

# 令和6年度 受講生募集

## 麒麟のまちアカデミー

技能  
コース  
(後期)

麒麟のまちアカデミー 技能コースは、麒麟のまち圏域（鳥取市・岩美町・若桜町・智頭町・八頭町・香美町・新温泉町内）在住及び在勤の方を対象にした生涯学習講座です。

### フィットネス教室

各講座 全10回 時間：18:30～20:30

初心者の方から経験者の方まで、身体と心のメンテナンスを行いたい方に。

教室名	曜日	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	定員	受講料
むくみデトックス教室 簡単セルフケア&エクササイズ	月曜	10/7	10/28	11/11	11/18	12/2	12/16	1/20	1/27	2/3	2/17	各10人	各3,000円
メンタルヘルストレーニング教室 心が軽くなるリラクゼーションヨーガ	木曜	10/3	10/31	11/21	11/28	12/5	12/19	1/9	1/23	2/6	2/20		

会場 鳥取市文化センター 1階 多目的室 ※1 ヨガマットは各自でお持ちください。※2 館内に更衣室はございません。

### 伝統文化を学ぶ

各講座 全10回 時間：18:30～20:30

日本の伝統文化について、実技をとおして学びます。

教室名	曜日	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	定員	受講料
書道教室（山陰蘭亭書道会） 暮らしの中で感じる言葉や名言名句を織り交ぜながら、実用的な書を楽しみます。	水曜	10/2	10/23	10/30	11/13	12/4	12/18	1/8	1/22	2/5	2/19	15人	3,000円

会場 鳥取市文化センター 2階 会議室5 ※ 書道道具は各自でお持ちください。（半紙・墨汁・手本は講師より斡旋あり）

教室名	曜日	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	定員	受講料
華道教室（池坊） ビギナー編	木曜	10/10	10/24	11/7	11/21	12/5	12/19	1/16	1/30	2/13	2/27	10人	12,000円 ※材料費込み

会場 鳥取市文化センター 2階 会議室1

教室名	曜日	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	定員	受講料
茶道教室（茶道遠州流） 初級編	金曜	10/11	10/18	11/8	11/22	12/6	12/20	1/10	1/24	1/31	2/14	5人	5,300円 ※材料費込み

会場 鳥取市福祉文化会館 4階 研修室3 ※ 遠州流の扇子・帛紗・懐紙は講師より斡旋があります。（3,000円程度）

※裏面につづきます。