

受講生募集

入会金
不要

見学
大歓迎

学ぶ秋、楽しむ冬!

あなたにぴったりの講座が、きっと見つかるはず!
さあ、楽しい先生たちと一緒に始めましょう!

令和8年10月~12月期講座の受講生を

9月8日(火)から
募集いたします

お申込みは直接窓口へどうぞ!

受講申込書に所要事項をご記入のうえ、受講料3か月分を添えて申し込みください。表示の受講料は、税込金額です。

受付時間／午前9:30~午後8:00 (土日は午後5:00まで)
定員でなければ途中からの参加もOK!

◆各講座とも先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。◆定員となっていない講座は、一部講座を除き、途中からでも受講できます。◆納入された受講料は、原則として転出・本人の病気以外は返還致しませんので、ご了承ください。◆講座によっては、別途教材費が必要となる場合があります。◆各講座(キッズ講座を除く)は、15歳(高校生)以上が対象となります。

◆申し込みの少ない講座(5人未満)は開講できない場合があります。
※同じ講座でも、曜日によって開講回数が違うため、金額が異なります。

**無料体験
集中開催**
9/1(火)より体験申込可

気になる講座を体験してみませんか?

表裏の講座一覧で★がついている講座は
無料体験週間(9/10(木)~9/16(水))内の
実際の開講日及び時間帯に、受講生と一緒に
講座を無料体験できます。

※講座によっては、実際の講座時間より短い時間となる場合や材料費が必要な場合があります。

**無料体験を希望される方は、
9/1(火)から体験日の3日前までにお電話でお申し込みください**

お気軽にご来場ください

ペアーレ大仙フェア2026

舞台発表・作品展示会

入場無料 ●期日／令和8年10月11日(日)
●会場／大曲市民会館 大ホール



1日限りの特別講座

黒い紙に描く 新しいパステルアート講座

黒い紙に、指でふんわりなじませて描く幻想的なパステルアートです。絵が苦手な方・初めての方でも、お子さまから大人まで気軽に楽しめます。

- 日 時／9月27日(日)
①10:00~(約30分)
「デコってポン!アート」
②11:00~「ノワールアート」
- 受講料／各1,300円(材料費:各1,000円)
- 定 員／各回10名 ※先着順となります
- 講 師／パステルアート・パステルなごみアート養成校 Mayu

この講座は
9/1(火)受付開始



海老らっぴんと一緒に作ろう! おつまみ三品教室

お酒にぴったりの簡単おつまみ3品を一緒に作りましょう!初心者の方も大歓迎!お一人でもお気軽に!

- 日 時／10月4日(日)
15:00~16:30
- 受講料／1,500円(材料費:2,000円)
- 定 員／16名 ※先着順となります
- メニュー／・鶏むね肉のクリームマスタード
・里芋ディップ
・ふんわりかぼちゃのキッシュ
- 持ち物／エプロン、三角巾、手拭きタオル、マスク、スリッパ、筆記用具
- 講 師／YouTuber・料理人 海老らっぴん



地元の一杯を、もっと好きになる クラフトビール講座 飲み比べ・おつまみ付き

Akita Brewing Company のクラフトビールを味わいながら、その魅力や種類、造り手のこだわり、楽しみ方を学びます。初心者の方も安心してご参加ください。

- 日 時／10月24日(土)
15:00~17:00
- 会 場／あきたブルーイングカンパニー (大仙市大花町15-43) ※現地集合・現地解散
- 受講料／1,300円(飲食代:3,500円)
- 定 員／15名 ※先着順となります
- 講 師／あきたブルーイングカンパニー



※飲酒を伴う講座です。講座後の自動車等の運転はできません。

料理・お菓子講座

講座名	開催週	曜日	時間	回数	受講料/円	講 師
美味健康中国料理	第3	土	10:00~13:00	3	4,500	中国料理・薬膳料理研究家 宮下 霞
スイーツの時間	第2	土	10:00~12:00	3	4,500	製菓衛生師 長谷川つかさ
★スイーツの時間	第2	土	14:00~16:00	3	4,500	
寒天料理	第1	火	10:00~12:30	3	4,500	寒天使 照井 律
寒天料理	第3	火	10:00~12:30	3	4,500	
おいしい旅気分 キッチンで楽しむ小さな旅~沖縄旅 第2弾~	第4	日	10:00~13:00	3	4,500	365日~暮らし・学び・食~ 代表 吉川ひかる

**温水プール・トレーニングルームは
フリーでもご利用できます!**

時間・料金など、詳細は
お気軽にお問合せください

大仙市健康文化活動拠点センター

ペアーレ大仙

〒014-0024 大仙市大曲中通町6-10

TEL 0187-63-8600

休館日／祝日・年末年始・施設点検整備日

<https://peare-daisen.com>

各講座の
詳細はコチラから
ホームページで
ご確認ください!



Follow Me

ペアーレ大仙
公式Instagram!



各講座の活動の様子や、講座で作成した作品など
続々配信中!講座選びの参考にもなりますよ♪
右の二次元コードを読み取るとフォローも簡単!



令和8年
10月～12月期
講座一覧

★の講座は、無料体験週間(9/10～16)に体験できる講座です。(申込要)
満の講座は、前期からの継続者多数により申込受付ができない場合がありますので、お問合せください。
再の講座は、10月から再開する講座です。

健康づくり講座							
	講 座 名	開催週	曜日	時間	回数	受講料/円	講 師
★	水中ウォーキング	毎週	月	13:30～14:30	11	14,850	日本体育協会公認水泳指導員 藤田まり子
★	水中ウォーキング	毎週	金	10:30～11:30	12	16,200	日本体育協会公認水泳指導員 高橋 幸
★	健康づくり水中運動	毎週	水	18:00～19:00	12	16,200	健康運動指導士 温泉利用指導者 ヘルスケアトレーナー 柴田 栄宣
★	健康づくり水中運動	毎週	水	19:00～20:00	12	16,200	
★	楽ラク!アクアダンス	毎週	木	13:30～14:30	12	16,200	日本体育協会公認水泳指導員 高橋 幸
★	水中エクササイズ	毎週	土	13:30～14:30	12	16,200	フィットネスインストラクター 照井美智子
	AQUA ZUMBA®	第2・4	火	10:00～11:00	6	8,100	日本体育協会公認水泳指導員 高橋 幸
	はじめての水泳	毎週	水	13:30～14:30	12	16,200	日本体育協会公認水泳指導員 藤田まり子
★	健康アップスイミング 女性限定	毎週	木	19:00～20:00	12	16,200	日本体育協会公認水泳指導員 高橋 幸
★	健康アップスイミング 女性限定	毎週	金	13:30～14:30	12	16,200	
	ヘルシースイミング	毎週	火	13:30～14:45	11	14,850	日本体育協会公認水泳指導員 藤田まり子
★	レディーススイミング 女性限定	毎週	火	18:45～20:00	11	14,850	
★	レディーススイミング 女性限定	毎週	水	10:30～11:45	12	16,200	日本体育協会公認水泳指導員 藤田まり子
	はつつすスイミング 女性限定	毎週	月	19:15～20:15	11	14,850	佐々木春江
★	シニアのための筋トレ	毎週	木	13:30～15:00	13	16,900	ペアーレ大仙インストラクター 永瀬 貴大
★	いきいきトレーニング	毎週	火	13:30～15:00	11	14,300	ペアーレ大仙インストラクター 永瀬 貴大
★	効果体感トレーニング	毎週	火	19:00～20:30	11	14,300	ペアーレ大仙インストラクター 健康運動指導士 鈴木 慎吾
★	効果体感トレーニング	毎週	木	19:00～20:30	13	16,900	
★	効果体感トレーニング	毎週	土	13:30～15:00	11	14,300	ペアーレ大仙インストラクター 永瀬 貴大
★	シェイプトレーニング 女性限定	毎週	金	19:00～20:30	13	16,900	ペアーレ大仙インストラクター 永瀬 貴大
★	ソフトエアロ	毎週	月	13:30～14:45	11	14,300	フィットネスインストラクター 照井美智子
★	ベーシックエアロ	毎週	木	10:00～11:15	12	15,600	JAF&公認インストラクター 佐々木春江
★	ZUMBA(ズンバ)	毎週	金	10:00～11:00	13	16,900	ZUMBA®インストラクター 湯澤野明恵
★	コンバットパンプ	毎週	金	19:30～20:30	13	16,900	ペアーレ大仙インストラクター 鈴木 慎吾
★	ジャズダンス	毎週	土	13:30～15:00	11	14,300	金谷 昌子
★	社交ダンス(初級)	毎週	火	10:30～12:00	11	14,300	日本アマチュアダンス 技術検定委員 藤肥グダンススクール主宰 藤肥 誠行
★	社交ダンス(中級)	毎週	火	13:30～15:00	11	14,300	
★	フラダンス(ゆっくりクラス)	毎週	水	19:45～20:45	12	15,600	Hula O Ka Wai Oia O'Åkau 主宰 佐々木春江
★	フラダンス	毎週	木	18:00～19:00	12	15,600	
★	フラダンス	毎週	金	14:45～15:45	11	14,300	Hula O Ka Wai Oia O'Åkau 主宰 佐々木春江
★	フラダンス	月2回	土	15:30～16:30	6	7,800	
★	ハワイアンダンス(中級)	第2・4	木	15:00～16:00	6	8,400	ハワイアンダンスプロインストラクター 加藤マリア・クリスティーナ
★	クラシックバレエ	毎週	水	18:15～19:30	12	15,600	山石さやかバレエ教室主宰 山石さやか
	みんなの新体操教室 対象:4歳～一般	月2回	日	15:30～16:30	6	7,800	NPO秋田新体操愛好会代表 七尾 真結
	ヨガ	毎週	水	13:30～14:40	12	15,600	
	ヨガ	毎週	木	19:45～20:55	13	16,900	全米ヨガアライアンス RYT200 佐藤菜穂子
	ヨガ	第2・4	土	10:00～11:10	6	7,800	
	ヨガベーシック	毎週	火	18:30～19:30	11	14,300	
★	トータルヨーガ	毎週	水	10:30～12:00	12	15,600	ヨーガインストラクター 伊藤江美子
★	ハタヨガ	毎週	金	10:30～12:00	13	16,900	全米ヨガアライアンス RYT200 又井由貴子
★	マットピラティス	毎週	月	19:45～20:45	11	14,300	BESJマットピラティスインストラクター 伊藤 歩美
★	気功太極拳	毎週	水	13:30～15:00	12	15,600	楊名時太極道協会師範 小川 晴恵
	疏筋壮骨功	第1	土	15:15～16:30	3	3,900	北京体育大学導引養生学習得 小林恵津子
★	女性のための健康エクササイズ	毎週	月	10:00～11:30	11	14,300	(公財)日本スポーツクラブ協会 公認スポーツ指導者 大曲スポーツクラブ円熟体操指導員 中嶋 章江
★	女性のための健康エクササイズ	毎週	水	10:00～11:30	12	15,600	
★	60歳からの筋トレ	毎週	木	13:30～14:30	13	16,900	ペアーレ大仙インストラクター 健康運動指導士 鈴木 慎吾
★	60歳からの筋トレ	毎週	金	13:20～14:20	13	16,900	
	機能改善教室	第2・4	火	10:00～11:00	5	6,500	健康運動指導士 金澤 直子

キッズ・ジュニア講座							
	講 座 名	開催週	曜日	時間	回数	受講料/円	講 師
	楽しい運動教室 対象:年長児～小学3年生	毎週	月	16:30～17:30	11	14,850	学校体育指導経験者 ペアーレ大仙インストラクター
	楽しいヒップホップ(キッズ入門) 対象:小学生低学年	毎週	土	10:00～11:00	12	15,600	CROSS WAVE インストラクター 斉藤 梓
	楽しいヒップホップ(キッズ初級) 対象:小学生低学年	毎週	土	11:15～12:15	12	15,600	
★	子どもクラシックバレエ 対象:3歳～小学4年生	第1・3	日	14:00～15:00	6	7,800	SGバレエ主宰 佐藤さとみ
	みんなの新体操教室 対象:4歳～一般	月2回	日	15:30～16:30	6	7,800	NPO秋田新体操愛好会 代表 七尾 真結
★ (児学)	将棋教室(入門) 対象:小学2年生～一般	第1・3	水	16:00～17:30	6	7,800	佐藤 正道
	将棋教室(初級・中級) 対象:小学2年生～一般	第2・4	水	16:00～17:30	6	7,800	
★	そろばん ※右記時間内の 60分程度 対象:小学生～一般	毎週	金	15:30～17:30	12	15,600	日の出珠算研究塾 塾長 川原日出男

生きがいづくり講座							
	講 座 名	開催週	曜日	時間	回数	受講料/円	講 師
★	茶道(裏千家)	毎週	木	18:00～20:00	13	16,900	裏千家淡交会秋田支部 参与 佐々木宗知
★ (児学)	きつせとマナー	毎週	月	13:30～15:30	11	14,300	茶道礼法きもの学院認可 川原きもの学院講師 礼法講師 川尻のり子
	きつせとマナー	毎週	月	18:00～20:00	11	14,300	
★	民謡踊	毎週	月	11:45～13:15	11	14,300	秋田民謡協会 宮原 早苗
★	書道(漢字)	毎週	火	18:00～20:00	11	14,300	墨清会総務・読売書法会理事 石井 竹華
★	実用書道(かな含む)	毎週	火	13:30～15:30	11	14,300	墨清会常任理事 日本書芸院一科審査員 奥山 朱鳳
★	実用書道(かな含む)	毎週	水	18:15～20:15	12	15,600	
★	ペン習字	毎週	月	10:00～12:00	11	14,300	墨清会理事 伊藤 扇雲
★	絵 画	毎週	火	13:30～15:30	11	14,300	元美術教師 菊地 伸
	油 絵	毎週	金	14:00～16:00	13	16,900	田口 人美
★	色えんぴつ画	毎週	木	13:30～15:30	13	16,900	バスデシとアートインストラクター 佐々木美佐子
	手編み	第2・4	木	10:00～12:00	6	7,800	(一財)全日本編物教育協会認定指導員 荒木 和子
★	和 裁	毎週	日	13:30～15:30	12	15,600	和裁一級技能士・職業訓練指導員 前田 條子
★	マールアート	月1回	木	13:30～15:30	3	5,100	アトリエ cielo 秋山多賀江
★	飾り花結び	第2・4	土	13:30～15:30	6	7,800	伝農千鶴子
	籐工芸	月2回	水	13:00～15:00	6	7,800	佐々木礼子
★	オシャレなプラカゴ	月2回	水	13:00～15:00	6	7,800	手作り籠工房m主宰 富木真喜子
	練り込み陶芸	第2・4	月	13:30～15:30	6	7,800	
	陶 芸	毎週	木	14:00～16:00	10	15,000	FlORI115 Nerikomi Art Instructor 陶芸工房もなり。 草場 桃江
満	陶 芸	月2回	土	10:00～12:00	6	9,000	
★	英会話 入門・初級	毎週	月	18:50～20:50	11	14,300	国際教育大学院 英語教育修士 インバウンド・ディレクター 高橋 美浩
★	実用英会話	毎週	金	18:30～20:30	13	16,900	
★	中国語(入門)	第2・4	日	13:30～15:30	6	7,800	JCF同路人 編集長 根田 暁子
★	言葉の考古楽(こうこがく)	第2・4	土	13:30～15:00	6	7,800	古代和語研究家 金子 俊隆
★	ヨガDEボイトレ大人の声楽レッスン	第2・4	金	13:30～15:00	6	7,800	全米ヨガアライアンス RYT200 音楽教室主宰・声楽家 茂木 美竹
★	楽しいコーラス	第2・4	金	10:30～12:00	6	7,800	
満	なつかしいフォークソング	月2回	木	15:00～16:00	6	7,800	ペアーレ大仙センター長 毛利 博信
★	文化箏 ※貸出用事あり (月500円)	毎週	火	13:00～14:30	8	10,400	文化箏事教師 藤島 淑子
満	アコースティックギター	毎週	木	18:30～19:30	13	16,900	山手 昌行
	オカリナ	第1・3	金	13:30～15:00	6	7,800	松尾 可祥
満	津軽三味線(入門)	第2・4	火	19:50～20:50	6	9,000	
	津軽・秋田三味線	第2・4	火	18:00～19:30	6	10,200	民謡・津軽三味線東洋会/会主 二代目 井上 成美(黒澤博幸)
満	シニアのための脳トレピアノ®	第1・3	火	10:00～11:30	5	6,500	
★	シニアのための脳トレピアノ®	第1・3	水	10:00～11:30	6	7,800	ピアノ/ゆうゆう塾+エグゼクティブ講師 小松 美岐
	シニアのための脳トレピアノ®	第2・4	火	10:00～11:30	6	7,800	
	シニアのための脳トレピアノ®	第1・3	木	10:30～12:00	6	7,800	ピアノ/ゆうゆう塾+エグゼクティブ講師 佐藤 香純
	写 真	第2・4	月	(館内時) 13:30～15:00	6	7,800	菊井上写真工房 井上剣太郎
★	囲 碁	毎週	月	13:30～15:30	11	14,300	日本棋院大仙支部幹事長 伊藤 敏夫
★ (児学)	将棋教室(入門) 対象:小学2年生～一般	第1・3	水	16:00～17:30	6	7,800	佐藤 正道
	将棋教室(初級・中級) 対象:小学2年生～一般	第2・4	水	16:00～17:30	6	7,800	
	そろばん ※右記時間内の 60分程度 対象:小学生～一般	毎週	金	15:30～17:30	12	15,600	日の出珠算研究塾 塾長 川原日出男
★	ほっこり川柳	第1・3	火	10:00～11:30	6	7,800	よみうり文芸元柳澤通者 高橋三嶋枝
	山野草の寄せ植え	月1回	月	13:30～15:30	3	3,900	草苑・はなざき 戸澤 徳昭
	こんまり®流片づけ講座	第2・4	土	10:00～11:30	6	7,800	こんまり®流片づけコンサルタント 伊藤 幸恵
再	コーヒーの調べ	第3	月	10:00～11:30	3	4,500	ドッピオ コーヒー ファクトリー doppio coffee factory

地域文化講座							
	講 座 名・会場・日時			回数	受講料/円	講 師	
	自然講座(植物)			3	9,200	秋田自然史研究会 会長 沖田 貞敏	
	①冬師(にかほ市)	①10/ 5月	8:30～16:00				
	②黒森山(美郷町)	②10/19月	8:30～12:00				
	③姫神山(大仙市)	③11/ 2月	8:30～12:00				
	野鳥講座			3	12,100	日本野鳥の会 鈴木 三郎	
	①大仙市神宮寺	①10/13火	8:30～16:00				
	②大湯村	②11/17火	8:30～16:20				
	③雄物川周辺	③12/ 8火	8:30～12:00				
満	歴史探訪			5	15,300	県文化財保護審議会 委員 藤澤 昌	
	①秋田市(佐竹資料館と千秋公園等)	①10/ 8木	8:30～16:00				
	②若手県花巻市(山の駅「昭和の学校」等)	②10/22木	8:00～16:00				
	③大仙市と美郷町 (旧池田氏庭園、美郷町歴史民俗資料館等)	③11/ 5木	9:00～15:30				
	④大仙市(強首・大沢郷地域等)	④11/19木	8:30～12:00				
	⑤ペアーレ大仙	⑤12/17木	10:00～11:30				
	ワイン講座(初級・中級)			3	3,900 ほかに 会費3回分 29,000円	(一社)日本ソムリエ協会 認定シニアソムリエ 小西亨一郎	
	①魔女のワイン宴会 グランドパレス川端(大仙市)	①10/23金	18:30～				
	②2026新酒を愛でる会(ペアーレ大仙)	②11/27金	18:30～				
	③ペアーレワイン講座70期特別パーティ(祝う会) レストラン・ジュエーメ(大仙市)	③12/ 4金	18:30～				