

2026年

いけ花 ● 池坊

日 時 月曜日 18:00～20:00
 受講料 9,200円(3ヵ月10回) 花材費別途
 講 師 黒柳 治榮子
 華道家元池坊総華督(蘊奥相伝)

いけ花 ● 草月流

日 時 水曜日 ①14:00～16:00
 ②18:00～20:00
 受講料 ① 5,520円(3ヵ月 6回)
 ② 9,200円(3ヵ月10回) 花材費別途
 講 師 西野 芳流
 草月流師範会理事

いけ花 ● 古流

日 時 木曜日 18:30～20:00
 受講料 9,200円(3ヵ月10回) 花材費別途
 講 師 森川 理青
 古流家元 廣岡 理樹社中

フラワーデザイン

日 時 第2・4土曜日 13:30～16:30
 受講料 10,980円(3ヵ月6回) 花材費別途
 講 師 津島 多美
 NFDウェディングフラワーインストラクター

冬の
受講生
募集

音 楽 ・ 芸 術

入会金なし

無料体験・ご見学随時できます！

※一部講座除く

時 =曜日・時間 料 =受講料 講 =講師
 ※写真は、イメージ図です



カラオケ歌謡

時 木曜日 18:30～20:00
 料 11,300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 6,300円(3ヵ月6回) 教材費別途
 講 猿谷 朗子
 ハーモニカ振興会認定講師



たのしいカービング

時 第3木曜日 18:30～20:00
 料 6,300円(6ヵ月6回)
 材料費別途
 講 鈴木 真世
 バンコクマリサカービングスクールプロコース修了



写 真

時 金・日曜日 18:30～20:30
 ※屋外撮影日あり
 料 6,300円(3ヵ月6回)
 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 6,300円(3ヵ月6回)
 講 桜井 旭
 金沢美術工芸大学大学院
 博士後期課程修了 画家/博士(芸術)

絵画 ●油彩画

時 土曜日 13:30～15:30
 料 9,700円(3ヵ月10回)
 講 桜井 旭
 金沢美術工芸大学大学院
 博士後期課程修了 画家/博士(芸術)



日本画・水彩画

時 木曜日 18:30～20:30
 料 9,700円(3ヵ月10回)
 講 下村 洋人
 日展



伝 統

茶 道 ●裏千家

時 火曜日 10:30～12:00
 料 9,180円(3ヵ月9回)
 水屋費別途
 講 板橋 宗澄



茶 道 ●裏千家

時 金曜日 18:30～20:30
 料 11,640円(3ヵ月12回) 水屋費別途
 講 坂口 宗佳/田原 宗啓
 茶道裏千家大島宗翠社中



実用書道

時 水曜日 18:30～20:30
 料 11,770円(3ヵ月11回) 教材費別途
 講 磯野 朝子
 日展

書 道

時 月曜日 18:30～20:30
 料 11,640円(3ヵ月12回)
 講 角 秀嶺
 石川県書美術連盟会員



語 学

はじめての英会話入門

時 木曜日 15:30～17:00
 料 11,220円(3ヵ月11回) 教材費別途
 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 11,220円(3ヵ月11回) 教材費別途
 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

韓国語 ●水曜コース

時 水曜日 19:00～20:30
 料 9,570円(3ヵ月11回) 教材費別途
 講 金 善亨 (キム ソンヒョン)
 元遊学館高等学校 韓国語講師

韓国語 ●金曜コース

時 金曜日 19:00～20:30
 料 9,570円(3ヵ月11回) 教材費別途
 講 金 善亨 (キム ソンヒョン)
 元遊学館高等学校 韓国語講師

受講の
ご案内

●当館駐車場をご利用の受講生は、入庫時より1時間無料です。
 (以後1時間ごとに100円必要となります)
 ※当館駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。
 ●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)

●受講の際には、受付に受講料を添えてお申込みください。(事前に電話予約できます)
 ●お申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開催しておりますが、途中入講できます。

お申込み・お問い合わせ

駐車場150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をご覧ください

きんぷら

検索

http://www.kinpura.com

裏面もご覧ください ▶▶



入会金なし

駐車場150台(割引あり)

金沢駅から徒歩10分

冬の受講生募集

ダンス ・ 美と健康



フラダンス

時 木曜日 13:30～14:45

料 11,400円(3ヵ月12回)

講 奥永 有里

マオリ フラスタジオ



フリースタイルダンス

時 土曜日 10:30～12:00

料 7,650円(3ヵ月9回)

講 優香♡OMICHI

Dance Z♡ne Y♡u

若返りリトミック体操

時 第2・4火曜日 10:00～11:30

料 6,600円(3ヵ月6回)

講 鈴木 真世

認知症予防脳トレ士

やさしいピラティス

時 月曜日 9:15～10:45

料 11,400円(3ヵ月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 11,400円(3ヵ月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 火曜日 10:00～11:30

料 9,500円(3ヵ月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 金曜日 19:00～20:30

料 11,400円(3ヵ月12回)

講 西村 智子

FTP認定ピラティスインストラクター

ヨ ガ●リフレッシュ

時 月曜日 19:00～20:30

料 10,440円(3ヵ月12回)

講 佐藤 愛子

S S Dフィットネス講師

ヨ ガ●リラックス

時 水曜日 10:30～12:00

料 10,440円(3ヵ月12回)

講 四尾 雅子

S S D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 10,440円(3ヵ月12回)

講 木村 直子

S S Dフィットネス講師

ヨ ガ●ナチュラル

時 木曜日 10:30～12:00

料 10,440円(3ヵ月12回)

講 米林 悦子

S S Dフィットネス講師

ヨ ガ●ナチュラル

時 木曜日 19:00～20:30

料 10,440円(3ヵ月12回)

講 佐藤 愛子

S S Dフィットネス講師

ヨ ガ●ソフト

時 土曜日 10:30～12:00

料 10,440円(3ヵ月12回)

講 木本 信子

S S Dフィットネス講師



ヨ ガ●整体

時 土曜日 13:30～15:00

料 10,440円(3ヵ月12回)

講 佐藤 愛子

S S Dフィットネス講師

バランスボールエクササイズ

時 第2・4月曜日 10:30～11:30

料 6,300円(3ヵ月6回)

講 福山 美華

(一社)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

3B体操

時 木曜日 10:00～11:30

料 9,720円(3ヵ月12回)

講 西村 智子

(公社)日本3B体操協会インストラクター

リズム&ストレッチ

時 水曜日 10:00～12:00

料 9,720円(3ヵ月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 9,720円(3ヵ月12回)

講 浦山 外茂子

S S Dフィットネス講師

優しい太極拳

時 火曜日 19:00～20:30

料 8,550円(3ヵ月9回)

講 清水 啓紀

日本武術太極拳連盟公認指導員

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 6,480円(1ヵ月8回)

講 中島 恵美子

(公財)日本体操協会トランポリン公認コーチ

やさしいトランポリン

時 火曜日 16:30～18:00

料 1,920円(1ヵ月3回)

講 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 2,560円(1ヵ月4回)

講 豊後 歌子

(公財)日本体操協会トランポリン公認指導員

キッズダンス●幼児・小学校低学年

時 土曜日 15:30～16:30

料 8,910円(3ヵ月11回)

講 MASAMI

S S Dフィットネス講師



キッズダンス●小学校中・高学年

時 土曜日 16:30～17:30

料 8,910円(3ヵ月11回)

講 MASAMI

S S Dフィットネス講師

無料体験・ご見学随时できます。

(一部無料体験・ご見学できない講座もありますので
必ずお問合わせください。)

時=曜日・時間 料=受講料 講=講師

裏面もご覧ください ▶▶