

新講師のご紹介

※受講料(税別)は各1カ月分です。講座により1カ月の講座回数は異なります。また、講座により別途教材費が必要な場合があります。初めて受講される方は入会金3,000円(税別)が必要です。詳しくは各校事務局でお尋ね下さい。

<https://www.tokushin-culture.jp>

新講師 徳島本校／手工芸

Rie Glass(グラスリッ ェン・グラスアート)

第4(土)13:00～16:00 月額8,000円
6カ月6回 持参品 持ち帰り袋
徳島そごう校でも開講
第2(日)13:00～16:00

グラスリッェンはヨーロッパ伝統のガラス工芸です。ガラスの表面を特殊なペンで削り、その白さの濃淡で絵や模様を表現します。お好きなガラスに自分独自のデザインを手形し、世界に一つだけのモダンでおしゃれな作品を作りましょう。



リエグラス(グラスリッ
ェン・グラスアート)代表
松本 梨江

新講師 徳島本校／暮らし・趣味

将棋の極意 ～楽しみながら段位認定～

(月)13:00～15:00
月額5,000円 6カ月20回
持参品 筆記用具

駒の動かし方を知っている程度を8級とし、対戦成績20勝で7級に昇級します。対戦者はバランスよく対戦していただきます。五段までの正式免状が可能です。段位取得に楽しみながら挑戦できます。



日本将棋連盟
徳島県支部連合会会長
前田 明賢

新講師 徳島本校／暮らし・趣味

初歩から楽しむ トレッキング

(土)10:00～12:00
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

安全登山のための基礎的な知識や技術から始めて、ロープの結び方、使いなど応用的な技術の講習もやります。憧れはまた見ぬ山や、そのまた向うの山にもあります。もう一度、眠っていた憧れを求めて山に登りませんか。



徳島県山岳連盟会長
原 秀樹

新講師 徳島本校／ビューティー

心を磨き自分の顔が 好きになる“美塾メイク”

第2(土)10:00～12:00
月額3,000円 6カ月6回
持参品 メイク道具一式・スキンケア道具一式・タオル・ヘアクリップ・筆記用具

「美塾」徳島初上陸! 貴女は自分の顔が好きですか。自分自身の顔を好きになるメイク。それはまず心のメイクから。自分の本来持つ魅力に気付くこと、心の持ち方一つで人生も美しく捉えられる幸せを手に入れてみませんか?



美塾正式講師
石川 雅美

新講師 徳島本校／教養

男を磨く!! 婚活応援講座

第2(土)13:00～14:30
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

自分本来の魅力に気付き自分を磨くことをテーマに、マナーや身だしなみの基礎知識を学びます。婚活コーチングでコミュニケーション力や外見力を身に付けた“自分らしさ”を再発見して下さい。



美塾正式講師・
婚活コーチ
石川 雅美

新講師 徳島本校／語学

通訳案内士が教える 接客英会話

第1・3(月)10:30～12:00
月額5,000円 6カ月12回
持参品 筆記用具

海外からのお客様を気持ちよく接客できるようにしませんか? ホテル、飲食店、道案内などの様々な状況に対応する練習をします。花見、寺社、餅、温泉など、日本文化を楽しくご紹介し、お客様に喜んで頂きましょう。



(一社)日本観光通訳協会
会員 通訳案内士
田口 明美

新講師 徳島本校／語学

グザビエさんの 楽しいフランスの旅

第1・3(木)13:30～15:00
月額4,000円 6カ月12回
持参品 筆記用具

フランスでの身近な日常生活から歴史や文化をご紹介しながら、楽しく学べるフランス語講座です。パリのかわい美術館やお城、日本の学校教育との違いなど、様々なテーマを取り上げます。



元フランス財務省勤務
フランス語講師
デュラン グザビエ

新講師 徳島本校／スポーツ・健康

ヨガ(A/D)

(月)A 10:00～11:30
(木)B 18:30～20:00
月額3,000円 各6カ月20回
持参品 ヨガマットまたはバスタオル・飲料水

ヨガは、年齢性別を問わず始められます。形にとらわれず、内面に意識を向け、心と身体を繋ぎます。自分の身体に合わせて全身を整えていきます。一緒に楽しくヨガを行います。



ヨガ講師
石井 葵

新講師 徳島本校／スポーツ・健康

ねこ背ねじれを治して正しい姿勢に! 一日2分の運動であなたは変わる

第1(火)13:30～15:00
月額3,000円 6カ月6回
持参品 カジュアルウェア・室内シューズ

最初に人間の身体の仕組みを説明します。身体がゆがむ原因や、なぜそうなったのかを説明。そしてご自身の形状を理解してもらった上で改善方法を説明し、運動のエクササイズに入ります。素直な方は治ります。



姿勢スタイリスト
荒牧 英樹

新講師 徳島そごう校／音楽

カラオケで「歌が上手になった ね!」と言われない人の歌唱法

第2・4(水)15:00～16:30
月額4,000円 6カ月12回
持参品 筆記用具

カラオケのDVDのテレビ画面を見ながら、新曲を中心に学びます。カラオケで歌ったあと「歌が上手になったね!」と言われるように、息づきの発声から、演歌のコツまで、身につけましょう。



プロ歌手
山本 和実



徳島新聞

カルチャーセンター

いよいよ10月1日から、第36期が始まります。ゆとりを育む趣味の講座から

資格・実用講座まで、充実の講座がラインナップ。

その中から初めてお目見えする新講師と新講座をご紹介します。

第36期 10月1日開講

受講生募集

新講座 徳島本校／教養

ウェルスタイクスでコミュ ニケーション力をアップする!

第2(木)14:30～15:30
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

ウェルスタイクスをご存知ですか? 自分自身の強みと弱みを確認することにより、相手の接し方を変えることができるようになります。ウェルスタイクスとは何か、からスタートしますのでどうぞご安心下さい。



一般社団法人 信頼される
企業育成 代表理事
福永 由里子

新講座 徳島本校／教養

宝地図で 「目標」を達成しよう!

第2(木)11:30～12:30
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

現在の自分の目標や夢を確認し、一緒に宝地図を作りましょう。目標を達成するための行動を習慣化できるような取り組み講座です。宝地図を作ったことがある方も、ない方も、目標を達成したいと思う気持ちがある方はぜひ!



カラプロデュース
ユリ子 代表
福永 由里子

B 新講座 徳島本校／音楽

美しい横笛(A/B)

第1・3(金)A 19:00～20:00
B 20:05～21:00
月額3,500円 各6カ月12回
持参品 笛笛(Bb管)

初心者から上級者まで基礎から楽しく指導します。楽譜が読めなくても大丈夫! アニメ・歌謡曲・民謡や阿波踊りそめ囃子も吹けますよ! 優しい音色はきっとあなたの心をなごませてくれるはずです。



産直生門下
石田 良花
(藤倉 波生)

新講座 徳島そごう校／手工芸

プリンセスドール

第1(月)15:00～17:00
月額3,000円 6カ月6回
持参品 花びらを切るためのハサミ・ピンセット

プリザーブドフラワーの好きな色のバラで人形のドレスを作ります。バラの花びらを、布に一枚ずつ貼りつけて、綺麗なディアーのドレスに仕上げていきます。



マダム桐庭プリンセスドール
アカデミー 認定講師
近藤 真子

新講座 徳島そごう校／教養

武知邦明の 健康アナウンス術

(月)13:00～14:30
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

日常生活で、自分の声が、どの様な感じで人形にならなっているのか、考えた事がありますか。お腹から声を出して、心身共に、明るく健康に過ごしましょう。言葉は人柄をうつす鏡です。



元四国放送
アナウンサー
武知 邦明

新講座 徳島そごう校／教養

九星気学方位 運勢入門

第2・4(月)15:00～16:30
月額5,000円 6カ月12回
持参品 本年度の暦

吉方位。運勢を知ること、幸運を見つける手がかりです。生年月日からわかり出す九星で、吉方位や運勢を活用してみましょう。



純正運命学会正会員
喜多 祥女

新講座 徳島そごう校／音楽

Let's sing Jazz

(土)10:30～12:00
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

ジャズはカッコいいけど英語が苦手とか、リズムが難しいとか思っている方、大丈夫です。基礎から丁寧に指導いたします。もう歌っているけどより自分らしい表現を探している方にもアドバイスさせていただきます。



ジャズ・ゴスペル
シンガー
藤本 千晶

新講座 徳島そごう校／舞踊

気軽にフラダンス

第3(火)14:10～15:10
月額2,000円 6カ月6回
持参品 スカーツ(お持ちであれば
バスカウツ)・室内ばき

今まで興味はあったけれど一歩が踏み出せなかった「あなた」気軽に月1回からフラを始めませんか? ハワイアン音楽に癒されてステップと手の動きを基礎から始めます。踊る楽しさを体験していただけるクラスです。



わけべのりフラスタジオ
インストラクター
青山 光江

新講座 徳島そごう校／スポーツ・健康

初めての ジャイロキネシス

(水)19:15～20:30
月額5,000円 6カ月10回
持参品 ヨガマット・運動のできる服装・タオル・飲み物(必要に応じてイスの上に敷く座布団)

ジャイロキネシスは曲線を描く様な動きが特徴のエクササイズ。自己マッサージから始め、神経と身体を目覚めさせ、リズムカルな呼吸のパターンで背骨を動かす。骨盤の矯正やシェイプアップ効果の高いエクササイズ。



ジャイロキネシス
認定講師
関本 真実

新講座 鴨島セレブ校／書道

気軽に楽しむ筆ペン

第1・3(火)14:40～15:40
月額3,500円 6カ月12回
持参品 筆ペン/用紙(半紙でも可)

冠婚葬祭には必ずといっていい程受付に書き留めがあります。そんな時際際ささっと書けるといいですね。一緒に頑張ってみませんか。



日本ペン習字研究会
理事
倉本 景雨

新講座 鴨島セレブ校／教養

香り脳で健康と美を保つ! 女性のためのアロマテラピー

第2(水)10:30～12:00
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

香りは脳の機能に働きかけ心身の健康を維持推進させて、美しさを保つという大切な役割をしてくれます。TPOに合わせたアロマで効果的な心身のメンテナンスと病気の予防、認知症予防のセルフケアとして実践しましょう。



アロマライフスタイリスト
安芸 幸恵

新講座 鴨島セレブ校／教養

ワイン 楽しみ方のコツ!

第3(金)19:00～20:30
月額4,000円 6カ月12回
持参品 ワイングラス2個(水(必要に応じて))

ワインを楽しむ事は人生を楽しむ事に繋がります。ワイン通の方でも初心者の方も、飲み方やワイン選びの幅を広げてワインを楽しむ美味しく堪能しましょう。



JSA認定ソムリエ
CPA認定チーズ
プロフェッショナル
藤川 洋美

新講座 鴨島セレブ校／教養

もっとキレイに・ 私に似合う色

第2(土)13:00～14:30
月額3,000円 6カ月6回
持参品 筆記用具

似合う色・パーソナルカラーは、あなたをきれいに、元気に、輝いて見せてくれます。お肌の色から似合う色を分析し、ファッション、メイク、アクセサリーなどのカラーコーディネートを学びます。



色彩検定協会認定
色彩講師
AFT色彩検定1級
カラーコーディネーター
吉崎 礼子

A 新講座 鴨島セレブ校／茶道・生け花

華道(末生流笹岡)(A/B)

(木)A (土)B 各19:00～20:30
月額5,000円 各6カ月18回
持参品 花枝・花瓶・タオル
お子様～ヘシアの方まで大歓迎

日々の忙しさに自分の時間さえも忘れ、四季感のない時間を過ごしていませんか? 花は時の花にによってホッとひとときを感じることが出来ます。毎日大切に美しい時間を持つことで日々が違って、より良き空間を作り上げましょう。花は色によって良い空間を持てます。ぜひ入会してみてください。



末生流笹岡
徳島県支部長
陣原 康甫

A 新講座 鴨島セレブ校／舞踊

社交ダンス(A/B)

(月)A 10:30～12:00
(金)B 10:00～11:30
月額5,000円 各6カ月20回
持参品 ダンスシューズまたは
運動しやすい靴

ダンスを始めようと思っている方、習い始めた方、きれいな姿勢を身につけて一緒に楽しみたい、音楽に合わせてステップを踏んでみましょう。



徳島県ダンス教師協会
理事
岡 成和
岡 由華

新講座 鴨島セレブ校／スポーツ・健康

リズムストレッチダンス

(月)13:00～14:30
月額6,000円 6カ月20回
持参品 動きやすい服装・底のうすい
シューズ・タオル

音楽に合わせて、日頃使わない筋肉を十分にのばし、気持ちいい汗をかきましょう。簡単なストレッチとダンスです。運動不足・ストレス解消に、みんなで楽しく動きまわろう。



瀬戸内美八
ダンススタジオひまわり
インストラクター
鎌田 和江

新講座 鴨島セレブ校／スポーツ・健康

身体のゆがみ 改善ストレッチ

第1・3(火)10:00～11:30
月額4,000円 6カ月12回
持参品 ヨガマットまたは大きめの
バスタオル・動きやすい服装・飲み物

簡単なエクササイズとストレッチで筋肉をゆるめて全身の骨の配列を整え、肩こりや腰痛、膝痛など様々な不調を予防・改善。現在、慢性的な腰痛、膝痛のある方、初めて運動される方もご参加いただけます。



健康運動指導士
プロフェッショナル
長谷部 裕之

新講座 鴨島セレブ校／キッズコース

こども書道

(火)16:30～18:00
月額4,500円 6カ月18回
持参品 えん筆(8～2B)・8マスノート・
高学年(書道セット)

正しく、きれいな文字を書くために、毎月決めた課題にチャレンジ! 低学年は硬筆から、2・3年生から毛筆での書写も勉強していきます。



日本書道学院
理事 新書道会
赤川 景舟

新講座 阿南アピカ校／絵画・彫刻

油画 楽しい趣味の 油画(あぶらえ)

第2・4(土)13:30～15:30
月額4,000円 6カ月12回
持参品 初回は手ぶらでお越し下さい。
本格的な西洋絵画へのあこがれ。油画表現で、あなたの世界を現わしてみよう。ここでは、一人一人の制作テーマで作品を描いていきます。初めての方も、一から始められます。絵画表現を共に楽しみましょう。



元 新宿美術学院
油絵科講師
東京藝術大学大学院卒
西 広生

新講座 阿南アピカ校／絵画・彫刻

水彩画 気ままに 感性のダイアリー

第2・4(土)16:00～18:00
月額4,000円 6カ月12回
持参品 水彩画道具一式 初回は手ぶらでお越し下さい。道具一式講師に注文の場合1万円程度

初めての方も、経験のある方も、共に絵画を楽しむものにしようという内容になっています。一日毎に色々なテーマのモチーフが登場します。自分らしく、見たり感じたりしながら、自由に表現できます。



元 新宿美術学院
油絵科講師
東京藝術大学大学院卒
西 広生

新講座 阿南アピカ校／音楽

南克博の ボイストレーニング

(月)13:00～14:30
月額6,000円 6カ月20回
持参品 なし

どんなことでも大事な基本。歌の世界でもア・ソ・ブを問わず基本の発声練習はとて大切。基本を繰り返すうちに、あ〜ら不思議。歌がこんな風に歌えるようになります。



南音楽事務所主宰
南 克博

新講座 阿南アピカ校／語学

中国語(入門)

(火)10:30～12:00
月額6,000円 6カ月20回
持参品 筆記用具

文法の基礎を学ぶと同時に、スピーキングとリスニングも練習します。工夫した分かりやすい教材を使って、簡単にポイントをつかめます。ぜひお越し下さい。



中国語講師
経 歴(シンリ)

新講座 阿南アピカ校／スポーツ・健康

はじめてのヨガ

第1・3(金)10:30～12:00
月額4,000円 6カ月12回
持参品 動きやすい服装・飲み物・タオル・
ヨガマットまたは大判タオル

初心者向けのヨガです。ゆっくりと進めていくので、無理なく自分のペースでヨガを楽しみましょう。呼吸とアサナ(ポーズ)で、今の自分の心とカラダの状態を知り、全身をスッキリさせましょう。



全米ヨガアライアンス
認定
Mizuka

新講座 阿南アピカ校／スポーツ・健康

とにかく全身引き締め!! バーエクササイズで代謝UP

第2・4(金)10:30～12:00
月額4,000円 6カ月12回
持参品 500mlのペットボトル2本
(エクササイズで使用します)

今、アメリカで大人気のバレエのバーを使ったエクササイズです。バレエ・ダンス、有酸素運動の要素を取り入れ、効果的に痩せやすい身体を作っていきます。引き締まったメリハリボディを手に入れましょう。



バレエ・スタジオ
グランディール主宰
野々宮 宵子

新講座 阿南アピカ校／スポーツ・健康

らくらく血流改善 リズム&ストレッチ

第2・4(金)13:00～14:30
月額4,000円 6カ月12回
持参品 運動しやすい服装・シューズ・
タオル・水分補給