

音楽・ダンス

オカリナをはじめよう



やわらかい土の音色、オカリナ。軽く吹くだけでだれでもすぐ音が出せます。一緒にオカリナを始めませんか？初歩からていねいに指導します。

- 講 師／オカリナ奏者 吉田恵子・松元範子
- 日 時／第2・4金曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円

オカリナを楽しもう



オカリナはやさしい音色で、日本の叙情歌やクラシック・ポップスなど様々なジャンルの音楽を楽しめます。ひとりで吹いても合奏しても楽しい楽器です。レベルに合わせて指導します。

- 講 師／オカリナ奏者 松元範子
- 日 時／第2・4金曜日 ①14:00～16:00 ②18:30～20:30
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円

土笛をきわめる



もっともっとオカリナを楽しみたい方にお勧めの講座です。講師のつくった土笛でオカリナの大地の音を響かせましょう。

- 講 師／オカリナ奏者・オカリナ制作者 陽光(小路陽光)
- 日 時／第2・4金曜日 昼14:00～16:00 夜18:30～20:30
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円

みんなで楽しむ 童謡・唱歌



懐かしい歌、あのころ口ずさんだ思い出の歌、みんなで楽しく歌いましょう。楽譜が読めなくても大丈夫、歌うことが好きな人なら誰でも参加できます。

- 講 師／声楽家 阿部洋子 合田千草
- 日 時／毎週金曜日 10:00～11:30
- 受講料／3ヵ月 11回 17,820円 (テキスト代別途必要)

カラオケ個人レッスン



発声から呼吸、表現法などカラオケ上達のコツを教えます。一人一人の個性を生かす個人レッスン、好きな歌を中心に指導します。初めての方、カラオケ店にはどうもという方、昔懐かしい曲を歌いたい方、お気軽にお越しください。今期より通信カラオケを導入しました。歌える曲が選べます。

- 講 師／声楽家 阿部洋子
- 日 時／第2・4金曜日 12:00～14:00
- 受講料／3ヵ月 6回 11,664円

五感いきいき 楽しく フラダンス



フラダンスは、だれでもできるからだの表情。腰、腕、指そして目と、からだのすべてを踊らせます。軽やかなリズム、さわやかなメロディー、ハワイアンにゆたかりとって、五感がいきいきとして、さわやかな健康法です。

- 講 師／カレイレファ・フラネットワーク 上岡小織
- 日 時／第1・3月曜日 13:00～15:00
- 受講料／3ヵ月 5回 8,532円

楽しく! タヒチアンダンス



タヒチの人々は、想いや感情を伝える手段として、踊っていたと言います。いわばコミュニケーションのダンスです。それだけに、腰の動きや手の動き、表情など、上手い下手ではなく、想いを込めて、楽しく踊ることが大切です。さあ、楽しくタヒチアンダンスを始めましょう。

- 講 師／中四国ハワイアン協会インストラクター KPDインストラクターライセンス取得 鎌田敦子
- 日 時／毎週水曜日 19:00～20:30
- 受講料／3ヵ月 11回 17,820円 (中四国ハワイアン協会への登録料が別途必要)

大人のためのピアノ教室 A



弾けたら楽しいだろうと思いが、難しそうだと尻込みしてしまうのがピアノ。まずは好きな曲を1曲覚えましょう。ピアノの楽しい世界が広がりはじめます。初めての方でも大丈夫、さあ、始めましょう。

- 講 師／ピアノ教師 合田千草
- 日 時／第1・3木曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円 (テキスト代別途必要)
- 定 員／10名

大人のためのピアノ教室 B



まずは好きな曲を一曲マスターしましょう。そこからピアノ演奏の醍醐味を味わいます。指を動かすことは、脳を生きて生かしてきてくれます。初めてでも大丈夫、クラシックからジャズまで幅広く、自分の好きな曲を楽しく学んでいきましょう。

- 講 師／ピアノ教師 林真弓
- 日 時／第2・4木曜日 ①10:00～12:00 ②13:00～15:00
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円 (テキスト代別途必要)

中高年からの ジョイピアノ



ピアノを楽しみたい方の入門講座、キーボードピアノのグループ・レッスンです。指番号を添えた楽譜を使って、指の運び方から鍵盤の押さえ方、コードの押さえ方を基本から簡単に学んでいきます。すぐに演奏を楽しめるようになります。

- 講 師／中高年からのジョイピアノ主宰 ますだ真由美
- 日 時／第1・3水曜日 13:30～15:00
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円 (テキスト代別途必要)

絵画・書道

かな書道



毛筆の書は、伝統的書法による高い格調と純正な書風の「実用書」と「歌意詩情」つまり「用と美」の追求です。初心者、経験者を問わず、無理なく学ぶことができます。

- 講 師／正筆会常任総務理事 山本恵美子
- 日 時／毎週金曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 11回 17,820円

現代書道



筆の持ち方、線の引き方などの基本を習い、あなたの感性を創作へと導きます。合わせて実用的な書(手紙・書簡、慶弔の書、氏名等)も学びます。

- 講 師／墨華書道会理事 大野秀玉
- 日 時／毎週日曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 11回 17,820円

絵画入門(水彩・パステル)



絵を描くのは難しいと思っていませんか？一度、気軽に描いてみませんか？思ったより簡単に描くほどに楽しくなってくるでしょう。初めての方でも大丈夫、基本からわかりやすく指導します。

- 講 師／画家 塩田誠一郎
- 日 時／第1・3土曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 6回 9,720円

水墨画・墨彩画



墨の濃淡やにじみによってかもしだされる水墨画の美しさは、私たちの心をとらえます。伝統を学びながら、現代の感性を大切に、自然の風物等を時には淡彩をもって描きます。墨の使い方、筆の運びかたからはじめますので、初心者でも楽しめます。

- 講 師／元日本南画院会員 坪内豊春
- 日 時／第2・4金曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 6回 9,720円

美術・工芸

楽しいやきもの



自分で作った器に、料理を盛る、花を生ける、酒を注ぐ。作陶でないと味わえない幸せです。講座では、その幸せのお手伝いをします。

- 講 師／陶芸作家・創玄窯 篠原雅士
- 日 時／第1・3月曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 5回 8,100円 (教材費は別途必要)

想像力を育てるキッズ・アート



子どもの想像力は、大人の枠をはるかに超えています。絵を描いたり、物を作ったりすることで豊かに育っていきます。キッズ・アートは自由に表現できる感性を育てる教室です。

- 講 師／美術集団 大嶋寛子
- 日 時／第2・4土曜日 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 5回 7,020円 材料費 864円
- 定 員／10名

くらし・手芸

知って得する“アロマ”の特性



いま、アロマセラピーが注目されています。アロマセラピーは、精油(エッセンシャルオイル)や精油の芳香を用いて、病気の予防と、心身の健康やリラクゼーションなどを目的とする療法です。講座では、毎回、精油を紹介、アロマセラピーを体験していただきながらアロマのすべてを基本から学びます。

- 講 師／アロマセラピスト 武田ひろみ
- 日 時／1月21日(土)・2月18日(土)・3月18日(土) 10:00～11:30
- 受講料／3ヵ月 3回 4,860円 材料費 1,000円程度(1回)
- 定 員／20名

フラワーデザイン～花をくらしに～



四季の花材や、ドライフラワー、プリザーブドフラワーを使って、フラワーデザインの基礎から応用まで、季節や行事に合わせてレッスンします。花のある暮らしを楽しみましょう。

- 講 師／日本フラワーデザイナー協会本部 講師 佐川智子
- 日 時／第2・4木曜日 10:30～12:00
- 受講料／3ヵ月 6回 9,720円 (花材費別途必要)

腹話術



人形と楽しく会話をする腹話術、ちょっとしたコツを覚えれば、年齢に関係なくどなたでもできるようになります。呼吸の仕方、声の出し方、人形の動かし方演じ方など基本から指導します。こどもの情操教育やボランティア活動にも役立ちます。

- 講 師／全日本あなご腹話術協会本部理事 鹿庭悦子
- 日 時／2月6日(月)・3月6日(月) 14:15～15:45
- 受講料／3ヵ月 2回 4,320円 (テキスト代別途必要)

料理

イタリア料理を楽しむ



イタリア料理は、野菜のうまみを生かし、素材の味を引き立てるのがポイント。難しそうですが、基本をマスターすれば家庭料理からレストランのメニューまで誰でも手軽に楽しめます。素材の選び方、組み合わせ方、そして、うまみを引き出すプロの技を伝授します。生パスタやビザ生地なども作ってみましょう。

- 講 師／ラ・サルテー主宰 中野誠司
- 日 時／1月7日(土)・2月4日(土)・3月4日(土) 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 3回 4,860円 材料費 6,480円(3回)

手づくりパンを楽しもう



手づくりパンの良さは、焼きたてを家で食べられることです。このおいしさ、感動と一緒に味わってみませんか。初めての方でも大丈夫、パンづくりの基本から学んでいきます。

- 講 師／JHBS準師範 立石富美子
- 日 時／1月22日(日)・2月26日(日)・3月26日(日) 9:30～12:30
- 受講料／3ヵ月 3回 5,832円 材料費 2,592円(3回) テキスト 2,592円
- 定 員／20名 (材料費・テキスト代別途必要)

お申込み・お問合せ

マリンウェーブ・カルチャー
☎0875-56-5133

〒769-1101 三豊市詫間町詫間1338-127

講座企画／NHK文化センター高松教室
☎087-823-6677

http://www.nhkcul.co.jp

楽しい折り紙



小さな子どもから大人まで、さまざまな形をつくって楽しめる折り紙。指先を巧みに使って、出来上がりの形をイメージしながら折っていく折り紙は、集中力、想像力を高め、脳を活性化させます。折り紙の基本から応用へと“折る楽しさ”の世界へ誘います。

- 講 師／さぬき折り紙会 菅恵子
- 日 時／1月11日(水)・2月8日(水)・3月8日(水) 10:00～12:00
- 受講料／3ヵ月 3回 4,860円 材料費 2,592円(3回)

着物リメイク



着物リフォームの楽しさを味わってみませんか？タンスで眠っている着物や集めた古布(和布)の良さを味わいを十分に生かして普段着や小物に蘇らせます。手縫いで一針一針を込めて仕上げていきます。初めての人はベストから始めましょう。着なくなったお手持ちの着物をお持ちください。

- 講 師／ものづくりマイスター 萩原百合子
- 日 時／第2・4木曜日 13:00～15:00
- 受講料／3ヵ月 6回 10,368円

キャッシュファミリー ハワイアンキルト



キャッシュ中島のオリジナルカリカムに沿ってレッスンします。ハワイアンキルトやアメリカンキルトを中心に、タヒチアンキルトやステンドグラスキルトなど、色彩豊かな作品(クッション、バッグ、ポーチ、タペストリー、他)をキルトの歴史や文化に触れながら、楽しく針をすすめます。

- 講 師／スリジキグループ・オブ・ジャズインストラクター 渡邊智子
- 日 時／1月15日(日)・2月5日(日)・3月5日(日) 13:00～15:00
- 受講料／3ヵ月3回 9,720円 材料費別途必要

※注:持参の布では、レッスンができませんのでご了承ください。

教養・朗読

たのしい俳句



身近な自然と生活に潜むキラリと光る感動を十七音に昇華させます。句会形式による合評を中心とし、吟行なども行います。初心者大歓迎。

- 講 師／「草」同人 「銚」同人 俳人協会会員 田村ふみこ
- 日 時／第2・4水曜日 13:00～15:00
- 受講料／3ヵ月 6回 9,720円

漢詩を楽しむ



漢詩には、心にこだまする清澄な響き、リズムがあります。はじめての方でも、楽しめる漢詩の世界へご案内します。

- 講 師／全日本漢詩連盟理事 安井草洲
- 日 時／第2・4水曜日 13:00～15:00
- 受講料／3ヵ月 6回 9,720円

楽しい朗読



本も声を出して読むだけでは、内容も良く伝わりません。楽しませる朗読、心を動かすナレーションのノウハウを、実践を通して身につけていきます。

- 講 師／元NHKチーフアナウンサー 平瀬隆之
- 日 時／第2・4水曜日 13:30～15:00
- 受講料／3ヵ月 6回 9,720円

マリンウェーブ インフォメーション

お問い合わせ・お申し込み: TEL 0875-56-5111

新春昇殿参拝「吉備津神社」初詣と 耕三寺参拝・大山祇神社参拝の旅

～しまなみ海道を一周めぐる参拝の旅～



備後一宮 吉備津神社 大山祇神社

●日 時／平成29年1月13日(金) マリンウェーブ発 8:00(7:50集合)

●参加費／14,000円 (交通費、入館料、食事代、保険料、その他含む)

●定 員／30名(最少催行人数20名)

●申込締切日／1月4日(水) ※締切日以降のキャンセルはキャンセル料が発生します。 ※添乗員が同行します。

●旅行企画・実施／観光庁長官登録旅行業第55号(社)日本旅行業協会正会員 名鉄観光サービス株式会社 高松支店 総合旅行業務取扱管理者:元木健 高松市寿町1-4-3 高松中央通りビル 3F ☎087-822-1621

官沢賢治に捧げる“星めぐりの歌”
YOSHIHIRO KIKKAWA
吉川よしひろ
2017年1月28日 13:30開場 14:00開演
料金: 全席自由 前売 2,500円 / 当日 3,000円
※カルチャー会員の方は特別価格1,000円です。

◆体験してみよう!健康教室

※「ボディ・メイク」三野「美・ピラティス」仁尾も随時行っています。



正しい姿勢はさっそうとして美しく、若々しく見えます。またその姿勢を保つことは肩こりや腰痛を緩和し、その予防にもなります。ストレッチボールを使い体のコンディションを整え、美しい姿勢を身につけましょう。

- 講 師／カラダラボ代表トレーナー 高木駿
- 日 時／毎週水曜日(第2・3水曜日を除く) 10:00～11:00
- 参加費／700円(1回)
- 場 所／豊中公民館(現地集合)