2025年

春の受講生募集

縫わないリメイク

日　時　水曜日　13:30～15:30
4/9、5/14、6/11
受講料　4,500円(3ヶ月3回)
教材費別途(1,000円/回)
講　師　土田 洋子
(合同会社はーとふるすまいる　洋子サロン　代表役員)

水引アート

日　時　火曜日　10:30～12:00
4/8～6/24
受講料　6,600円(3ヶ月6回)
教材費別途(700円/回)
講　師　岸野 達也(水引作家)

手作りパン

日　時　土曜日　13:30～15:30
4/5～5/31
受講料　4,200円(2ヶ月4回)
教材費別途(1,200円/回)
講　師　芝 恵子(料理研究家)

お申し込みは、企業・団体様に限ります。

注目講座

新入社員研修

会社の期待にこたえる社員になるために、必要なマナーと職業人意識の持ち方やコミュニケーションのありかたを学び、社会人として新しく始まる仕事生活について、真剣に考え自信をもって踏み出すための研修です。

日時　4月3日(木) 9:00～16:00
研修内容　職業人意識・ビジネスマナー 働くときの基礎知識
受講料　5,500円(消費税・テキスト代込み)
講師　藤田 圭子 キャリアコンサルタント(国家資格) 社会保険労務士
対象者　新入社員
定員　30名
会場　101研修室(1階)

昼食は各自でご用意ください

生花・フラワー

いけ花 ●池坊
時　月曜日 18:00～20:00
料　9,200円(3ヶ月10回) 花材費別途
講　黒柳 治榮子 華道家元池坊総華督(稽奥相伝)

いけ花 ●草月流
時　水曜日 18:00～20:00
料　9,200円(3ヶ月10回) 花材費別途
講　西野 芳流 草月流師範会理事

いけ花 ●草月流(午後)
時　水曜日 14:00～16:00
料　5,520円(3ヶ月6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 18:30～20:00
料　9,200円(3ヶ月10回) 花材費別途
講　森川 理青 古流家元 厩岡 理樹社中

フラワーデザイン
時　第2・4土曜日 13:30～16:30
料　10,980円(3ヶ月6回) 花材費別途
講　津島 多美 (公社)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・芸術

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

たのしいカーピング
時　第3木曜日 18:30～20:00
料　6,300円(6ヶ月6回) 教材費別途
講　鈴木 真世 バンコクマリサカーピングスクール プロコース修了

写　真
時　金・日曜日 18:30～20:30
料　6,300円(3ヶ月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　6,300円(3ヶ月6回)
講　桜井 旭 金沢美術工芸大学大学院 油画専攻博士後期課程在学

絵画 ●油彩画
時　土曜日 13:30～15:30
料　9,700円(3ヶ月10回)
講　桜井 旭 金沢美術工芸大学大学院 油画専攻博士後期課程在学

日本画・水彩画
時　木曜日 18:30～20:30
料　9,700円(3ヶ月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ヶ月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ヶ月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ヶ月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ヶ月12回)
講　角 秀嶺 石川県書美術連盟会員

入会金なし　**無料体験・ご見学は随時できます!**　※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せください。

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)
●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。
※定員に達し次第、キャンセル待ちでの受付となります。

お申込み・お問い合せ　駐車場152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ください
きんぷら　検索
https://www.kinpura.com

裏面もご覧ください ▶▶▶

入会金なし　駐車場152台(割引あり)　金沢駅から徒歩10分

春の受講生募集

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ヶ月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ヶ月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ヶ月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ヶ月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

ダンス

社交ダンス ●初級
時 水曜日 13:30～15:00
料 10,450円(3ヶ月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 11,400円(3ヶ月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ヶ月9回)
講 優香♡OMICHI
Dance Z♡ne Y♡u

美と健康

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ヶ月6回)
講 鈴木 真世
認知症予防脳トレ士

リズム&ストレッチ
時 水曜日 10:00～12:00
料 9,720円(3ヶ月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

3B体操
時 木曜日 10:00～11:30
料 9,720円(3ヶ月12回)
講 西村 智子
(公社)日本3B体操協会インストラクター

やさしいピラティス
時 月曜日 9:15～10:45
料 11,400円(3ヶ月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ヶ月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ヶ月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ヶ月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ヶ月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 10,440円(3ヶ月12回)
講 四尾 雅子
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 10,440円(3ヶ月12回)
講 木村 直子
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 10,440円(3ヶ月12回)
講 米林 悦子
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 10,440円(3ヶ月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 10,440円(3ヶ月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 10,440円(3ヶ月12回)
講 佐藤 愛子
SSD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ヶ月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

エアロビクス
時 水曜日 18:30～20:00
料 9,720円(3ヶ月12回)
講 浦山 外茂子
SSD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ヶ月9回)
講 清水 啓紀
日本武術太極拳連盟公認指導員

キッズ

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ヶ月11回)
講 梅木 まさみ
SSD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ヶ月11回)
講 梅木 まさみ
SSDフィットネス講師

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ヶ月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 1,920円(1ヶ月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ヶ月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

無料体験・ご見学随時できます。(一部体験・ご見学できない講座がありますので必ずお問合わせください。)

※写真はイメージです。
時=曜日・時間 料=受講料 講=講師

裏面もご覧ください ▶▶▶