



J:COMアリーナ下関

カルチャースクール

◆ 2025年 1月 START ◆

申込方法



J:COMアリーナ下関HP[イベント]から希望講座にお申込みください。



電話でのお申込みも可能です。

083-233-0125



<https://asumoshimonoseki.jp/>



講座内容

古代ハワイから伝わる哲学、神話などが描かれたカードを使って、ハワイ文化を楽しく学びながら、自分を癒し、整える講座です。

受講料

9,900円(税込)／全3回分

3,500円(税込)／回 ※受講料には、テキスト代も含まれています。

会場

会議室1

定員

12名

開催日

【水曜日 10:00-12:00】

1/15, 2/19, 3/12

【木曜日 18:30-20:30】

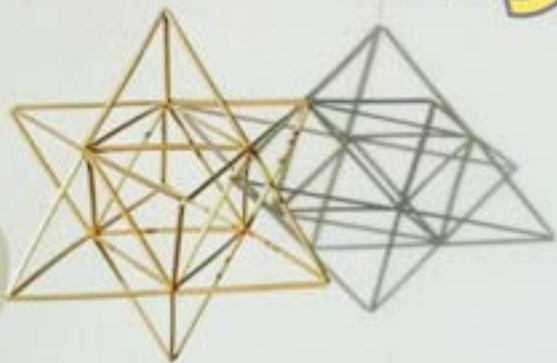
1/16, 2/6, 3/13

講師

Mahalo 坂東望加

ヒンメリワークショップ

途中入会
有り



講座内容

ヒンメリの基本を学び幾何学を楽しみましょう。
※作製する作品の形は毎回変わります。

開催日

・午前の部【10:00～12:00】

1月22日(水)、2月19日(水)、3月19日(水)

・午後の部【18:30～20:30】

1月17日(金)、2月7日(金)、3月14日(金)

会場

会議室2

定員

5名

受講料

10,000円／全3回 3,500円／回

※受講料には材料費も含まれています。

講師

「まめのヒンメリ」下田和代

木の皮シートで作る ソラフラワー講座

途中入会
有り
※開催日の4日前まで

講座内容

木の皮をシート状にしたものを切ったり折ったりして四季折々のお花を作ります。出来たお花はインテリア、デューフェザーフラワーとしてお楽しみください。

受講料

10,000円／全3回 3,500円／回

※受講料には材料費も含まれています。

会場

会議室2

定員

10名

開催日

・1月24日(金)・2月21日(金)・3月21日(金)

①13時～15時 ②19時～21時

※お申込み時に、①・②どちらに参加されるかお申し出ください。

講師

あとリエ葉 中野美夏

フラワーアレンジメント

途中入会
有り
※開催日の4日前まで

講座内容 季節の生花を使ったアレンジメント体験

受講料 10,500円/全3回(月1回)
3,500円/回
※受講料には材料費も含まれています。

会場 会議室2

定員 10名

開催日

- ・1月21日(火)18時30分～
- ・1月23日(木)14時～
- ・2月18日(火)18時30分～
- ・2月20日(木)14時～
- ・3月13日(木)14時～
- ・3月18日(火)18時30分～ (全2時間)



講師
唐渡 真由美(space' a' ala)

季節の多肉植物アレンジメント体験

途中入会
有り
※開催日の4日前まで

講座内容

多肉植物を使ったアレンジメント体験

受講料 10,500円/全3回
3,500円/回
※受講料には材料費も含まれています。

会場 会議室1

定員 10名

開催日

- ・1月23日(木)14時～
- ・2月20日(木)14時～
- ・3月13日(木)14時～ (全2時間)

講師 吉田 玲子

途中入会
有り
※開催日の4日前まで

1月2月

3月

ハワイアン リボンレイ

講座内容

リボンを縫ったり編んだりして生花のように
レイを作るハワイアンクラフト。
リボンレイの技法をアレンジして身近に楽しめる小物を作ります。

受講料 9,900円/全3回 3,300円/回
※受講料には材料費も含まれています。

会場 会議室1

定員 10名

開催日

- ・1月21日(火)、2月18日(火)、3月18日(火)
- 【午前の部】10時～12時
- 【午後の部】18時30分～20時30分

講師 mahaloha 古林 恵美

一本のひもでカラダが楽に動く
～整うカラダと心～ひもトレ講座

講座内容

一本のひもを使って、本来カラダに備わるバランスや機能を引き出し
より楽に動きやすいカラダと心の整いを体験していきます。
アスリートからご高齢の方まで、体力やジャンルを問わず取り組む事ができ、
トレーニングやスポーツをする上でも土台となるカラダ作りをしてくれます。
痛みや違和感もバランスされた結果です。ひもトレを通して新しいバランスを
体験し直し、より心地よく健やかなカラダと心に出会う講座です。

受講料 18,000円/全6回(月2回)
3,500円/回

会場 多目的室1・2

定員 30名

開催日

- 【火曜日 10:30～12:30】
- 1/14、1/28、2/11、2/25、3/11、3/25
- 【水曜日 18:30～20:30】
- 1/15、1/29、2/12、2/26、3/12、3/26

講師 遠藤 エリカ