

TOKUSHIMA
HONKO
CULTURE CENTER
58
期

第58期[2026.10月▶2027.3月] 徳島新聞カルチャーセンター

新規

講師
講座

お試し
キャンペーン

お気軽に
ご参加
ください

予約制

1講座につき1,430円でお試しいただけます。

さらに 入会特典:期間中、お試し講座にご参加いただき10月から入会された方は
入会金3,300円が無料となります。

手工芸

グルーデコ®~大人のご褒美ジュエリー~

グルーデコ®で、デコレーションをして本格的なアクセサリーを作ります。お話し講座では指輪を作る予定です。



- ※通常講座とは時間が異なります
- お話し講座日程
9/15(火)
10:30~11:30
- 持参品:材料費800円
 - 講師:日本グルーデコ®協会認定講師 角野 美香
 - 通常講座:日時/第1 ㊿ 10:30~12:00
月額/3,080円(6ヵ月6回)

教養

九星気学で占う

生年月日の持つ神秘的な運命学で自らを占って、ピンチからチャンスに生きます。



- お話し講座日程
9/15(火)
13:00~14:30
- 持参品:筆記用具
 - 講師:中国占星術純正運命学会正会員 喜多 祥女
 - 通常講座:日時/第4 ㊿ 13:00~14:30
月額/3,080円(6ヵ月6回)

スポーツ健康

お腹すっきり足腰しっかり体力アップ

運動不足、姿勢が気になるなどのお悩みのある運動初心者の方にもおすすめです。体力アップを目指しましょう。



- お話し講座日程
9/16(水)
15:00~16:00
- 持参品:運動しやすい服装、タオル、飲み物
 - 講師:Bodymake Lesson ZuZu 佐藤 菜津美
 - 通常講座:日時/第2・4 ㊿ 15:00~16:00
月額/4,730円(6ヵ月12回)

絵画彫刻

はじめよう似顔絵

似顔絵のコツを少しずつ学びながら、「描かれた人も描いた人も笑顔になる絵」をテーマに描いていきます。



- お話し講座日程
9/18(金) 13:00~14:30
- 持参品:ペンや色鉛筆、バスタオルなど使いたい画材、練りけし、教材費500円程度
 - 講師:アトリエあるまぐらしあ主宰 熊田 知子
 - 通常講座:日時/第1 ㊿ 13:00~14:30
月額/3,080円(6ヵ月6回)

教養

かまえない人前のスピーチ・会話

スピーチの原稿はAIが作ってくれても、人前で話すのはあなたです。声の出し方、自然に原稿を読むテクニックを学びましょう。



- ※通常講座とは時間が異なります
- お話し講座日程
9/18(金)
15:30~16:30
- 持参品:筆記用具
 - 講師:アナウンスグループカインド代表 平木 彰子
 - 通常講座:日時/第3 ㊿ 15:30~17:00
月額/3,080円(6ヵ月6回)

スポーツ健康

ディスコダンスでフィットネス

70、80年代に流行した当時のステップをフィットネス風にアレンジ。ストレス解消シェイプアップ。ダンスが苦手な方にもおすすめです。



- お話し講座日程
9/18(金)
18:30~19:30
- 持参品:動きやすい服装、室内用シューズ、タオル、飲み物
 - 講師:ダンス講師 高田 まこ
 - 通常講座:日時/第1・3 ㊿ 18:30~19:30
月額/4,730円(6ヵ月12回)

語学

ゼロから始めるスペイン語

スペイン語に初めて触れる方に向けたコースです。文法学習、会話、ゲームなどを通して楽しくスペイン語を学びましょう。



- お話し講座日程
9/20(日)
10:30~12:00
- 持参品:筆記用具
 - 講師:スペイン語講師 オマール
 - 通常講座:日時/第1・3 ㊿ 10:30~12:00
月額/5,830円(6ヵ月12回)

舞踊

初めての社交ダンス(女性専科)

女性専用の初心者向け社交ダンス講座です。基本姿勢や簡単なステップからスタートします。運動の苦手な方もお気軽に！



- お話し講座日程
9/24(木) 10:30~11:30
- 持参品:ダンスシューズまたは室内用シューズ、動きやすい服装
 - 講師:公認日本ボールルームダンス連盟会員 内海 あゆみ
 - 通常講座:日時/第1・3 ㊿ 10:30~12:00
月額/5,830円(6ヵ月12回)

サテライト・暮らし趣味

初めての麻雀(初心者)金曜日

麻雀が初めての方や、プランクのある方向けの講座です。麻雀の楽しみ方を基礎からお教えいたします。一緒に始めてみませんか。



- ※こちらの講座は南田宮で行います
- ※通常講座とは時間が異なります
- お話し講座日程
9/25(金)
9:50~11:20
- 持参品:筆記用具
 - 講師:日本健康麻将協会レッスンプロ 岡田 ふさ代
 - 通常講座:日時/㊿ 9:50~12:05
月額/6,380円(6ヵ月18回)

教養

“着物”ことはじめ

カジュアルな着物から礼装までを鏡を見ずに着付けるお稽古をします。お話し講座では「浴衣の着装」を体験します。



- ※通常講座とは時間が異なります
- お話し講座日程
9/25(金)
13:00~14:00
- 持参品:浴衣、半幅帯、ゆかた肌着(裾よけ、肌着)腰ひも2本、コーリンベルト1本、伊達締め1本、タオル2枚
 - 講師:装道礼法きもの学院 徳島県認可連盟 認可教室講師 掛谷 喬華
 - 通常講座:日時/第1・3 ㊿ 13:00~14:30
月額/4,730円(6ヵ月12回)

音楽

お鯉さんの阿波踊り三味線・よしこの

「阿波よしこの」の名手、お鯉さんの残した「阿波踊り三味線」と「よしこの」をお稽古してみませんか。



- お話し講座日程
9/26(土)
18:00~19:30
- 持参品:三味線
 - 講師:三味線講師 鯉恵美
 - 通常講座:日時/第2・4 ㊿ 18:00~19:30
月額/5,830円(6ヵ月12回)

絵画彫刻

建築パースを用いて描きましょう

建築パースを用いた簡単スケッチで内装建物、神社、仏閣など好きなものを描いてみませんか。初めての方にもおすすめです。



- ※通常講座とは時間が異なります
- お話し講座日程
9/28(月)
11:00~12:00
- 持参品:鉛筆、消しゴム、定規、紙、色鉛筆、色マーカー
 - 講師:パーステック1級 福村 良文
 - 通常講座:日時/第1・3 ㊿ 10:30~12:00
月額/3,630円(6ヵ月6回)

音楽

はじめてのJazzボーカル

Jazzを歌うのに必要なセオリーやグルーブなどをわかりやすく解説し、練習を重ねてスキルアップを目指します。



- お話し講座日程
9/28(月) 16:00~17:00
- 持参品:筆記用具
 - 講師:音楽家 正木 孝昌
 - 通常講座:日時/第1・3 ㊿ 16:00~17:30
月額/5,830円(6ヵ月12回)

スポーツ健康

季節を楽しむ薬膳と椅子ヨガ

椅子ヨガで体をほぐしながら、季節の食材を使った簡単薬膳や献立づくりも学びます。心も体も整い夕食のヒントも見つかる講座です。



- ※通常講座とは時間が異なります
- お話し講座日程
9/30(水)
10:30~11:15
- 持参品:フェイスタオル、飲み物
 - 講師:管理栄養士・ヨガインストラクター 大島 理美子
 - 通常講座:日時/第2 ㊿ 10:30~12:00
月額/3,080円(6ヵ月6回)

おすすめ講座
ピックアップ!

教養

はじめての手相講座

手の線で、性格の特徴、才能、自分に合った人間関係、環境などがわかります。オリジナルの書き込み式のテキストを使い、事例を交えながらどなたにでもわかりやすく解説いたします。



- 講師:東明学院専任講師 岡野 照親
- 日時/第2 ㊿ 10:30~12:00
- 月額/3,080円(6ヵ月6回)
- ※新規講座お話しキャンペーン対象外

教養

東明の楽しい算命(性格編)

算命学は、中国占星術の一つで、生年月日から干支や陰陽五行を組み合わせて、性格や行動パターンなどを読み解きます。自分を知り、幸せのヒントを見つけましょう。



- 講師:東明学院専任講師 岡野 照親
- 日時/第2 ㊿ 10:30~12:00
- 月額/3,080円(6ヵ月6回)
- ※新規講座お話しキャンペーン対象外

お問い合わせ
お申し込み

徳島新聞カルチャーセンター

徳島
本校

tel088-611-3355

受講日はアミコラインパーク3時間無料

※祝日はお休みです。その他定休日あり。詳しくはお問い合わせください。

徳島市寺島本町西1-5 アミコ東館7F

徳島新聞カルチャーセンター

https://www.tokushin-culture.jp

ekimae@topics-j.com



※月額には受講料のほか、維持費(330円)が含まれています。
※受講申込時に名前、住所、電話番号などを伺います。これは徳島新聞グループのみで利用します。