



受講生15,000人が通う

北國新聞文化センター

楽しく過ごせる講座がいっぱい!!
受講生大募集



※はじめての方は入会金3,000円が必要です。
ただし、1day・70歳以上の方は入会金無料です。

076-278-7891

事前にお申し込みください。
白山市鹿島町二丁目17番1号セキ白山工場3F

NEW

シニアチア

身体を動かし楽しみながら、心と身体をアンチエイジング! チアダンスの基礎から、ラインダンスやフォーメーションまで、「魅せるチアダンス」を楽しみましょう。

体験日 1/12(金)
体験料:500円

時間◆19:30~20:45
受講料◆4,860円(月2回)
講師◆木村まこと



1day

きもの着付け テーブル煎茶 1日体験

着物の着方や帯の結び方、お茶の効能や淹れ方などを学び、新年を迎える準備をしましょう。

講座日 12/20(水)

時間◆10:00~12:00
受講料◆2,160円(1回分)
材料費◆300円
講師◆廣谷華圭



運動不足	身体引締め	健康増進	ストレス
肩こり	腰痛	ひざ痛	体脂肪

冬こそ運動!
おとなのための

フィットネス会員募集!!

★ワンコイン体験受付中★ サーキットトレーニングがオススメ!

※体験はインストラクター常駐時間に限りです。8種類のマシンを使った筋力トレーニングとリズムに合わせた有酸素運動を交互に繰り返します。1回わずか30分なので中高年の方でも無理なく運動できます。
※必ず事前にご予約ください。シェイプアップや健康維持、体力増強にぜひどうぞ。

月額3,703円で通い放題!
トレーニングマシンも使い放題!



1day

小学生のための 書き初め宿題対策



美しい字が書けるよう丁寧に指導します。毛筆・硬筆、どちらでも学年ごとの課題に対応します。

12/16(土)

12/28(木)

時間◆10:00~11:30
受講料◆1,620円(1回分)
講師◆上田淡泉

時間◆10:00~15:00の好きな時間1時間程度
受講料◆1,620円(1回分)
※別途紙代200円
講師◆中川琴鈴

1day

ホットスムージー

寒くなるこれからの季節でも、おいしく飲めるホットスムージーの作り方を学びましょう。

講座日 12/16(土)

時間◆10:00~12:00
受講料◆3,240円(1回分・材料費込)
講師◆荒能里美



1day

飾り巻き寿司

パーティー料理に最適! 切った時に歓声上がる巻き寿司を作りましょう。

講座日 12/16(土)

時間◆10:00~12:00
受講料◆3,240円(1回分・材料費込)
講師◆中根純子



1day

片づけ収納マイスター アドバイザー2級

「片付け力」が身につけば決断力、判断力、管理能力も養えます。講座受講後、「片付け収納マイスター2級」の認定書をお渡しします。

講座日 12/22(金)

時間◆10:00~13:00
受講料◆9,720円(1回分)
教材費◆9,720円(認定料込)
講師◆水上弘子



1day

水引でつくる お正月しめ飾り・箸置き

小さなしめ飾りを作って、お正月を華やかに彩りましょう。 ※イメージ

講座日 12/26(火)

時間◆16:00~17:30
受講料◆1,620円(1回分)
材料費◆800円
講師◆村本美代子



1day

タロットで あなたの運勢

2018年の
講座日 12/26(火)

気になる金運・恋愛運・健康運・家庭運などタロット占いを活用しましょう。1人ずつ占います。

時間◆10:00~15:00(うち1人20分)
受講料◆2,160円(1回分)
講師◆福満珠澄



1day

小さな椅子を作ろう

実際に座れる、本格的なミニサイズの椅子を作りましょう。

講座日 1/6(土)

時間◆10:00~12:00
受講料◆1,620円(1回分)
材料費◆500円
講師◆川幡外茂治



1day

大根寿し

白山市美川で伝統の無添え大根を製造している講師が、美味しい大根寿しの作り方を教えます。用意した材料を2キロの桶に漬け込み、持ち帰って1週間ほどで味わえます。

講座日 1/31(水)

時間◆13:00~14:30
受講料◆2,160円(1回分)
講師◆一川靖子



人気のスポーツ講座

体験料 体験参加者募集

500円
枠内:体験日/講座時間/講師名の順に記載してあります。

オキシトシンエクササイズ

体験日 1/9・23(火)
20:00~21:30
小竹明子

体若返りトレーニング

体験日 1/10・17(水)
13:30~15:00
能雄司

全身調整ヨガ

体験日 1/11・18(木)
10:00~11:30
樋口なおみ

社交ダンス

体験日 1/11・25(木)
13:30~14:45
山口啓子

JAZZダンス

体験日 1/11・25(木)
20:00~21:30
竹園裕子

社交ダンス

体験日 1/12・19(金)
19:15~20:45
中村綾子

ウォーキング

体験日 1/5(金)・13(土)
19:00~20:30/13:30~15:00
山本敬子

古典フラ

体験日 1/16・30(火)
10:30~12:00/19:30~21:00
セツコ・カマエフカハ

リラックス調整ヨガ

体験日 1/17・31(水)
13:30~14:30
樋口なおみ

デュークスウォーク

体験日 1/18(木)
20:00~21:30
宇多田円

中3 北國塾 冬期特訓講習



これからが勝負!!

5教科 総復習特訓 6日間

5教科の入試頻出分野を主に復習します。自信をつけて、合格を目指しましょう。志望校を受付時に伺います。

開講日◆12/25(月)~2018/1/6(土)

時間◆10:00~14:30(1日計4時間)

受講料◆34,560円(教材費込)

日程	12/25(月)	12/26(火)	12/27(水)	12/28(木)	12/29~1/3
	●	●	●	●	休館日
	1/5(金)	1/6(土)	1/7(日)	1/8(月・祝)	1/9(火)
	●	●	石川県総合模試	休館日	始業式 塾・通常授業