

～人気の講座で楽しく、素敵に、リフレッシュ!!～

### いつもこきげんな自分になる 働く女性におくる BODYメンテ



あふれる健康情報の中から、自分に合うものを見抜く力をつけるレッスンです。正しく知って、楽しく健康に!! 働く女性たちにおくるスペシャルプログラム。

- 第3土曜 13:30～15:00 講座実技 初回4月20日(土)
- 3,300円

\*中面に別講座もご案内しております!

講師 日本コンディショニング協会認定インストラクター  
5きげんゆるのび体操考案 中田 ゆきえ  
(Instagram) nakada.yukie\_yuifitness

### 人気 エレガントポルドブラ



優雅な動きのポルドブラで、「美姿勢」を目指しませんか?

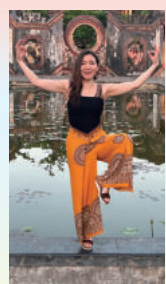
●第3土曜15:45～16:45 ●1,800円

講師 ポルドブラ認定インストラクター 日本コンディショニング協会認定インストラクター 佐藤 智子

### Lisaの美ボディリンパレッスン

Lisaのオリジナルリンパケアで美ボディを目指しませんか?  
身体を整えて、心を元気に!!

●第2・4金曜 10:30～11:30  
●1レッスン1,200円



講師 ボディ&リンパケアリスト 松木 リサ  
(Instagram) lisa.jaxmii

### 大槻由生子先生のシュートエイジングレッスン

①ホーム・ヨガ  
身体も心もリラックス。元気でキレイになりましょう。

●毎週木曜 10:00～11:30 ●4,200円  
※月謝は3ヵ月前納

②花架拳 中国武術・飛天の舞。  
脳トレーニングにもなる健康法です!!

●毎週木曜13:30～15:00 ●4,000円  
監修 日本花架拳学会会長 吉川昌代

講師 日本ヨーガ学会副会長、日本花架拳学会副会長、日本ヨーガ学会教授、日本花架拳学会教授 大槻 由生子

### NEW! リラクゼーションyoga

ヨガで心体のデトックスしませんか? 夕方のyogaで心にリラックスを!

●毎週水曜 16:00～17:15 ●4,000円

講師 日本ヨーガ学会教授 加藤 千明 / 全米ヨガアライアンス認定RYT200 桑田 瑠美子

～美しい日本語にふれよう!!～

### ～講義と実作で俳句力UP!～ プラス1の俳句講座



本当の俳句力を鍛えるための実践的講座。著名俳人の生涯と代表句を徹底解説。俳句好きなら必聴の講義です! プラスして句会形式の添削講義も実施。あなたの俳句力がぐーんとUPします!

●木曜(月2回) 13:30～15:00  
●一般:月4,000円(3ヵ月前納で10,000円)  
●学生:月3,000円(3ヵ月前納で7,000円)

★学生や遠方の皆さん、アーカイブ講座の受講が可能に!  
●学生:3ヵ月3,000円 ●一般:5,000円  
\*詳しくはお電話またはHaiku@tvi.co.jpまで

講師 岩手県俳人協会会長 / 「樹氷」主宰 白濱 一羊

### RENEWAL! ～投句で俳句力UP!～ 俳句通信句会

お手紙やメールにて、投句を3段階の評価アドバイス。白濱先生の通信句会で、あなたの俳句力UPしませんか? 学生の皆さん、大歓迎です。

●6ヵ月 7,200円 ●学生割引あり 3,000円  
※別料金にてスクーリングを開催予定!!

毎月10日までに郵便、メールにて3句投句。紙印刷し、講師が添削後、受講生には月末までに返送。句会として、全員の添削を共有。他の方の作品や添削から学べます。未発表句として俳句大会に応募できます。年間優秀者には、記念品を贈呈! テレビ岩手アカデミー芸術祭+Pにて発表!

\*詳しくはお電話またはHaiku@tvi.co.jpまで

講師 岩手県俳人協会会長 / 「樹氷」主宰 白濱 一羊

### ときめくペン字・役立つペン字

手書き文字のお手紙、ちょっとしたメモ。きらっと光るあなたらしいペン字、始めませんか?

【ときめくコース】  
●第1・3金曜(月2回) 10:00～12:00  
●3,800円(3ヵ月前納で11,000円)

【役立つコース】  
●第3金曜 13:30～15:00  
●2,000円

※添削コースもあります。ご相談ください。講師 日本ペン習字研究会理事 菊池 智泉

### 開運お習字教室 | 楽しい暮らしの書講座



お祝袋、手紙、名前の書き方と、心を伝えたい書を独自の教材で学びます。

●第2水曜 18:15～20:15 ●2,200円

大人になった今だから、暮らしに書を楽しむ取り入れてみませんか?

●月曜(月3回) 10:00～12:00 ●3,300円

講師 岩手書道協会顧問 斎藤 溪石

### RENEWAL! 常磐津を楽しもう 初心者大歓迎!

江戸から大正時代に大流行した歌舞伎や日本舞踊の粋な音楽を体験してみませんか。初めての方でも、楽しく浄瑠璃(唄)やセリフや三味線をお稽古いたします。

～体験・見学大歓迎!!～  
●第1・3火曜(月2回) [三味線] 13:30～14:30 [浄瑠璃] 14:45～15:45  
●1レッスン各2,500円 ●2レッスン各4,000円  
●初回体験のみ半額!!

### はじめての常磐津

グローバルな時代にこそ、日本の文化を身につけませんか?

●第1・3火曜(月2回) [浄瑠璃] 18:00～19:00 [三味線] 19:00～20:00  
●1レッスン各2,500円 ●2レッスン各4,000円 ●初回体験のみ半額!!

講師 常磐津協会正会員 ときわづもじまさ 常磐津文字満咲

### ～謎解き読書会～

宮沢賢治さんと遊ぼう  
「宮沢賢治さん」を楽しみたい人のための講座です。謎解き読書会では、生活の中に生きている賢治さんを探しながら「自然」「宇宙」の素晴らしさを体験! あなただけの賢治さんを感じる事が出来るはずですよ。

●第2・4水曜 13:30～15:00  
●2,000円 ●資料代 / 500円(別途)

講師 盛岡宮沢賢治の会 会長 佐々木 陽(あきら)

### ～40周年～

### テレビ岩手アカデミー芸術祭 [発表会・作品展]

■作品展 / 10月30日(水)～11月1日(金) ■会場 / テレビ岩手 1Fロビー  
■発表会 / 9月17日(水) ■会場 / マリオス小ホール

おかげさまで 40周年

作りたひのは、たくさん笑顔。

# テレビ岩手アカデミー

講座のご案内

〒020-8650 盛岡市内丸2-10 [月曜～金曜 / 9:30～17:30]  
TEL.019-624-1170

◎入会金・年会費不要! 無料体験～1コインレッスン体験、通信講座もあります!～いつからでも始められます!

\*詳しくは、ホームページでもご覧いただけます。www.tvi.jp/academy/

\*\*\* 夢中は人生の宝もの \*\*\*

初めてダンスに挑戦する方大歓迎! ダンスの基礎から丁寧に教え、元気いっぱいレッスンしていきます! みんなと一緒に楽しく踊ろう! 待ってます!!

## Lipsダンススクールの はじめてキッズダンス

2024年 4月OPEN!!

さあ、はじめよう! たのしいレッスン!

Lips Dance School 講師、プロダンサーの Yu-mi が初めてのリズムダンスをレッスン。ダンスで笑顔をとどけよう!

●木曜(月3回) 17:30～18:15 (小1～小4) 18:20～19:20 (小5,小6)  
●各5,500円

講師 Lips Dance School 講師 / プロダンサー Yu-mi

講師: YOSHIKI 運営: アンダーパス!

県内各地で開催している、キッズヒップホップダンススクール スタジオ・アンダーパス! の教室です。年に1回の発表会にむけた楽しいレッスンです!

●金曜(月4回) 無料体験レッスン受付中!  
[キッズAクラス] (年中～小2) 17:30～18:30 ●キッズA/Bクラス 6,050円  
[キッズBクラス] (小3～中3) 18:30～19:30 ●中級Aクラス 6,600円  
[中級Aクラス] (スクール内オーディション合格者) 19:30～20:30

講師 スタジオ・アンダーパス講師 / プロダンサー YOSHIKI

～弾いてみよう! 津軽三味線～

## 三代目の三味線教室

初めてでも、三味線がなくても大丈夫!! 三味線の構え方や撥(バチ)の持ち方から、丁寧に指導していきます。

[キッズコース]  
●第2・4火曜 18:00～18:45  
●月2回4,000円 ●対象 / 小学生～

[大人コース]  
●第2・4火曜 [昼] 10:30～12:00 第2・4火曜 [夜] 19:00～20:30  
●月2回4,500円 ●三味線無料貸出あり!! (限定数)

講師 (公財)日本民謡協会 三味線認定教授 三代目 井上 成美

民謡を歌ってみたいビギナーさん大歓迎!

## よりこの子供のための うたってみよう!

●第1・3水曜 16:00～18:50 (現在定員満席)  
●月3,000円  
●対象 / 小学生～中学生  
●プライベートレッスン可40分3,000円～ ※曜日、時間で相談ください。

[大人コース] ●第1・3水曜 [昼] 10:30～12:00 [夜] 19:00～20:30 ●各4,000円

講師 民謡歌手 / ラジオパーソナリティ (一財)日本郷土民謡協会 講師 佐野 よりこ

～踊るって楽しい!～

## キッズ&ジュニアモダンダンス

恵里奈先生のレッスンで表現力! 想像力! 集中力! を身につけよう!!

●毎週木曜 [プレクラス(3才～小1)] 16:00～16:45 [キッズクラス(小2～小6)] 17:00～18:15 ●各5,500円

講師 (社)現代舞踊協会会員 栗石ダンススタジオ教師 久慈 恵里奈 (Instagram) shizukuishidancestudio

さあ、こころとカラダを整えよう!

人気

## ピラティス&コンディショニング さやのピラコン

ピラティスとコンディショニングを組み合わせたい新しいスタイルのレッスンです。

●毎週火曜 [A] 10:30～11:45 [B] 13:30～14:45  
●月4回6,000円 ●1レッスン1,650円

講師 健康運動実践指導者 / 日本コンディショニング協会認定インストラクター / BES/マットピラティストトレーナー 一ノ瀬 沙弥 (Instagram) saya\_pilates\_conditioning

人気

## YOKO ハタヨガ

ハタヨガは太陽(ha) 月(thai) ヨガ=結ぶ

たくさん体を動かしたい人、集中力を育みたい人におすすめです。

●土曜(月1回) 11:00～12:00 ●1,800円

講師 全米ヨガアライアンス認定RYT200 / ケンハラクマアシュタンガ ヨガ 初級指導者 / 2020年度5きげん&どようび「ピタッとヨガ」監修 / Conditioning Olive. 代表 坂本 洋子 (Instagram) yoyo.yoko

～美しく、しなやかな身体作り～

## シニアモダンダンス


モダンダンスでしなやかな身体作り。自由に身体を動かす楽しさを感じてみませんか?

●毎週木曜 18:45～20:30  
●対象 / 中学生以上  
●月4回5,500円

講師 (社)現代舞踊協会会員 栗石ダンススタジオ教師 久慈 恵里奈

\*申込みは先着順です。定員になり次第、締め切らせていただきます。予めご了承下さい。\*表記の受講料は税込となります。

### 楽しい日本民謡(火・金コース)

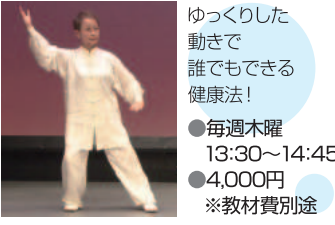


ふるりの民謡を  
気楽に楽しみながら踊りましょう。  
にじみでる喜び、和やかさ、  
ゆたかさを感じながら。

- 毎週火曜 15:30~17:15
- 毎週金曜(II)13:00~14:45  
(I)15:15~17:00
- 各3,500円(3カ月前納で10,000円)

講師 (公社)日本フォークダンス連盟参与  
岩手県民謡指導者連盟会長/盛岡民謡研究会会長 **藤原 眞希子**

### 導引養生功



ゆっくりとした  
動きで  
誰でもできる  
健康法!

- 毎週木曜  
13:30~14:45
- 4,000円  
※教材費別途

講師 中国健身氣功協会 日本内農功研究会員/  
中国健康気功指導員/香島インストラクター **薄衣 富士子**

### 太極拳



ゆったりした  
大河の流れの  
ような動きで  
健康づくりを!

- 毎週水曜  
19:15~20:45
- 4,400円

講師 日本武術太極拳連盟日級指導員  
岩手県武術太極拳連盟副会長  
盛岡市太極拳連盟顧問 **小綿 節子**

### NEW! いけばなレッスン 龍生派



いけばなで新しい自分を見つけてませんか?  
「古典華」「自由華」  
新しいカリキュラム  
「ひびか」をレッスン。

- 第1-3月曜  
[昼]13:00~15:00  
[夜]17:30~20:00
- 初級2,200円~  
※別途花代として1,000円前後
- 1レッスンのみ対応いたします。

講師 龍生派家元一級教授/  
龍生派盛岡支部支部長/  
岩手県道協会副会長 **大村 眞鏡**

### 小原 流

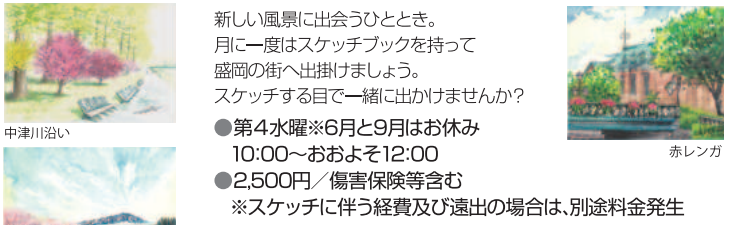


暮らしの中に素敵なお花が  
生けられるように一緒に  
おけいこしてみませんか?

- 木曜(月3回)  
[昼]10:00~12:00  
[夜]17:30~20:00
- 初級3,300円  
中級4,400円 上級5,500円  
※花代800円程度別途、免状取得可能

講師 (財)小原流盛岡支部参与 **中田 豊彩**

### NEW! 山のガイド チェピーとウォーキング&スケッチ



新しい風景に出会うひととき。  
月に一度はスケッチブックを持って  
盛岡の街へ出掛けましょう。  
スケッチする目で一緒に出かけませんか?

- 第4水曜\*6月と9月はお休み  
10:00~おおよそ12:00
- 2,500円/傷害保険等含む  
※スケッチに伴う経費及び遠出の場合は、別途料金発生

講師 登山ガイド/水彩画インストラクター/中学校美術講師 **中川 智恵子**

### ~元気を 射止める!~ スポーツウェルネス吹矢



上手な呼吸法を楽しく  
ゲームをしながら身に  
つけられます。体力に  
自信が無い方でも自然  
と体作りができる、  
話題のスポーツです。

- 毎週木曜 10:30~11:30
- 月2回1,500円/月4回2,500円

講師 (一社)日本スポーツウェルネス吹矢協会上級公認指導員  
**青木 拓/及川 紀夫**

### 姿勢と歩き方



背筋をシャキーン  
と伸ばして歩けば、  
若見え、ヤセ見え!  
人は見た目が9割  
といいますが。正しい  
姿勢を再インスト  
ールしましょう。

- 第2土曜 10:30~11:30 ●1,100円

講師 歩き方インストラクター **花坂 久枝**

### ~タイの体操教室~ルーシーダットン



ルーシーダットンは、  
伸ばす・緩める・鍛える  
が同時に出来る簡単  
な動きの体操です。  
一緒に、キレイ磨き  
してみませんか?

- 第1-3金曜 19:00~20:15
- 1レッスン1,100円※ヨガマット完備

講師 トレーニングサポーター **花坂 久枝**

### 始めるなら ここっ!!ハイアンフラ(パーシク)



基本を楽しみ踊りながら、  
フラの奥深さに癒され  
ませんか。初めてのフラを  
楽しくサポート!!

- 第1-3月曜 13:30~14:30 ●3,500円

講師 ヘモニカマラ主宰 **澤口 悦子**

### きもの着楽講座



着て楽しむ  
楽に着る!  
そんな「和の心」  
に触れて  
着物文化を  
楽しみましょう。

- 月曜(月3回)13:30~15:30  
●3,300円

講師 きもの教育協会教授 **藤田 眞知子**

### 智恵子アートスクール



~自然を描く水彩画教室~  
足元の草花から  
雄大な風景まで、  
心感じたまま  
描いてみませんか?

- 水曜(月3回)  
10:00~11:45
- 3,600円

講師 水彩画インストラクター  
中学校美術講師/登山ガイド **中川 智恵子**

### 初めての五行歌

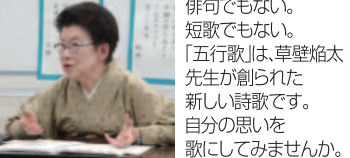


俳句でもない、  
短歌でもない。  
「五行歌」は、草壁焰太  
先生が創られた  
新しい詩歌です。  
自分の思いを  
歌いしてみませんか。

- 第2-4金曜 13:30~15:00 ●2,500円
- 教材費/500円別途※筆記用具持参

講師 五行歌の会同人  
岩手五行歌会代表 **佐々木 エツ子**

### 俳句(水曜会)



五句投句の句会です。  
俳句の基本的知識から  
文語文法に関することまで  
アドバイスします。

- 水曜(月4回)  
13:30~15:30
- 4,000円

講師 「樹木」主宰/岩手県俳人協会会長 **白濱 一羊**

### 俳句(金曜会)

俳句は風土の詩。  
春夏秋冬の季語を  
存分に使って  
創作を楽しみましょう。

- 第2-4金曜  
10:30~12:30
- 2,000円

### はじめてピラティス 男性歓迎!

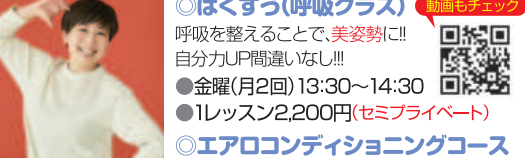


忙しい生活の  
なかでも、体力を  
つけたい方、  
ピラティスで  
無理なく体幹を  
鍛えませんか?

- 毎週月曜  
①18:00~19:00 ②19:15~20:15
- 各4,400円

講師 BESJマットピラティス  
インストラクター  
華石ダンススタジオ教師 **久慈 えりな**

### 中田ゆきえ先生のかんたん元気術



◎はくすう(呼吸クラス) **動画もチェック**  
呼吸を整えることで、**美姿勢**に!!  
自分力UP間違いなし!!!

- 金曜(月2回)13:30~14:30
- 1レッスン2,200円(セミプライベート)

◎エアロコンディショニングコース  
コンディショニングしながら無理なく体を動かします。  
●毎週金曜 10:30~12:00 ●4,400円

講師 日本コンディショニング協会認定インストラクター  
5きげんゆるのび体操考案 **中田 ゆきえ**

### はじめてのタイカービング



野菜や果物を彫刻するタイカービング。  
岩手では、初めてのお教室です。  
ナイフ1本で草花の形に完成!  
おもてなしの一皿が完成します。

- 第1-3木曜 14:00~16:00
- 1レッスン2,500円  
※教材費別途

講師 カービング岩手「Wisteria You」主宰  
野菜ソムリエ **藤原 ゆかり**  
(Instagram) yukari\_carving.iwate

福里ご店主/野菜ソムリエ **福德 絵夢**  
(Instagram) fuku\_ringo5296

### 組ひも



日本の伝統の一つである組ひも。自分だけのオリジナルの  
帯締め、アクセサリーの紐等を組んでみませんか。

- 第1-3日曜 10:00~12:00
- 4,000円※教材費別途

講師 伊賀白鳳流師範 **渡辺 鳳英**

### 川村 塾



話しことばとコミュニケーション講座  
人前で話すことが苦手な方、  
正しい発声・発音で、楽しく  
会話を身につけましょう!  
就活、転職にも有利です!

- [Aコース]●第1-3水曜 18:30~20:30
- [Bコース]●第2-4水曜 18:30~20:30
- 各4,400円

講師 (一社)日本話しことば協会副理事長/  
エフエム岩手番組「パーソナリティ」/  
フリーアナウンサー **川村 龍雄**

### NEW! わくわくボイトレ倶楽部



楽しく声を出しながら!心弾ませて、笑顔の時間を  
楽しみませんか?ナレーション、朗読、歌で  
声を出しながら動いて、読むことで脳トレにも!

- 水曜(月3回)13:30~14:30
- 3,500円  
※3カ月前納で3,500円×3=10,500円+10,000円

講師 脳トレ講師 **鈴木 洋子**/ピアノ講師 **米倉 尚江**  
フリーアナウンサー(元テレビ岩手アナウンサー)/  
エフエム岩手番組「パーソナリティ」 **平井 加代子**

### おとな♡可愛いハンドメイド



おとな心くすぐる  
上品なハンドメイド小物  
一緒に作りませんか?

- 第1月曜 10:30~12:00
- 1,500円
- 材料費/2,000円~別途

(Instagram) freezia\_beads

講師 ビジュクリエーター **吉田 早苗**

### ロマンドール




紙、樹脂、陶磁器等さまざま  
な粘土を使い花やアク  
セサリー、人形と簡単な  
作品から楽しく作ります。

- 第2-4水曜  
10:00~12:30
- 3,300円
- 教材費/  
2,500円~別途

講師 ロマンドール協会師範 **村上 はるみ**

### VIJULE(ビジュレ)ビーズアクセサリー教室(4コース)



きらめく  
ビーズの世界を  
楽しみながら  
アクセサリーを  
作りましょう。

- ①ビジュアアクセサリー  
●第1水曜 13:30~15:30  
●2,800円●教材費別途
- ②~きらめく~ビーズステッチ  
●第4月曜 ①10:30~12:30 ②13:30~15:30  
●1レッスン各2,800円●教材費別途
- ③ビーズ刺繍ジュエリー

講師 一般社団法人学習フォーラム会員 VIJULE **戸塚 麻郁/戸塚 乃莉香**  
(Instagram) vijule.mai

### 大槻由生子先生のもりおか弁朗読講座



おへれんせ  
昔なつかし盛岡  
弁で朗読してみませんか?ヨーガ  
を取り入れて、朗読に必要な発声  
法、呼吸法も学んでいきます。

- 第3火曜 10:15~11:45
- 1,000円
- 教材費/500円別途  
※月謝は3カ月前納

講師 大槻由生子ひとり芝居の会主宰  
日本ヨーガ学会副会長・教授 **大槻 由生子**

### 心に響く青春の歌をうたおう!




楽譜を使わず、日本語の美  
しさをメロディーにのせ、  
楽しく歌いませんか?若い  
心と脳がいきいきとよみ  
がります。

- 第2-3-4火曜 13:30~15:00 ●4,725円

講師 元「サーカス」音楽監督 **溝渕 和雄**

### 笑顔はこぼるバルーンアート



ちょっとしたプレゼントやレクリエー  
ションなどいろいろな場面で活躍する  
バルーン。単発での参加もOKです。オン  
ライン教室や講師養成講座もあります。

- 第3水曜 ①10:30~12:00 ②13:30~15:00
- 1レッスン5,500円(材料費込み)
- 講座内容:結び方の基礎(ひねり/ツインピンチ等)を  
犬、ウサギ、ブードル、剣、箏でレッスン!

講師 UBANスカルプチャコンテスト 優勝/TVチャンピオン/バルーンアート王第2位/バルーンスケッチ代表 **牛崎 祥子**

### パッチワーク教室



ゆったりコースで  
あなただけの作品を  
作りませんか?

- 第2-4火曜  
13:30~16:00
- 3,300円  
※教材費別途

講師 パッチワーククリエイター **阿部 智子**

### 布の染め花



庭に咲く花、  
野に咲く花を  
好きな色に染めて、  
造ってみませんか!

- 第1-3金曜  
10:30~12:30
- 3,300円
- 教材費/1作品300円~1,500円程度別途

講師 アトリエナラ主宰 **赤堀 ナヲ**

### 三代目の三味線教室



弾いてみよう!津軽三味線、  
初めてでも、三味線がなくても  
大丈夫!レンタル対応で初めての  
の三味線を応援します!

- 第2-4月曜[昼]  
10:30~12:00  
第2-4月曜[夜]  
19:00~20:30
- 月2回4,500円  
※三味線無料貸出あり!!(限定数)

講師 (公社)日本民謡協会  
三味線認定教授 **三代目 井上 成美**

### はじめようギター



親しみのある曲(映画  
音楽・童謡・ポピュラー等)  
で楽しみながらレッスン  
してみませんか?

- 第2-4日曜  
13:30~15:00
- 3,700円  
中級コースあり
- ギターリースあり/1ヵ月1,000円

講師 伊藤隆盛岡ギター教室主宰  
**伊藤 隆/浅野 純子**

### おこと教室



ことの音に癒される  
楽しいレッスンで、  
日常を忘れる時間を!

- 第2-4金曜 13:30~17:30
- 5,500円※お箏は貸与(楽譜代/箏別)

講師 生田流 箏曲宮城会 師範 **小原 京子**

### 謡と仕舞~宝生流~



美しい日本語で  
綴られた  
格調高い文章を  
謡って  
みませんか?

- 第1-3金曜 13:00~17:00 ●4,000円

講師 宝生流師範 **高橋 美恵子**

### ささきさちこ先生の文字遊びシリーズ(3コース)



- ①めり絵で美眼力UP!!\*手ぶらで参加できます。  
美眼力を磨く大人のめり絵教室で、夢中になれる時間を!!
- ②アイデア絵手紙  
~第1は絵の基本、第3は笑てがみ~  
季節の題材を色々な画材を使って、  
どなたでも簡単に楽しく描けます。  
●第1-3火曜 10:00~12:00  
●1レッスン1,200円  
●教材費/1作200円~500円別途
- ③美文字(教養編)  
~淑女のたしなみ~  
文字で遊びながら、  
和の知恵を身につけよう!  
●第1金曜 13:30~15:30  
●1,500円  
●教材費/500円別途

講師 女子美術倶楽部 笑てがみ教室主宰 書道師範 **ささき さちこ**

### よりこのうたってみよう!



民謡を歌ってみたいビギナーさん大歓迎!  
民謡は、大きな声をお腹から出す  
ヴォイストレーニング!!はじめての方大歓迎!  
PVレッスンも対応可能!!(要相談)

- 第1-3水曜  
[昼]10:30~12:00  
[夜]19:00~20:30
- 各4,000円

講師 民謡歌手/ラジオパーソナリティ  
(一財)日本郷土民謡協会公認講師 **佐野 よりこ**

### 詩吟に親しむ



どなたでも、  
いつからでも  
始められる  
詩吟で楽しく  
幸せになれる  
時を!

- 毎週火曜 13:30~15:30 ●3,300円

講師 (公社)日本詩吟学院会員  
全日本漢詩連盟会員 **高橋 謙吾**