

文化・教養・心

| 講座名 | 講師名(敬称略) | 曜日・時間(期間) | 受講料他 |
|--------------------------------|------------------|---|------------------------|
| 歌舞伎はワンダーランド | 石川利江 | 第1・3(水) 13:30~15:10 | 3カ月 6回分 14,520円 |
| 歌舞伎の不思議と魅力入門 | | 第3(金) 18:30~19:50 | 6カ月 6回分 14,520円 |
| 西洋絵画の愉しみ | 岡田匡史 | 隔月第1(土) 10:30~12:30 | 6カ月 3回分 7,260円 |
| 浮世絵に聞く! 喜多川歌麿:抵抗の美人絵 | 川原廣美 | 第1・3(水) 13:15~15:15 | 3カ月 6回分 15,180円 |
| New 佐久間象山 没後160年 全4回 | 真田宝物館 学芸員・研究員 | 第2(水) 10:30~12:00 | 4カ月 4回分 10,920円 |
| 聖書を読む 出エジプト記 | 西川鉄也 | 第2(土) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 13,860円 |
| 風土と歴史 信州各地の風土と歴史 ~12月 | 宮下健司 | 第4(月) 10:30~12:00 | 3回分 7,590円 |
| たてもの探訪 ~神社仏閣彫物の魅力を探る~ | 丸山日出夫 | 第3(火) 10:30~12:00 | 各6カ月 6回分 15,180円 |
| 寺院探訪 ~仏像・庭園・建築をたのしむ~ | | 第1(火) 10:30~12:00 | |
| New | | 第2(月) 13:30~15:00 | |
| New もっと知りたい善光寺さん Part2 | 若麻績享則 | 第3(金) 13:15~14:45 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| 星空の楽しみ方 | 陶山 徹 | 第2(土) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| 信州のお天気入門 | 松元 梓 | 第3(月) 13:30~14:50 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| New 善光寺地震を捉え直す | 原田和彦 | 第3(日) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| 聴いて話して おしゃべりクラシック | 菅井秀樹 | 曜日変更 第2(木) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| 俳優 根本 豊の演劇指導 | 根本 豊 | 第4(土) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| 音読・美言葉講座 | 久保正彰 | 第3(火) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 15,840円 |
| 朗読 じっくり読み込む 朗読 | | 第2・4(火) 13:30~15:30 | 3カ月 6回分 13,860円 |
| 朗読 心和む 朗読 | 池田知可子 | 第2・4(金) 13:30~16:00 | 3カ月 6回分 13,860円 |
| 松坂ブチョーの「話し方講座」 | 松坂彰久 | 第4(土) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| エニアグラム・人間関係改善へ | 須田 聡子 | 第2(木) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 14,520円 |
| 人づきあい自分づきあい | 林 玲子 | 第1(日) 10:40~12:10 | 6カ月 6回分 12,540円 |
| 心とからだを解きほぐす セルフケアレッスン 自律訓練法 | 千葉伸子 | 第3(日) 10/20・11/17・12/15 10:30~12:00 | 3カ月 3回分 10,890円 |
| 健康を知る ~心臓~ 全3回 | 河野恆輔 | 10/26(土)・11/30(土)・1/25(土) 13:30~15:00 | 3回分 7,590円 |
| ニュースを語る | 沼田政春 | 第3(水) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 15,180円 |

文学・文芸

| 講座名 | 講師名(敬称略) | 曜日・時間(期間) | 受講料他 |
|--|----------|--------------------------|------------------------|
| 源氏物語を読む | 西 一夫 | 第1・2・3(木) 10:30~12:30 | 3カ月 9回分 20,790円 |
| 万葉歌人の心を読む | | 第1・3(月) 10:30~12:30 | 3カ月 6回分 15,180円 |
| おとぎぞうし 御伽草子を読む | 玉城 司 | 第3(火) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 13,860円 |
| 信濃路を歩いた作家たち | 堀井正子 | 第4(水) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 13,200円 |
| 宮沢賢治と小川未明 童話の巨人を深く楽しく知る | 小笠裕二 | 第2(土) 13:30~15:30 | 6カ月 6回分 15,180円 |
| 一茶を読む | 窪田英治 | 土曜 第3(土) 10:30~12:00 | 6カ月 6回分 13,200円 |
| 芭蕉を読む 『おくの細道』を中心に | | 月曜 第4(月) 13:30~15:00 | 6カ月 6回分 13,200円 |
| 俳句入門 | | 第3(土) 13:30~15:30 | 6カ月 6回分 13,200円 |
| 楽しい俳句 一歩二歩 | | 第2・4(金) 10:30~12:30 | 3カ月 6回分 13,200円 |
| みんなの俳句会 | 小林貴子 | 第2(月) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 13,200円 |
| やさしい俳句 | 田中純子 | 午前 第1(月) 10:30~12:30 | 各6カ月 6回分 13,200円 |
| | | 午後 第1(月) 13:30~15:30 | |
| 季語入門 | 宮坂静生 | 第1(火) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 14,520円 |
| 俳句第一歩 | | 第1(土) 10:15~12:15 | 6カ月 6回分 14,520円 |
| 俳句わくわく | 堤 保徳 | 第3(土) 10:15~12:15 | 6カ月 6回分 13,200円 |
| 俳句基礎 | | 第2・4(水) 13:30~15:30 | 3カ月 6回分 13,200円 |
| 短歌 実作と鑑賞 | 飯島由利子 | 第1・3(水) 13:30~15:30 | 3カ月 6回分 13,860円 |
| <川柳>しましろう 川柳の初歩 | 宮尾柳泉 | 第1(金) 10:30~12:30 | 6カ月 6回分 13,860円 |
| 川柳を楽しむ | | 第1・3(金) 13:20~15:20 | 3カ月 6回分 13,860円 |
| 文章を書く 昼コース | 三島利徳 | 第2(火) 10:30~12:30 | 各6カ月 6回分 13,860円 |
| 文章を書く 夜・通信コース | | 第4(月) 17:50~19:50 | |
| 文学がわかるって、こんなに楽しいの! 短編小説・詩の名作に酔う 全5回 | 株丹洋一 | 第4(土) 13:30~15:00 | 5カ月 5回分 12,650円 |
| New シナリオ講座 | 梶田征則 | 第2・4(水) 18:30~19:50 | 3カ月 6回分 14,520円 |