだの歪み矯正などの効果をねらいます。

- 毎週(金) 11:00～12:00
- 月4回／3,780円
- 朝倉千代子



ヒップホップJAZZ

体験

ジャズの柔軟性にヒップホップのノリの入るダンスをカッコいい動きに

- 第1・2・3(土) 13:30～15:00
- 月3回／3,780円
- 鈴木ゆみ子



フィットネスフリースタイルコース

[11:00～21:45]までの講座から月4回自由に参加できます。

- 月4回／4,320円



音楽・朗読講座

ヴォイトレ・ギター・ピアノ
三味線・琴・舞踊・朗読

三味線・津軽三味線

初心者には三味線の持ち方・姿勢から指導します。独特の音色を味わって下さい。お子さんどうぞ。

- 第1・2・3(火) 18:00～(内30分)
- 月3回／6,480円
- 桂紀寿忠



お琴 楽器貸出可

さくら、月の沙漠、新曲、古曲など楽しく弾けます。お子さんどうぞ。

- 第1・2・3(水) 16:00～
- 月3回／5,400円
- 門川伶泉



日本舞踊

民謡・演歌から小唄・長唄まで好みに合わせて指導します。

- 毎週(月) 14:00～
- 月4回／3,400円
- 芙蓉由紀香



60才からの フラダンス

フラダンスは、腰痛予防や整腸効果を高め若さ維持に最適です。

- 毎週(水) 13:00～14:00
- 月4回／3,780円
- 金子万里子



運動不足解消にフラダンス

ストレッチを取り入れ、ハワイアンソングに合わせて踊ります。

- 第1・2・3(水) 15:00～16:30
- 月3回／3,780円
- 金子万里子



お仕事帰りのフラダンス

お仕事帰りにハワイアンソングに合わせて踊り、心も体も若々しく保ちましょう。

- 毎週(水) 18:30～19:30
- 月4回／3,780円
- 金子万里子



おとなのピアノ月

年齢に関係なくどなたでも弾けるようやさしく丁寧に指導します。

- 毎週(月) 12:30～21:00 (金) 17:00～21:00
- 月2回／4,320円
- 月4回／7,020円
- 鈴木温子



おとなのピアノ水金

ポピュラーな曲を取り入れ気軽に楽しめるよう指導します。

- 毎週(水) 15:00～21:00 (金) 17:00～21:00
- 月2回／4,320円
- 月4回／7,020円
- 太田美香子



おとなのピアノ木

レベルに合わせて好きな曲、弾いてみたい曲が弾けるよう指導します。

- 毎週(木) 12:30～21:00
- 月2回／4,320円
- 月4回／7,020円
- 長沢紀子



K-POPダンス

K-POPのリズムにのって楽しく踊ります。男性も大歓迎。

- 毎週(金) 20:00～21:00
- 月4回／3,780円
- MAY



LOCK&HIPHOP

ヒップホップ、ハウスの初歩的なステップ&リズムからレッスンします。

- 毎週(火) 19:30～20:30
- 1レッスン／1,080円
- 参加回数選べます。
- 加藤由依子



入会と受講のご案内

- ご入会の際は、入会金と受講料(1ヶ月分)をご用意下さい。
- 受講料は、1ヶ月ずつの前納制です。
- 一部材料費がかかる講座もあります。
- 休講制度があり、休講費のお支払いで会員のままお休みできます。
- 見学・体験ができます。事前にご予約が必要です。

詳しくは
受付まで、
お問合せ
下さい。

見学・体験受付中!

見学無料! 体験一回540円♪
お申込みはお電話にてどうぞ!

ろうどく(朗読)

聞き手に感動を与える読み方をそれぞれの個性に合わせて指導します。

- 第1・3(土) 11:00～12:00
- 月2回／2,160円
- 金澤妃呂子

