くまもと森都心プラザ・駅前カルチャー講座
令和８年 10 月開講講座 受講生募集！

かな書道

流麗でみやびな美しさのかな文字。基礎を踏まえ、楽しみながら上手に書けるように指導します。短歌や俳句、詩などを自由に表現する、読みやすい作品づくりもします。

【開催日】10/13、27、11/10、24、12/8、22（火曜）
【時　間】10：00 ～ 12：00
【講　師】中村　天馨（白鷗書道会々長）

申込み 9/10~



受講料／全６回 12,000 円（税込）
※別途手本代として毎月 500 円程度必要
※書道道具は各自で持参

ペン習字

初めてペン習字を習われる方も大丈夫です。筆ペンも含めた実用的な基礎講座です。年賀状やのし袋を手書きで書いてみませんか？楽しく学んで美しい文字を手に入れましょう。ペン字検定も指導します。

【開催日】10/6、13、20、11/10、17、24、12/1、8、15（火曜）
【時　間】13：30 ～ 15：30
【講　師】長遠　京子

申込み 9/10~



受講料／全９回 11,700 円（税込）
※別途毎月テキスト代 100 円が必要

すみママの声美塾（こえびじゅく）

自分の声が嫌、人前で話すのが苦手、噛まずに喋りたい！読み聞かせや朗読が上手くなりたい！ラジオパーソナリティ・ナレータとして40年活躍中のすみママが話道を伝授！

【開催日】10/5、19、26、11/2、9、16、30、12/7、14、21（月曜）
【時　間】20：10 ～ 21：10
【講　師】すみママ（RKK パーソナリティ）

申込み 9/10~



受講料／全 10 回 13,000 円（税込）
※別途初回にテキスト代 500 円程度が必要

韓国語（初級コース）

ハングルを読めて自己紹介、お店での注文など簡単な会話が出来る方にお勧めします。

【開催日】10/6、13、20、11/10、17、24、12/1、8、15（火曜）
【時　間】19：00 ～ 20：10
【講　師】金　娟鎰

申込み 9/10~

※新規で受講をご希望の場合は、受講前に講師とご相談いただいた上での受講となります。



受講料／全９回 16,200 円（税込）
※別途初回にテキスト代 2,000 円程度が必要

韓国語（初中級コース）

ハングルを読めて自分の意志、過去のことや予定の事などの表現が出来る方にお勧めします。

【開催日】10/6、13、20、11/10、17、24、12/1、8、15（火曜）
【時　間】20：20 ～ 21：30
【講　師】金　娟鎰

申込み 9/10~

※新規で受講をご希望の場合は、受講前に講師とご相談いただいた上での受講となります。



受講料／全９回 16,200 円（税込）
※別途初回にテキスト代 2,000 円程度が必要

韓国語（中級コース）

韓国語の連体形、接続詞を使って、繋げて表現ができる方向けの講座です。

【開催日】10/1、8、22、11/5、12、11/19、12/3、10、17（木曜）
【時　間】18：30 ～ 19：40
【講　師】金　娟鎰

申込み 9/10~

※新規で受講をご希望の場合は、受講前に講師とご相談いただいた上での受講となります。



受講料／全９回 16,200 円（税込）
※別途初回にテキスト代 2,000 円程度が必要

角かおるの幸せを引き寄せる占い（初級）

生年月日で占う「九星気学」を楽しく学べる初心者向けの講座です。基礎からゆっくりと解説していきます。
九星気学の学びで“新たな自分”を発見してみませんか？

【開催日】10/5、12、19、26、11/2、9、11/16、30、12/7、14（月曜）
【時　間】19：00 ～ 20：00
【講　師】角　かおる（東洋易学学会　教授）

申込み 9/10~

※初級を受講された方のみ、次期・中級の受講が可能となります。



受講料／全 10 回 10,000 円（税込）
※テキスト代は受講料に含まれます。

やさしいピラティス

ピラティスは今注目の体幹トレーニングです。お腹周りのエクササイズにより、美しい姿勢やボディラインを手に入れることができます。基本から丁寧に進めますので、初心者や体力に自信のない方にも気軽に参加いただけます。

【開催日】10/5、12、19、26、11/2、9、16、30、12/7、14（月曜）
【時　間】18：45 ～ 19：45
【定　員】先着 30 名まで
【講　師】中山　雅江

申込み 9/19~



受講料／全 10 回 12,000 円（税込）
※貸し出し用のヨガマットあり

ピラティス

意識して行う呼吸とピラティスの様々なエクササイズでウエストや骨盤周りの筋肉を鍛えることで、美しい姿勢やキレイなボディラインを手に入れることができます。ピラティスで“美ボディ”を手に入れませんか。

【開催日】10/5、12、19、26、11/2、9、16、30、12/7、14（月曜）
【時　間】20：15 ～ 21：15
【定　員】先着 30 名まで
【講　師】中山　雅江

申込み 9/19~



受講料／全 10 回 12,000 円（税込）
※貸し出し用のヨガマットあり

Let’s ピラティス①②

お腹周りをスッキリしたい！姿勢の改善、魅力的なボディラインをつくりたい！そういう方々にお勧めのクラスです。身体の変化に楽しみを感じられるはず！初心者、体力・筋力に自信がない方でも基本から丁寧に進めます。

【開催日】10/8、15、22、29、11/5、12、19、12/3、10、17（木曜）
【時　間】①　9：00 ～ 10：00
　　②　11：30 ～ 12：30
【定　員】各先着 30 名まで
【講　師】河﨑　一衣

申込み 9/19~



受講料／全 10 回 12,000 円（税込）
※貸し出し用のヨガマットあり

リラックスヨガ

深い呼吸と共に身体を動かす事で、朝から身体も心もスッキリ！解剖学をもとにした“効く”ヨガレッスンで姿勢改善や身体のお悩みを一緒に解決していきましょう。

【開催日】10/8、15、22、29、11/5、12、19、12/3、10、17（木曜）
【時　間】10：15 ～ 11：15
【定　員】先着 30 名まで
【講　師】ＭＩＯ

申込み 9/19~



受講料／全 10 回 12,000 円（税込）
※貸し出し用のヨガマットあり

託児室のご案内

４階には「託児室」があります。
小さいお子様がいらっしゃる方も託児室に預けて、ゆっくり安心して受講していただけます。

【料金】１時間５００円（１人３時間まで）
【対象】満１歳～未就学児
【時間】9 時～17 時まで
【予約】要事前予約
　　（空きがあれば当日も可）
【連絡先】096-355-7400（代表）



見学や途中参加ができる講座もあります！
お気軽にお問合せください♪

お問い合わせ

くまもと森都心プラザ ２階 管理事務室
＜住所＞ 熊本市西区春日１丁目 14－1（JR 熊本駅白川口のすぐ目の前！徒歩３分！）
＜TEL＞ 096-355-7400（受付時間 8:30～22:00）
※休館日：毎月第３水曜日（祝日の場合翌日）、年末年始（12/29～翌年 1/3）
※当施設専用駐車場はありません（建物の地下に１時間 100 円の有料駐車場あり）

お申込み・お支払い

・事前にお電話かメール・窓口でお申込みください。▶電話予約 （ TEL 096-355-7400 ）
▶メール予約（ info@stsplaza.net 、申込講座名・名前・電話番号をご記載ください）
受講する講座の開始日の前日までに、管理事務室にて受講の手続きと受講料のお支払をお願いします。（支払い受付時間 9:00～19:00）
・受付は前期の講座を受講された方が優先となります。・受講希望者が少ない場合は開講を見送ることがあります。開講を見送る講座にお申込みの方には事前にご連絡をいたします。
・開講後はキャンセルによる受講料の返金はできませんのでご了承ください。