



信仰と木彫りの壺  
「井波」でたのしむ

暮らしに豊かさと彩りと潤いを!

# いなみ倶楽部

暮らしの講座



イベント

いなみ倶楽部

パネル展示&ワークショップ

見て、聞いて、まず体験してみよう!



2019年 3月23日(土)・24日(日)  
10:00~15:00

映画上映



2019年度講座

## 受講生募集

2019年3月23日(土) 募集開始

締め切り

2019年 4月30日(火)

ときめく時間が、井波で始まる。

「ほのほのマルシェ」開催!

～人と地球に優しいイベント～

2019年 3月23日(土)・24日(日)  
10:30~15:00

自然食試食会や、スイーツ、  
手作り雑貨、マッサージなどなど。  
どなたでも楽しめる内容です。  
体験コーナーもありますので、  
みなさん、ぜひお気軽に  
お立ち寄りください。





まねる・学ぶ!

暮らしに豊かさと彩りと潤いを!

# いなみ倶楽部

暮らしの講座

「いなみ倶楽部」って?

- 講座は、学校の部活動のように、講師を中心に受講生が主体性と真実味をもって、和気あいあいとする。
- 講師のテーマサンプルを「まねる・学ぶ」、少しずつ自分らしさの「味付け」をして、お気に入りづくりをする。
- ちょっと上質な暮らしの講座を、信仰と木彫りの里「井波」で学ぶ。だから……「いなみ倶楽部」ふだんの暮らしの中で、シーンやスタイルを変えると、豊かさと彩りと潤いがあふれます。

飾る!



夏先や玄関先、リビングや廊下、寝室などで、四季折々の変化にあわせてお気に入りの絵や小物や花や緑を飾ってみる。

お出かけ!



お気に入りのアクセサリと一緒で、景勝地やイベント、食事へお出かけする。

整える!



ちょっと落ち込んでいる時、つめ直し心と体と呼吸を整えると新たなスローライフが始まる。

## 趣味の講座

☀ 昼の講座 🌙 夜の講座

■ 定員 ■ 時間 ■ 受講料 ■ 材料費 ■ 道具費 ■ 持ち物

### S19-1 お部屋に飾る水彩画を描こう

透明水彩画

描く手順やポイントを押さえて、水の力を借り、色彩やタッチが自分の感覚で楽しめます。写真から描く透明水彩画を、お部屋に飾ってみませんか?

- 15名
- (月曜日) 13:15~15:30
- 6~8月2,500円 9~11月2,500円
- 教材費 500円程度/年間
- はじめての方道具代8,000円程度
- 高級水彩紙、透明水彩絵の具等(併込み)
- 新聞紙・筆洗巾・水入れ・鉛筆(B)



講師 岡田 邦康  
水彩絵画アート倶楽部主宰

講座内容	日程
お気に入りの風景を描こう① 自然・街並み・花を描く	6/10 6/24 7/8 7/22 8/25
お気に入りの風景を描こう② 自然・街並み・花を描く	9/9 9/30 10/7 10/21 11/11

### S19-2 お部屋に飾るパステルアートを描こう

パステル画

パステルアートは、指で描くアートです。ふんわりと優しい雰囲気のパステルアートでお部屋を彩りましょう。

- 14名
- (水曜日) 19:00~20:30
- 6~7月2,000円 10~11月2,000円
- 実費 500円程度/毎回 (画用紙・パステル画)と1,000円程度(フレーム)
- なし
- ウェットティッシュ



講師 宮林 智子  
パステルアート作家

講座内容	日程
お部屋に飾るパステル①	6/5 6/19 7/3 7/17
お部屋に飾るパステル②	10/2 10/16 11/6 11/20



ときめく時間が、井波で始まる。

### S19-3 筆ペンで描く「ほのぼのの絵」をお部屋に

ほのぼのの絵

心を遊ばせて描いてあげれば、ほのぼのとした絵になり、恐えた言葉は、ほのぼのと響く。家族へのメッセージとしてお部屋に飾ってみませんか？

- 20名 ■ (水曜日)19:00~21:00
- 6~8月3,000円 11~1月3,000円
- 実費はがき等(練習・消費用)
- はじめての方4,000円程度、カラー筆ペン7本程度
- 新聞紙



講師 米田 守  
ほのぼのの絵作家 かがし工例

講座内容	日程	講座内容	日程
福寿草を描く	6/5 6/19	鳩を描く	11/13 11/27
初音姫を描く	7/3 7/17	干支羽子板を描く	12/11 12/18
花地蔵を描く	8/7 8/21	ひな祭り(2)を描く	1/15 1/29

### S19-5 フラワーアレンジメント / 彩りある暮らし

アーティフィシャルフラワー

「永遠の花」として近年話題のアートフラワー。芸術性と耐久性を備えたフラワー&グリーンの魅力とものづくりの楽しさを体感下さい。

- 15名 ■ (月曜日)19:00~20:30
- 6~8月2,000円 9~11月2,000円
- 素材実費4~5,000円程度/1講座内容
- なし
- ハサミ・ラジオペンチ・大さじ(持ち帰り)



講師 森 美紀  
アーティフィシャルフラワー教室  
[IN BLOSSOM]主宰

講座内容	日程	講座内容	日程
2997-フラワーアレンジメント	6/24 7/8	やりたいものをつくろう!	9/30 10/7
やりたいものをつくろう!	7/22 8/5	秋のアレンジメントをつくろ	11/11 11/25

### S19-7 フラワー&グリーン / 彩りある暮らし

生花&グリーン

生きた花を寄せ植えすることで、脳が活性化したり、癒しのある時間が過ごせます。花と緑で、彩りある暮らしを楽しみませんか？

- 15名 ■ (土曜日)10:00~11:30
- 6~7月1,000円 8~12月2,000円
- 花材、鉢、用土等
- 実費2,500円~3,000円程度/1講座内容
- なし
- 薄手の手袋・汚れても良い服装



講師 河合 朱希代  
花工開かみび(塩野)

講座内容	日程	講座内容	日程
碧玉づくり	6/15	秋飾のハーバリウム	10/19
観葉植物の寄せ植え	7/20	初夏まで楽しむリース/スケット	11/16
多肉植物の寄せ植え	9/21	豪華に~お正月の寄せ植え~	12/14

### S19-9 「水引」でアクセサリ小物づくり

水引

伝統文化の水引をモダンにかわいく楽しめます。結びの基本を身に付け応用してみましょう。素敵な小物を作りましょう。

- 15名 ■ (土曜日)13:30~15:00
- 6~7月3,000円 9~10月3,000円
- 水引実費2,000円程度
- なし
- 平板通し・ハサミ・ラジオペンチ



講師 宮脇 記美子  
水引作家

講座内容	日程	講座内容	日程
アクセサリ小物作り①	6/1 6/8 6/15 7/6 7/13 7/20		
アクセサリ小物作り②	8/7 8/14 9/21 10/5 10/12 10/19		

### S19-4 気軽に「俳句」を楽しみ、お部屋に飾る

俳句

あなたの思いを俳句にしてみませんか？自然に頼り「こころの動き」を17文字に託して。俳句は心に残る自分史です。

- 20名 ■ (水・金曜日)19:00~21:00
- 6~8月2,500円 9~11月2,500円
- 実費500円程度(コピーはがき等)
- 教材700円程度/1冊(歳時記)
- 筆記用具・ノート



講師 久保 美智子  
俳誌「ほのぼの」同人 現代俳句協会会員

講座内容	日程	講座内容	日程
俳句を作る①	6/19 7/5 7/17 8/2 8/21		
俳句を作る②	9/18 10/4 10/16 11/1 11/20		

### S19-6 フラワークラフト / 彩りある暮らし

実習アートフラワー

ブライダルフラワーを作ってみませんか？白い布を染める事から始める完全な手作りによるオータクトゥールフラワーです。玄関や居間にもおすすめです。

- 15名 ■ (土曜日)10:00~12:00
- 6~8月3,000円 9~12月4,000円
- 素材実費4,000円程度/6~8月、5,000円程度/9~12月
- なし
- ハサミ・タール・ピンセット



講師 石崎 たづ枝  
実習アートフラワー講師

講座内容	日程	講座内容	日程
アイビー・レモン・つばき	6/8 6/22	オンシジウムをつくる	9/14 9/28
リアスをつくる	7/13 7/27	カラーをつくる	10/12 10/26
ガーベラをつくる	8/10 8/24	ユキチャリスをつくる	11/18 11/31

### S19-8 お庭の手入れを楽しむ

庭の手入れ

気になるお庭の植木などの手入れ、ごまかに自分でできたらいいかも...観葉植物とともに、エクステリアを楽しむ。

- 32名 ■ (水曜日)10:00~12:00
- 7月1,000円 11~12月2,000円
- ミニ門松 実費2,000円程度
- なし
- 前定ハサミ・手袋・作業できる服装・(持ち帰り袋)



講師 才川 透園のみなさん

講座内容	日程	講座内容	日程
男定をしょう	7/3 7/17		
雪吊りをしょう	8/17 11/14		
ミニ門松をつくらう	12/5 12/12		

### S19-10 「竹編み」を+(プラス)してみませんか？

竹編み

はじめての方。【初級編】自然素材の竹を編み組めます。繊細な美しさが暮らしに潤いを与えてくれます。

- 10名 ■ (月曜日)13:30~15:30
- 6~9月4,000円 10~11月4,000円
- 竹材材料実費5,000円程度/1講座内容
- なし
- 講師は2本・本用足(アール)フー・玉子クラブ(大)8割・2本・50分・Eアール・タール・15分程度大さじ



講師 長谷川 由美子  
竹編み作家

講座内容	日程	講座内容	日程
お正月の竹編み	6/3 6/17 7/1	お正月の竹編み	10/7 10/21 11/4 11/18
六の目 籠を編んでみよう	7/15 8/5	籠の竹編み	12/2 12/16 1/9 1/23
乳鉢の竹編み	8/19 9/2 9/16		

## S19-11 消しゴムはんこを始めてみよう!「四季のはんこ」

## 消しゴムはんこ

一つ一つ手彫りで味わいのある消しゴムはんこ。暮らしの中に取り入れてみませんか? 四季のお手紙や年賀状などにポンッと返り先に溜もりも一緒にお届けできますよ。

- 12名 ■ (水曜日)10:00-12:00  
 ■ 6-9月2,000円 10-1月2,000円  
 ■ 教材 実費8,000円程度/各期  
 ■ シェア:プロ用彫筆・ボールペン(各不同)・透写のカメラ  
 一部が作業室で、必要も方は大です



講師 坂林 明博

消しゴムはんこ作家  
はんげしけんインストラクターA級

講座内容	日程	講座内容	日程
春・夏・秋・冬はんこ	6/19 7/17	年賀状・クリスマスはんこ	11/20 12/18
初秋のはんこ	8/21 9/18	冬のはんこ	1/16
ハロウィンはんこ	10/16		

## S19-13 オシャレに仕立てる「表装」

## 表装

着・ファブリックを楽しむには「表装」が必要。自分で出来たら、いろいろ楽しめます。オシャレに仕立ててみませんか?

- 15名 ■ (水曜日)19:00-21:00  
 ■ 6-7月3,000円 10-11月3,000円  
 ■ 実費5,000円程度 布等は本人準備  
 ■ はじめての方4,000円程度  
 ■ 持ち物:タオル



講師 野原 尚二

表具師 日本技能士会マスター  
厚生労働省各々のづくりマイスター

講座内容	日程	講座内容	日程
履装(パネルをみる) 面を拓くも表装する	6/5 6/12 6/19 6/26 7/3 7/10		
ミニ風呂先舞風 面を拓くも表装する	10/2 10/9 10/16 10/23 10/30 11/13		

## S19-15 「和服のリメイク」を楽しむ

## 和服のリメイク

タンスの中で眠ったままの和服をリメイクして着てみませんか? おすそ分けやリサイクルショップにある素材をオシャレに装いましょうか?

- 12名 ■ (月曜日)13:30-16:00  
 ■ 6月3,000円 9-10月3,000円  
 ■ ※着物地は本人準備 ■ なし  
 ■ ボータブルミシン・洋服小物(ハサミ・鉛筆・しぼり糸・縫い針・チャコペン等)



講師 太田 佳子

洋服講師資格 バッグワーク指導員資格

講座内容	日程
ロングなTシャツ (着る方向)	6/3 6/17 6/24
シンプル上衣 (着る方向)	9/30 10/7 10/21

## S19-17 とやまの「郷土民謡」を踊ろう

## 郷土民謡

【おわら】や【わびや】は、見たことがあるけど... せっかく富山に居るなら、現地で踊って楽しみませんか?

- 15名 ■ (金曜日)19:30-21:00  
 ■ 6-9月3,000円  
 ■ ※実費チャーター便費用(おわら・夏屋)  
 ■ なし  
 ■ なし(浴衣を着て練習もおすすめします)



講師 高田 かをる

新興講座 舞の会 会主

講座内容	日程
越中おわら (前夜祭・踊り)で踊る	7/26 8/9 (8/前夜祭)
夏屋まつり (踊り)で踊る	8/23 9/6 (9/夏屋当日)

## S19-12 染物「いろ遊び」で暮らしに彩りを

## 染物「いろ遊び」

季節の身近な材料で、草木染を。タペストリーやのれんなど、シーンがわかります。台所で染められます!!

- 12名 ■ (金曜日)10:00-12:00  
 ■ 6-7月1,500円 9月1,000円  
 ■ 実費3,500-4,000円程度(台所染物・布地等)  
 ■ なし  
 ■ 汚れても清潔!エプロン・タオル・手拭き・ビニール袋  
 清潔な手拭き・しまし・ハサミ・洗濯しつた(各1袋)



講師 高倉 廣子

アトリエ・ヒロ(まゆ愛愛好家)

講座内容	日程
草木染 木製レース・はぎれタペストリー	6/14 6/28 7/12
簡単のれんづくり	9/13 9/27

## S19-14 オカリナを楽しむ

## オカリナ

「キラキラ星」や「かえるの歌」が演奏できたらのしいかも...一つがは「大きな古時計」や「となりのトトロ」ができたら最高!! オカリナ始めませんか?

- 15名 ■ (水曜日)19:00-21:00  
 ■ 6-9月3,000円 9-12月3,000円  
 ■ 教材実費1,000円程度  
 ■ オカリナ  
 オカリナレンタルや購入紹介できます。



講師 西紀 美代

ライラッシュオカリナ連盟認定講師

講座内容	日程
四季の歌	6/6 6/20 7/4 7/18 8/1 9/5
キラキラ星	9/19 10/3 10/24 11/7 11/21 12/5

## S19-16 ふたりで「着付け」

## 着付け

着付けは、一人だとちょっと心配。親子で、姉妹で、友達と、一緒に...ふたりで参加すると安心。もちろん一人でも歓迎いたします。ちょっとお出かけしませんか?

- 8組 ■ (木曜日)19:30-21:00  
 ■ 6-163,000円(2,000円/1人)7-195,000円(3,000円/1人)  
 ■ ※着物等は本人準備 レンタルできます。  
 ※おわら(和服)着付け 09:30-10:30 ※おわら(浴衣)着付け 10:30-11:30  
 ■ なし 着付け用品・運搬箱・伊達巾着(各1個)



講師 三谷 千津子

お着付け局 和服小物 月や

講座内容	日程
浴衣を着る	6/13 6/20 6/27 7/4
小紋・結を着る (名古屋帯) (浴衣・袴)	9/5 9/12 10/4 10/10 10/24





# 健康・癒しの講座

☀ 昼の講座    🌙 夜の講座

📍 定員    🕒 時間    📄 受講料    📄 材料費    📄 道具費    📄 持ち物

## K19-1 からだを整えるエクササイズ&ウォーキング

美姿勢エクササイズ

正しく歩くだけで、不調を改善したり  
脂肪燃焼によるダイエット効果があり  
ます。健康的にからだを整えて、ド  
ンドン出かけましょう。

- 📍 15名
- 📍 (休曜日)13:30~15:00
- 📍 6~7月3,000円 9~10月3,000円
- 📍 教材費実費 500円程度    なし
- 📍 ウエア(ぶかぶかでないもの)
- 📍 シューズ(底の柔らかいもの)
- 📍 大判のバスタオルかヨガマット、タオル、ドリンク



講師 牧 十美(みつみ)  
スタイルエクサ+K

講座内容	日程
関節・筋肉を動かす・体幹を鍛える① ストレッチ&ウォーキング	6/6 6/13 6/20 7/4 7/11 7/18
関節・筋肉を動かす・体幹を鍛える② ストレッチ&ウォーキング	9/5 9/12 9/19 10/3 10/10 10/17

## K19-2 心と体のバランスをゆったり整える

健康太極拳

人と競わない健康のための権名時太  
極拳。深い呼吸とゆったりとした動  
きで、自然に心と体が癒されます。  
性別年齢問いません。

- 📍 15名
- 📍 (土曜日)19:30~21:00
- 📍 7~8月3,000円 9~10月3,000円
- 📍 なし    📍 なし
- 📍 ゆったりとした服装、タオル、飲み物



講師 村橋 信子  
権名時太極拳 師範

講座内容	日程
大極の華、八段錦	7/6 7/13 7/20 8/3 8/10 8/17
不老拳、八段錦	9/7 9/14 9/21 10/5 10/12 10/19

# 郷土の講座

☀ 昼の講座    🌙 夜の講座

📍 定員    🕒 時間    📄 受講料    📄 材料費    📄 道具費    📄 持ち物

## I19-1 寺の町・井波で学ぶ仏教講座

ご和讃

親鸞聖人が念仏の教えをわかりやす  
くお書きになられたご和讃を読んで  
真宗の教えを深めてみませんか？

- 📍 32名
- 📍 (水曜日)13:30~15:00
- 📍 6~7月2,000円 9~10月2,000円
- 📍 実費(コピー等)
- 📍 なし
- 📍 筆記用具



講師 高瀬 顕正  
浄教寺 住職

講座内容	日程
ご和讃を読む①~④	6/19 6/26 7/10 7/17
ご和讃を読む⑤~⑧	9/4 9/11 10/9 10/16

## I19-2 となみ野を学ぶ郷土史講座

となみ野の郷土史

庄川流域のとなみ野の変遷を、様々  
な出来事や事件を通して紹介します。  
「郷土のこころ」学びませんか。

- 📍 32名
- 📍 (月曜日)19:00~21:00
- 📍 6~8月3,000円
- 📍 実費(コピー等)
- 📍 なし
- 📍 筆記用具



講師 浦辻 一成  
郷土史家

講座内容	日程
真宗と修験道の広まり	6/10 6/24
安政のいなみ騒動	7/8 7/22
庄川流木事件	8/5 8/19

## I19-3 こころの時代を「生きる」講座

こころの講座

ただただ前を向いて進んでいる「私」を  
ちょっと立ち止まってながめてみましょ  
う。驚かされることばかりです。ゆっく  
りと「生きる」ことをみつめてみませんか。

- 📍 32名
- 📍 (金曜日)13:30~15:00
- 📍 7~8月2,000円 10~11月2,000円
- 📍 実費(コピー等)
- 📍 なし
- 📍 筆記用具



講師 竹部 俊憲  
妙蓮寺 住職

講座内容	日程
共に生きること	7/5 7/19
ひとりに向き合うこと	8/9 8/30
健康ということ	10/5(土) 10/11
死ということ	11/1 11/B



ときめく時間が、  
井波で始まる。



### 申込みについて

- 必要事項をご記入の上、次のいずれかの方法でも申込みください。  
(電話でのお申込みは、できません。)

- ① 郵送 〒932-0231  
南砺市山見1400 南砺市井波総合文化センター宛
- ② FAX (0763) 82-5609
- ③ インターネット  
文化センターホームページ内で「いなみ倶楽部」を選択し、申込書  
をダウンロードし、ご記入の上メールにて送信ください。
- ④ 窓口  
受講作品展示コーナーをご覧ください。備え付けの申込み  
用紙をご利用ください。

### 受講及び受講料納入について

- 締め切り後、申込者全員ご連絡します。(5月10日過ぎても  
連絡がない場合は文化センターへお問い合わせください。)
- 申込者が定員を大きく超える場合は、先着順とします。お早め  
にお申込みください。
- 定員に満たない場合は、延期するか、開講しない場合があります。
- 講座開講決定時に、おむね8月迄の受講料(前半分)を、文化  
センター窓口にてお支払いください。
- 最終分迄の受講料(後半分)を8月頃現金全額します。
- 受講料は講師への謝礼や施設使用料に充てさせていただきます。
- 一度いただいた受講料は返金できません。
- 別途、実費等が必要な場合があります。

### 2020年度 年間講座 及び 講師募集

### 2019年度 いなみ倶楽部 暮らしの講座 受講申込書

ふりがな 氏名		住所		電話番号(連絡用) メールアドレス	
〒 -		〒 -			
性別	男・女	生年月日	T・S・H	年	月 日
ふりがな 氏名		住所		電話番号(連絡用) メールアドレス	
〒 -		〒 -			
性別	男・女	生年月日	T・S・H	年	月 日

\*お記入いただいた個人情報は、募集に専断し講座運営といなみ倶楽部事務局に関するお知らせなどに利用させていただきます。

- 下記の講座を申込みます。(○印) 受講は何講座でも申込みできます。日程をご確認の上、お申込みください。

申込番号	講座名	希望
S 19-1	お部屋に飾る水彩画を描こう	
S 19-2	お部屋に飾るパステルアートを描こう	
S 19-3	筆ペンで描く「ほのぼの輪」をお部屋に	
S 19-4	気軽に「俳句」を楽しみ、お部屋に飾る	
S 19-5	フラワーアレンジメント 彩りある暮らし	
S 19-6	フラワーラフト 彩りある暮らし	
S 19-7	フラワー&グリーン 彩りある暮らし	
S 19-8	お庭の手入れを楽しむ <b>NEW</b>	
S 19-9	「水引」でアクセサリ小物づくり	
S 19-10	「竹編み短工」を+(プラス)してみませんか?	
S 19-11	消しゴムはんこを始めてみよう! 「四季のはんこ」	
S 19-12	染物「いろ遊び」で暮らしに彩りを <b>NEW</b>	
S 19-13	オシャレに仕立てる「表装」	
S 19-14	オカリナを楽しむ	
S 19-15	「和装のリメイク」を楽しむ	
S 19-16	ふたりで「着付け」	
S 19-17	とよまの「郷土民謡」を謡おう <b>NEW</b>	
K 19-1	からだを整えるエクササイズ&ウォーキング	
K 19-2	心と体のバランスをゆったり整える	
I 19-1	寺の町・井波で学ぶ仏教講座	
I 19-2	とномい野を学ぶ郷土史講座	
I 19-3	こころの時代を「生きる」講座 <b>NEW</b>	

申込締め切り 4月30日(火) 必着

■この表をコピーして  
お使いくください。

## 暮らしの講座 いなみ倶楽部

### 南砺市井波総合文化センター

〒932-0231 富山県南砺市山見1400  
TEL.0763-82-5685 FAX.0763-82-5609  
URL <http://www.inami-sbc.com>  
E-mail: [info@inami-sbc.com](mailto:info@inami-sbc.com)  
休館日：火曜日

【振込先】 ゆうちょ銀行

口座名義 株式会社ホクワテ高岡支社  
口座番号 00720-4-41497  
(ゆうちょから振り込み) 00720-4-41497  
(他行から振り込み) 079 店 当座 41497

主催 南砺市井波総合文化センター(指定管理者 オカバ・ホクワテ共同体)  
後援 南砺市教育委員会

井波総合文化センター

南砺市井波総合文化センター

LINE@

はじめました!



076386466

