

SEAMALL
シーモール

開校します!

シーモール
駅前カルチャーセンター

受付電話番号が変わりました!!
専用ダイヤル **083-242-0135**
FAX **083-242-0136**
※おかけ間違いのないようご注意ください。

入会
受付中!

シーモール駅前カルチャーセンター

リニューアルオープンイベント

無料 要事前申込

4/1
mon
鏡リュウジ
トーク&サイン会

「鏡リュウジの占星術入門
人生の転機と星のサイクルの不思議」

講師: 占星術研究家・翻訳家 鏡リュウジさん

日時 平成31年4月1日(月)
◆16:00~17:30
◆サイン会 17:30~
※当日、書籍をご購入いただいた方

場所 シーモール4F
シーモールホール

定員 100名様

事前申込受付中!

申込方法 下記シーモール4Fシーモール駅前カルチャーセンター受付
カウンターまでお越しください。下記お電話にて、事前
にお申し込みください。(定員になり次第締め切らせていた
だきます。予めご了承ください。)



月1講座

入会金なしで月1回からお気軽に受講OK!

趣味
生活
ママのための
コミュニケーション講座

受講日 5/14・21・28
時間 13:00~14:00
講師 フリーアナウンサー・ともばんこと 川島 智子
PTAやママ友と楽しく交流する
ためのコツや印象の良い話し
方、人前で困らない簡単な自己
紹介も学びます。



受講料 1,500円/1回

趣味
生活
簡単!豪華!な裏ワザ満載
運動会のお弁当講座

受講日 4/20・5/22
時間 10:30~12:00
講師 ともばん
お弁当作りが苦手。そんな
ママに今すぐ使える
裏ワザやマル秘テクニ
ク、インスタ映えする撮
影法まで伝授します!



受講料 1,500円/1回

趣味
生活
デザインが学べる
ハーバリウム講座

受講日 第4金曜日
時間 13:00~14:30
講師 東條 麻希
九州各地で有名な東條先
生のハーバリウム講座が月
一開催!デザインも学べ
て、材料の種類も豊富な中から
楽しみながら作れます。



受講料 1,000円/1回

特別連続講座

入会金なし! 期間限定の
スペシャル企画!!

教養
文芸
特別歴史講座
文化財探訪の基礎知識

受講日 5~3月の第3土曜日(8・12月は休み)全9回
時間 13:30~15:00
講師 渡辺 一雄
※お申込みが10名に達し
ない場合は、開講中止。
県内・近隣の文化財を例に
とり、文化財を鑑賞する基
本的な知識について解説
します。講座の最終回には
文化財を見学します。



受講料 10,800円/全9回

常設講座

楽しい講座、盛りだくさん! “新しい” “楽しい” を、見つけてみませんか!
体験&見学はお気軽に!

クラフト
UVレジン講座
基礎編

受講日 第3金曜日
時間 13:30~15:30
講師 K's Works 稲田 朋子
UVレジンの基本的
な作り方をいろいろと
作品を作りながら、
楽しく学びます。



受講料 3,000円/月

クラフト
羊毛フェルト
リアルペット

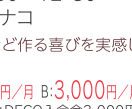
受講日 第2・4木曜日
時間 10:30~13:30
講師 浜崎 広子
羊毛を使ってリアルな犬・猫
のフィギュアを作る教室です。
「うちの子」の写真を参考に
チクチクしませんか? 4~5回
受講で1体完成予定。



受講料 5,000円/月

クラフト
粘土工芸DECO
クレイギフト科/クレイクラフト科

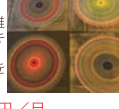
受講日 第2木曜日
時間 A: 10:10~16:00
B: 10:30~12:30
講師 山岡 ハナコ
お花・小物・人形など作る喜びを実感し
てみませんか。
受講料 A: 6,000円/月 B: 3,000円/月
(AB: DECO入会金3,000円)



受講料 4,000円/月

趣味
糸かけ
マンダラ教室

受講日 第2・4火曜日
時間 10:30~12:30
講師 さゆ
釘に糸をかけるだけで誰
でもオリジナルのステキ
なアートが作れます。
ゆっくり無心になる時を
持つことも。



受講料 4,000円/月

趣味
ロイヤルフラワー
アレンジメント

受講日 第1・3月曜日
時間 10:30~12:00
講師 甲斐 久代
玄関・リビング・食卓に、また
プレゼントの花など、英国
スタイルの花型を一緒に
生けてまいりましょう。



受講料 4,000円/月

趣味
生活
筆文字で脳トレ

受講日 4~6月の第1・3水曜日
時間 14:00~16:00
講師 小野山 紫之(しの)
筆ペンを使って脳トレ!
四文字熟語や鏡文字、左
手で文字を書いて頭の
体操をしてみませんか?
字は上手になってもOK!



受講料 5,000円/月

趣味
生活
アナウンサーが教える
話し方の秘訣

受講日 4~6月の第1・3土曜日
時間 10:30~12:00
講師 フリーアナウンサー・ともばんこと 川島 智子
仕事で上手く話したい。会議で
効果的に意見を伝えたい。そんな
ビジネスマンの悩みを「話し
方」で解決します。



受講料 6,000円/月

趣味
生活
心が軽くなる
心のしくみのお話会

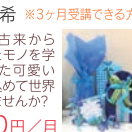
受講日 5~7月の第1火曜日
時間 10:30~12:00
講師 さゆ
心屋塾で学んだ認定カウンセ
ラーが心のしくみを分かりや
すくお話しします。



受講料 1,500円/月

趣味
生活
楽しい
ギフトラッピング講座

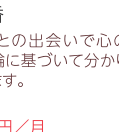
受講日 4~6月の第4金曜日
時間 10:30~12:00
講師 東條 麻希 ※3ヶ月受講できる方
「包みと結び」日本古来から
長い歴史で生まれたモノを学
びつつ、季節に合った可愛い
ラッピングに思いを込めて世界
に一つの贈り物にしませんか?



受講料 1,500円/月

趣味
いけばな 新池坊

受講日 第1・2・3火曜日
時間 18:30~19:30
講師 渡辺 春香
四季を彩る花たちとの出会いで心の
安らぎを...華道理論に基づいて分かり
やすく、ご指導致します。



受講料 5,000円/月

趣味
押し花教室
彩花

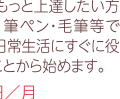
受講日 第2・4水曜日
時間 13:00~16:00
講師 江崎 朋恵
人と花と心...愛とふれあいと思いが
こで、四季折々に息吹く植物を押し花に
していきます。



受講料 2,000円/月

書道
やさしい
書道教室

受講日 第2・4土曜日
時間 10:00~12:00
講師 津田 峰雪
文字に自信がない方、もっと上達したい方
に基本を練習した後、筆ペン・毛筆等
で慶弔用語、年賀状など日常生活にすぐ
役立つ書をゆっくり学ぶことから始めます。



受講料 3,000円/月

絵画
マンダラアート
体験レッスン

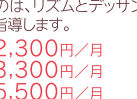
受講日 第2水曜日
時間 10:30~12:30
講師 藤田 由美(yummy)
パステルでマンダラアートを
描きます。身体、魂、心が繋が
り見える姿勢やウォー
キングのスキルをお伝え
します。



受講料 4,000円/月

絵画
児童画・一般油絵

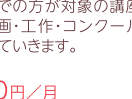
受講日 毎週土曜日
時間 14:00~16:00
講師 本吉 英生
絵画を楽しむのは、リズムとデッサン
の力です。丁寧に指導します。
受講料 幼稚園: 2,300円/月
小中高: 3,300円/月
一般: 5,500円/月



受講料 3,500円/月

絵画
ありんこ
アートクラブ

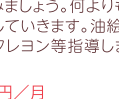
受講日 第1・3日曜日
時間 11:10~12:10
講師 鷗木 かおる
3歳から中学生までの方が対象の講座
です。油絵・水彩画・工作・コンクール
出品作品も制作していきます。



受講料 4,500円/月

絵画
楽しい絵画教室

受講日 第1・3日曜日
時間 13:00~14:30
講師 川野 裕一郎
気軽に絵を描いてみましょう。何よりも
個性を大切に指導していきます。油絵・
パステル・水彩画・クレヨン等指導しま
す。



受講料 5,000円/月

美容
健康
楽しい太極拳

受講日 第1・2・3・4金曜日
時間 10:20~12:30
講師 藤田 紀子
太極拳は心静かにゆた
りと、ゆっくりと行いま
す。このゆっくりとした動
きが血行の流れを良く
し、体の調子を整えます。



受講料 5,000円/月

美容
健康
アロマとハーブの
基礎講座

受講日 第2水曜日(全6回)
時間 19:00~20:30
講師 堀 忍
アロマとハーブでスト
レスなどのプチ不調ア
を。毎回お家で使えるア
ロマケアグッズを作っ
ていきます。



受講料 2,000円/月

美容
健康
アール・カモルズ坂田陽子の
モテルメソッド(キッズクラス)

受講日 第1土曜日
時間 キッズクラス12:30~13:30
講師 坂田 陽子
普段の立ち振舞や美し
く見える姿勢やウォー
キングのスキルをお伝え
します。



受講料 4,000円/月

美容
健康
アール・カモルズ坂田陽子の
モテルメソッド(大人クラス)

受講日 第1土曜日
時間 大人クラス14:00~15:00
講師 坂田 陽子
普段の立ち振舞や美し
く見える姿勢やウォー
キングのスキルをお伝え
します。



受講料 4,000円/月

美容
健康
ふくふく
笑いヨガクラブ

受講日 第3水曜日
時間 19:00~20:00
講師 さゆ
笑って健康! 笑って元
気! みんなで笑うとさら
に楽しい! 子どもから
大人までみんなで楽しめ
ます。



受講料 1,000円/月

美容
健康
元気・健康(はつらつ)
体操教室

受講日 第1・2・3・4月曜日
時間 10:20~11:30
講師 島崎 満里
元気で若さを維持
する為の運動です。
タオルなどを使った
楽しい体操や頭の
体操です。



受講料 5,000円/月

美容
健康
リズム体操教室

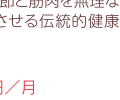
受講日 第1・2・3金曜日
時間 10:20~11:10
講師 島本 芳枝
懐かしい音楽に合わせてダンスや体操
をしませんか。



受講料 3,000円/月

美容
健康
公益社団法人
自逡衛普及会 下関教室

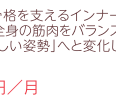
受講日 第1・2・3・4火曜日
時間 10:15~12:00
講師 利上 静江
31の動作で全身の関節と筋肉を無理な
く動かして活力を増進させる伝統的健康
体操。



受講料 6,230円/月

美容
健康
ピラティス&ヨガ

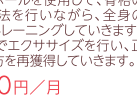
ピラティス 第1・2・3・4金曜日
18:30~19:30/19:45~20:45
ヨガ 第4水曜日 19:00~20:00
上記のうち、4回選択
講師 合志 広美
呼吸法を行いながら、骨格を変えるインナ
ーマッスを中心に鍛え、全身の筋肉をバラン
スよくトレーニングし、「美しい姿勢」へと変化
していきます。



受講料 6,000円/月

美容
健康
シニア・
ピラティス&ヨガ

受講日 第1・2・3・4木曜日
時間 14:30~15:30
講師 合志 広美
ボールやストレッチボールを使用して、骨格の
ラインを整え、呼吸法を行いながら、全身の
筋肉をバランスよくトレーニングしていきます。
椅子座位やマット上でエクササイズを行い、正
しいカラダの動き方を再獲得していきます。



受講料 6,000円/月

舞踊
日本舞踊 藤間流

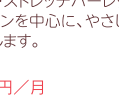
受講日 第1・2・3火曜日
時間 13:00~14:30
講師 藤間 絢湖
老若男女など誰でも気軽に
「伝統芸能」を学べる講座で
す。クラス別に指導していま
すのでいつからでもお気軽に
どうぞ。



受講料 5,000円/月

ダンス
クラシックバレエ

受講日 第1・2・3・4金曜日
時間 19:15~20:45
講師 小平 晴美
フロアエクササイズ・ストレッチ・パレ
エ・センターレッスンを中心に、やさし
いバレエをレッスンします。



受講料 5,000円/月

ダンス
ハワイアン フラ
ホクラニ

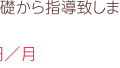
受講日 第1・2・3月曜日
時間 18:00~19:00
講師 野方 美保子
穏やかな動きが中心のフラダンスです。
美容と健康維持に最適な講座です。



受講料 3,500円/月

ダンス
ハワイアン フラ
レイフラワー・フジ

受講日 第1・2・3月曜日
時間 13:30~14:30
講師 藤山 幸子
アロハの心を大切に優雅なハワイアン
メロディーで踊ってみましょう。若々しい
心身をいつまでも、基礎から指導しま
す。



受講料 3,500円/月

音楽
能楽(謡曲)...観世流

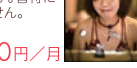
受講日 第1・3火曜日
時間 10:10~12:10
講師 宮本 隆吉
「高砂や〜」は、結婚で隠れ
ています。姿勢を正し声を出す
のがガヤンシンです。音荷に
慣れが大切です。



受講料 4,000円/月

音楽
シャンソン教室

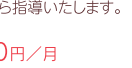
受講日 第2・4水曜日
時間 13:30~15:30
講師 秋元 多恵子
歌が好き、人が好き、仲間が
好きといったあなたにぴった
りのガヤンシンです。音荷に
慣れが大切です。



受講料 5,000円/月

音楽
世界の名曲・
日本の名曲

受講日 第1・3月曜日
時間 15:10~17:10
講師 澁川 孝子
学生時代に習った懐かしい歌の数々。
みんなで楽しく口ずさんでみませんか。
発声練習も基礎から指導いたします。



受講料 4,200円/月

音楽
下関ハーモニカ
クラブ

受講日 第1・3日曜日
時間 13:30~15:30
講師 村上 雅子
人前で演奏出来るようになりたい、し
ゃれた曲の1つや2つ歌があればと思
う方、やさしく指導します。



受講料 3,000円/月

大好評
受付中!

入会の流れ

シーモール4F シーモール駅前カルチャーセンター受付もしくはお電話にて、お気軽にお問合わせください。

受付電話番号が変わりました ※おかけ間違いのないようご注意ください。

083-242-0135 [受付時間]
月~金曜日 10:00~18:00

FAX 083-242-0136 info@seamallculture.jp



入会と受講のご案内

入会申込の際は当センター受付に
直接お越し下さい

受講に際し、センター入会金3,000円が必要となります。

※[月1講座]・[特別連続講座]を除く
■入会金3,000円で何講座でも受講できます。■受講料は1ヶ月分を現金でお
支払い頂きます。(前払い) ■原則、受講料には教材費・材料費・その他費用は含ま
れておりません。■本広告記載の価格は税抜価格です。消費税は別途申し付けま
す。■期途中からの入会も可能となっております。■日程が変更になる場合も
ございますので、受付時にご確認ください。■参加人数が一定に満たない場合、
講座開講を延期または中止することがございます。

P 3時間無料

ご受講の方は
シーモール駐車場が、
3時間無料と
なります。