

夏休み企画

親子でパンづくり

日時●7月29日(日) 13:00~15:00
 受講料●1,000円(1回)
 材料費別1回1,000円
 対象●小中学生親子12組
 講師●芝 恵子
 料理研究家

夏休み企画

小学生のソーパークーピング ~夏休みの工作に~

日時●7月26日(木) 10:00~12:00
 受講料●1,000円
 材料費別1,000円
 講師●鈴木 真世
 バンコクマリサカカーピングスクール
 プロコース修了

日商簿記 3級受験対策

日時●9月7日(金)~10月30日(火)
 受講料●23,250円(15回)
 他に教材費 1,900円
 講師●疋田 進
 元星陵女子短期大学 講師

夏の 受講生 募集

どなたでも
受講できます

バランスボール エクササイズ

日時●第2・4月曜日 10:30~11:30
 受講料●6,180円(3ヵ月6回)
 講師●池田 由衣
 (一財)体力メンテナンス協会認定
 バランスボールインストラクター

一部無料体験・見学できない講座もありますので必ずお問い合わせください。

生花・フラワー

時=日時 料=受講料 講=講師

入会金なし

無料体験・見学随時できます!

※写真はイメージです。

いけ花 ●池坊

時 月曜日 18:30~20:30
 料 9,000円(3ヵ月10回)
 花材費別途
 講 竹内 幸 石川県いけばな連盟理事

いけ花 ●草月流

時 水曜日 18:00~20:00
 料 9,000円(3ヵ月10回)
 花材費別途
 講 西野 芳流 草月流師範会理事

いけ花 ●古流

時 木曜日 19:00~20:30
 料 9,000円(3ヵ月10回)
 花材費別途
 講 森川 理青 古流家元 廣岡 理樹社中

フラワーデザイン

時 第2・4土曜日 13:30~16:30
 料 10,800円(3ヵ月6回) 教材費別途20,000円
 講 津島 多美
 公益社団法人 NFD協会本部講師・試験審査員
 NFDウエディングフラワーインストラクター

音楽

歌謡講座

時 月曜日 18:30~20:00
 料 11,100円(3ヵ月10回)
 講 乙田 修三 日本作曲家協会会員
 沢田 玲子 乙田修三歌謡研究所所属

カラオケ歌謡

時 木曜日 18:30~20:00
 料 11,100円(3ヵ月10回)
 講 有沢 美智子
 乙田修三歌謡研究所 ミュージックアドバイザー

たのしいハーモニカ

時 第2・4金曜日 10:30~12:00
 料 6,180円(3ヵ月6回)教材費実費
 講 猿谷 朗子
 ハーモニカ振興会認定講師

始めようハーモニカ

時 第2・4火曜日 19:00~20:30
 料 6,180円(3ヵ月6回)教材費実費
 講 田井 敏昭
 ハーモニカ振興会認定指導員

料理

見た目も美味しいおもてなし料理

時 第3木曜日 18:30~20:30
 料 6,480円(6ヵ月6回)材料費1,200円/1回
 講 安田 恵利子 青木クッキングスクール
 NPO日本食育インストラクター

家庭で作る毎日のおかずレシピ

時 第1木曜日 18:30~20:30
 料 6,480円(6ヵ月6回)材料費1,000円/1回
 講 安田 恵利子 青木クッキングスクール
 NPO日本食育インストラクター



たのしいカーピング

時 第2木曜日 18:30~20:00
 料 6,180円(6ヵ月6回)材料費3,000円(6回)
 講 鈴木 真世
 バンコクマリサカカーピングスクール
 プロコース修了

芸術

写真

時 金・日曜日 18:30~20:30
 料 6,180円(3ヵ月6回) ※屋外撮影日あり
 講 中川 宏治
 風景写真家

絵画 ●初めての絵画(スケッチ・パステル・水彩・油彩)

時 第2・4土曜日 10:30~12:00
 料 6,180円(3ヵ月6回)
 講 菊谷 達史
 金沢美術工芸大学院油画コース修了
 第18回 岡本太郎現代美術展入選

絵画 ●油彩画

時 土曜日 13:30~15:30
 料 9,500円(3ヵ月10回)
 講 菊谷 達史
 金沢美術工芸大学院油画コース修了
 第18回 岡本太郎現代美術展入選

日本画・水彩画

時 木曜日 18:30~20:30
 料 9,500円(3ヵ月10回)
 講 下村 洋人
 日展会友

伝統

茶道 ●裏千家

時 火曜日 10:30~12:00
 料 9,000円(3ヵ月9回)
 教材費別途
 講 竹内 宗雪 茶道裏千家正教授

茶道 ●裏千家

時 金曜日 18:30~20:30
 料 11,400円(3ヵ月12回)
 教材費別途
 講 蔵 宗里/坂口 宗佳 茶道裏千家大島宗器社中

実用書道

時 水曜日 18:30~20:30
 料 11,550円(3ヵ月11回)教材費別途
 講 中田 幸子
 日展会友

書道

時 月曜日 18:30~20:30
 料 11,400円(3ヵ月12回)
 講 角 秀嶺
 石川県書美術連盟会員

受講のご案内

- 当館駐車場をご利用の受講生は、割引を受けることができます。(割引後は入庫時より1時間無料、以後1時間ごとに100円必要となります。)
- 受講料には、教材・材料費等は含まれておりません。(消費税は含まれております。)

- 受講の際は、受付に受講料を添えてお申し込みください。(事前に電話予約できます。)
- お申し込み人数が少ない場合は、やむを得ず講座を中止することがあります。
- 期間表示のない講座は年間を通して行っておりますが、途中入講できます。

お申込み・お問合せ

駐車場190台(割引あり)

金沢駅から徒歩10分

金沢勤労者プラザ TEL.076-221-7771

〒920-0022 金沢市北安江3-2-20 FAX(076)221-7991
 開館時間/9:00~21:00(日曜・祝日は9:00~17:00)
 休館日/毎月第1火曜日、年末年始(12月29日から1月3日)

詳しくはホームページもご覧下さい
 きんぷら
<http://www.kinpura.com>



裏面もご覧下さい▶▶▶

夏の受講生募集

語学



初めての英会話入門

時 木曜日 15:30~17:00
料 11,000円(3か月11回)
講 大嶋 キャサリン
フリーランスイングリッシュティーチャー

やさしい英会話

時 金曜日 15:30~17:00
料 11,000円(3か月11回)
講 大嶋 キャサリン
フリーランスイングリッシュティーチャー

チャレンジ英会話

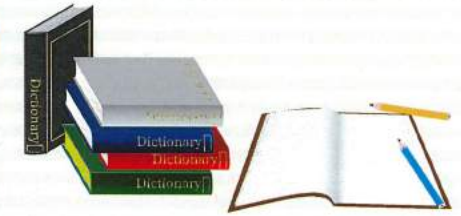
時 木曜日 19:00~20:30
料 11,880円(3か月11回)
講 マリアテシー 森
フリーランスイングリッシュティーチャー

韓国語 ●入門

時 金曜日 19:00~20:30
料 9,350円(3か月11回)教材費別途
講 李 一 烈(イイルヨル)
元石川県立向陽高等学校 韓国語講師

韓国語 ●初・中級

時 水曜日 19:00~20:30
料 9,350円(3か月11回)教材費別途
講 金 善 亨(キムスンヒ)
元遊学館高等学校 韓国語講師



ダンス

社交ダンス ●初級

時 水曜日 13:30~15:00
料 10,230円(3か月11回)
講 岡田 みゆき
石川県ダンス教師協会会員

社交ダンス ●中級

時 水曜日 19:00~20:30
料 10,230円(3か月11回)
講 岡田 みゆき
石川県ダンス教師協会会員

フラダンス

時 木曜日 13:30~14:45
料 11,160円(3か月12回)
講 奥永 有里
マオリ フラストアジオ

ヒップホップ・ダンスサイズ

時 土曜日 10:30~12:00
料 9,960円(3か月12回)
講 優香♡OMICHI
Dance Z♡ne Y♡u

ダンスサイズ・ジャズ

時 土曜日 13:00~14:30
料 9,960円(3か月12回)
講 優香♡OMICHI
Dance Z♡ne Y♡u

やさしいピラティス

時 月曜日 9:15~10:45
料 11,160円(3か月12回)
講 西村 智子
FTP認定ピラティスインストラクター

ピラティス

時 月曜日 10:50~12:20
料 11,160円(3か月12回)
講 西村 智子
FTP認定ピラティスインストラクター

美と健康



ビューティーエクササイズ

時 木曜日 10:00~11:30
料 9,600円(3か月12回)
講 西村 智子
(公社)日本3B体操協会インストラクター

ピラティス

時 火曜日 10:00~11:30
料 9,300円(3か月10回)
講 西村 智子
FTP認定ピラティスインストラクター

ピラティス

時 木曜日 19:00~20:30
料 11,160円(3か月12回)
講 西村 智子
FTP認定ピラティスインストラクター

みんなで歌おうリトミック

時 第2・4火曜日 10:00~11:30
料 6,480円(3か月6回)
講 鈴木 真世
音楽療法士 介護予防指導士

優しい太極拳

時 火曜日 19:00~20:30
料 8,370円(3か月9回)
講 清水 啓紀
日本武術太極拳連盟公認指導員

リズム&ストレッチ

時 水曜日 10:00~12:00
料 9,600円(3か月12回)
講 池本 いく子
日本体育協会公認スポーツ(体操上級)指導員

エアロビクス

時 水曜日 18:30~20:00
料 9,600円(3か月12回)
講 浦山 外茂子
SSDフィットネス講師

ヨガ ●リフレッシュ

時 月曜日 19:00~20:30
料 10,200円(3か月12回)
講 佐藤 愛子
SSDフィットネス講師

ヨガ ●リラックス

時 水曜日 10:30~12:00
料 10,200円(3か月12回)
講 大崎 めぐみ
SSDフィットネス講師

ヨガ ●ストレス解消

時 水曜日 18:30~20:00
料 10,200円(3か月12回)
講 大崎 めぐみ
SSDフィットネス講師



ヨガ ●ナチュラル

時 木曜日 10:30~12:00
料 10,200円(3か月12回)
講 勝田 夕佳
SSDフィットネス講師

ヨガ ●ナチュラル

時 木曜日 19:00~20:30
料 10,200円(3か月12回)
講 佐藤 愛子
SSDフィットネス講師

ヨガ ●ソフト

時 土曜日 10:30~12:00
料 10,200円(3か月12回)
講 木本 信子
SSDフィットネス講師

ヨガ ●整体

時 土曜日 13:30~15:00
料 10,200円(3か月12回)
講 幸道 明美
SSDフィットネス講師

キッズ



トランポリン(入門~競技者まで)

時 水・木曜日 16:45~18:45
料 6,400円(1か月8回)
講 中島 恵美子
(公財)日本体操協会トランポリン公認指導員

やさしいトランポリン

時 火曜日 16:30~18:00
料 1,890円(1か月3回)
講 田崎 美穂子/豊後 歌子
(公財)日本体操協会トランポリン公認指導員

やさしいトランポリン

時 金曜日 16:30~18:00
料 2,520円(1か月4回)
講 田崎 美穂子/豊後 歌子
(公財)日本体操協会トランポリン公認指導員

キッズサッカー ●4才~小学6年

時 月曜日 17:30~18:30
料 9,600円(3か月12回)
講 葛巻 真迪
(公財)日本サッカー協会 公認コーチ

キッズダンス ●幼児・低学年

時 土曜日 15:30~16:30
料 8,800円(3か月11回)
講 梅木 まさみ
SSDフィットネス講師

キッズダンス ●中・高学年

時 土曜日 16:30~17:30
料 8,800円(3か月11回)
講 梅木 まさみ
SSDフィットネス講師

無料体験・見学随時できます。(一部無料体験・見学できない講座もあります)ので必ずお問い合わせください。

※写真はイメージです。
時=日時 料=受講料 講=講師

裏面もご覧下さい▶▶▶