美術コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
火曜油絵	日展評議員・白日会会員 三沢 忠	火②④	13:30～16:00	4,200円 教材費525円
油絵・水彩	東京芸術大学大学院修了・立軌会同人 加藤 俊雄	土①③	13:30～15:30	3,150円 教材費315円
北信濃の四季を描こう 水彩画教室	(社)日本水彩画会理事・審査員 信州美術会会員・北信美術会会員 内山 正春	水②④	13:00～15:00	3,150円 教材費315円
鉛筆画とスケッチ	日本美術院院友 徳永 昇	金①③	10:15～12:15	3,150円 教材費315円
初心者から経験者まで 日本画		金①③	13:30～15:30	3,150円 教材費525円
水墨画入門	全日本水墨画会理事 木下 昇雲	土②④	10:15～12:15	3,150円 お手本代315円
水彩、パステル 基礎からの風景スケッチ	現代パステル画協会会友 竹内 真澄	木①③	10:15～12:15	3,150円 教材費525円
お勤め帰りの パステル画	パステル画家 アトリエ レイヨンドソレイユ主宰 山岸 晃江	水①③	★18:30～20:30	3,150円 教材費別途
自分磨きをしてみましょう 絵てがみ	絵てがみで自分史を作る会 認定講師 小林 節子	月③	10:15～12:15	2,100円
暮らしのなかの 絵手紙	日本絵手紙協会公認講師 小林 高子	金①	13:00～15:00	2,100円
似顔絵入門	漫画家 一色こうき	土①	10:15～11:45	2,100円 教材費別途
本格 陶芸	榮峰陶苑主宰 相田 守章	月①③	13:00～15:00	3,150円 教材費別途

書道コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
書道	日展会友 県書道展審査員 真仙会会長 瀧沢 曲峰	木①③	13:00～15:00	3,150円
実用の書まで かな書道	日本書道教育学会師範・会友 正筆会理事 東 蘭芳	火②④	13:00～15:00	3,150円
書の基本から実作へ 書道～かな～	書道香理会理事・読売書法会幹事 義家 光舟	水②④	13:00～15:00	3,150円
かな書道・日常の書	読売書法会評議員 水穂会理事 つくし会理事 中川ゆき美	土①③	10:15～12:15	3,150円
基本から かな書道入門	寿山会師範 坪内 恵葉	月①③	10:15～12:00	3,150円 教材費 初回のみ いろは帖2,000円
生活に役立つ 実用書道		月①③	★18:30～20:15	3,150円 教材費別途
自由に美しく新しい文字 動書入門	動書会 本部理事 審査員 五條貴美花	土④	13:30～15:30	2,625円
ボールペン字	文部省認定ペン字検定1級 東京ペン字教育会正師範 浜村 敏雄	水①③	10:30～12:00	3,150円
すぐに役立つ 筆ペン		木②④	15:00～16:30	3,150円 教材費別途
～西洋の書道～ カリグラフィー	カリグラファーズ・ギルド会員 沖 寿枝	金②④	10:15～12:15	3,150円 教材費別途

教養・趣味コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
やさしい 手相入門 〈2期生募集〉	東明学院専任講師 本荘 豊子	金①	13:00～14:30	12,600円(6回分) テキスト代3,150円
新 自分で占えるようになる タロット占い入門 (全6回)	Eternity主宰 佐野 和子	木① 10/7(木)スタート	10:15～11:15	3,150円 初回カード代3,150円 別途資料代（コピー代）
顔を知ることで人がわかる フェイスリーディング美顔術 (全6回)	日本顔学会会員 大野裕美子	土③	10:15～11:45	2,625円
思いを実現する！〈10月生募集〉 筆跡術	コミュニケーションカウンセラー 筆跡心理士 山田千津子	土②	14:30～16:00	2,100円
四季折々 俳句入門	「ホトトギス」同人 (社)日本伝統俳句協会参与 寺島きよ子	月④	13:00～15:00	2,100円
浮世絵でつづる 街道の旅	市民の浮世絵美術館主宰 川原 廣美	土①③	13:30～15:00	3,150円 教材費別途
家族に遺す自分史	ながの自分史コアセンター主宰 細川 順子	水②④	10:15～11:45	3,150円 教材費別途
声磨きは自分磨き 声のお手入れ講座 (全6回)	日本声楽発声学会員 林 重光	日②	10:15～12:15	3,675円 教材費別途
心が軽くなる コミュニケーション講座	キャリアコンサルタント コミュニケーションカウンセラー 山田千津子	土②	12:45～14:15	2,100円 教材費別途（資料代）
知っておきたい エレガントマナー (全6回)	好生館 マナー研究所代表 青木 孝子	木③	10:30～12:00	15,750円(6回分) 教材費1,200円（6回分） この回からもスタート可能
お顔もボディもいきいきと！〈10月生募集〉 フェロモン美容術 (6ヶ月コース)	ビューティーライフプロデューサー 吉丸三枝子監修 ヴェーネし講師 竹内 圭子	火②④ 木②④	13:00～14:30 ★19:15～20:45	3,150円
新 その日からすぐできる！ 指圧とお灸 (全6回)	鍼灸按摩 マッサージ指圧師 丸山 順子	火②④	13:00～14:30	3,150円 先着10名 教材費1,050円(6回分)
新 ハーブやアロマを取り入れた 環境ハーバルナチュラリスト	日本ハーバルカルチャー ソサエティー認定講師 松本佐和子	月④	10:30～12:00	2,100円 教材費2,100円
かづきれいこの〈10月生募集〉 パーフェクトメイクレッスン (全5回)	REIKO KAZKI専属講師 福島 一美	土①③	10:30～12:30	12,600円 (全5回)
新 開運！ 美眼眉レッスン (全3回)	フェイスリーダー 鈴木 志麻	土① 10/2(土)スタート	10:15～11:45	2,625円 ペア料金4,200円
デジタルカメラ（上級）	プロ写真家 金児 肇	金①	15:00～17:00	2,100円 教材費別途
初級 デジカメ撮影術		火①③	13:00～15:00	3,150円 教材費別途
週末の 一眼レフデジタルカメラ		土①③ ステップアップ	15:30～17:30	3,150円 教材費別途
トランプの知的ゲーム コントラクトブリッジ	コントラクトブリッジ普及協力員 里見 孝子 川上比奈子	金②④	13:00～15:00	3,150円
頭の体操 女性麻雀教室	長野県麻雀業組合連合会会長 清水 昭 麻雀アドバイザー 小林 麻美	金 水	10:15～12:30 10:15～12:30	4,725円 4,725円
楽しい！かわいい！ バルーンアート	世界公認バルーンアーティストCBA 東海林とも子	水①③	13:00～15:00	3,150円 教材費別途
野菜ソムリエに学ぶ 野菜を知る 果物を知る (全6回)	シニア野菜ソムリエ 信州きのこマイスター・ベーシック 太田 奈穂	月①	10:30～12:00	1,785円 教材費315円
きれい！美味しい！ 太巻き祭り寿司	千葉伝統郷土料理研究会講師 浅沢 煌宇子	月②	13:30～15:30	2,625円 教材費1,260円
入門編 〈2期生募集〉 ワインを楽しむ	日本ソムリエ協会ワインエキスパート 米国ワインエデュケーター協会CWE 吉池 絹絵	金④	★18:30～20:00	2,100円 第2期6回 教材費別途

生花コース
花材実費別途　運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
暮らしのいけばな 小原流	小原流評議員 小原流長野県連会長 清水 豊潤	木①③ 木①③	13:00～15:00 ★18:30～20:30	2,100円 2,100円
いけばな龍生派	龍生派家元監事教授 龍生派長野市支部支部長 久保田静甫	火①③	★18:45～20:45	2,100円
生け花池坊	華道家元池坊正教授 村上 三鈴	水①③	★18:30～20:30	2,100円
お花大好きさん集まれ！ 楽しいフラワーデザイン	日本フラワーデザイナー協会本部講師 梨本 聡美	火②④	10:15～12:15	3,150円
新 月1回コース フラワーデザイン		火②	★18:30～20:30	1,575円 教材費別途
新 資格コース フラワーデザイン		火②④	★18:00～21:00	4,200円 教材費別途

語学コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
お勤め帰りの 英会話	英会話講師 スティーブン コリガン	金	★19:00～20:00	7,350円 教材費別途
初めての イタリア語会話	イタリア語講師 小橋 麻美	土①③	★19:30～20:30	4,200円
楽しい ロシア語会話	モスクワ国立大学大学院博士課程修了 ケメロボ国立工科大学語学講師 ケメロボ国立教育大学語学講師 金子タチアナ	月	★18:40～20:00 14:40～16:00	7,350円 教材費別途
韓国語	韓国語講師 オー スンイン	土①③ 日①③ 入門 日①③ 応用	★18:30～19:30 10:30～12:00 13:00～14:30	5,250円 5,250円
今注目の！ 中国語会話	清泉女学院大学中国語講師 ナーガインターナショナル兼任講師他 張 淑華	土	16:30～17:30	7,350円 教材費別途

音楽コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
日本語詞でうたう 楽しいシャンソン	東京音楽大学声楽専攻卒業 岡村 優	木①	13:00～15:00	2,625円
初心者のための やさしい声楽	イタリアトリノ音楽院卒業 日本演奏家連盟会員 小橋 麻美	月②④	10:30～12:00	3,150円
グループで ヴォイストレーニング		土②④	★18:30～20:00	3,150円
初心者から経験者まで ヴォイストレーニング (個人レッスン)		火①③ 水①③	13:00～20:00	4,200円
歌で元気になろう いきいきコーラス		水①③	10:30～12:00	3,150円
プロのシャンソン歌手に学ぶ 一緒にボピュラーヴォイスレッスン	シャンソン歌手 ヴォーカルインストラクター 汐入 規子	月①③	★19:00～20:15	3,150円
新 楽しく歌おう！ はじめてのゴスペル	ゴスペルクワイアメンバー 優 音	水②④	★19:00～20:30	3,150円 教材費別途
歌のレッスン (30分個人)	ヴォイストレーナー 柳原 純子	木①③	16:00～20:30	4,200円
歌のレッスン (30分個人)		金①③	15:30～20:30	4,200円
歌謡曲からポップス、唱歌まで 歌を愉しむ		木②④	13:15～14:45	3,150円 教材費別途
楽しく上達 カラオケ教室	21世紀詩曲家協会 歌謡・歌唱師範 早川 瑤子	火①③	13:15～15:15	3,150円
初心者から 楽しいカラオケ		金②④	10:30～12:30	3,150円
新 ポップス上達法	日本声楽発声学会員 林 重光	土③	★18:00～20:00	3,675円
腹筋を鍛え背筋もビーンと 健康詩吟	尚道流吟道会 師範 原山 華道	金①③	10:45～12:15	3,150円
はじめての 大人のお箏(生田流)	事曲生田流 師範 東京藝術大学大学院準曲生田流修了 湯井麻里子	月②④	★18:30～20:30	4,200円
楽しく弾ける 大正琴	琴城流大正琴教授 三井 利恵	木②④	10:15～12:15	3,150円
はじめての 三味線	正派邦楽会 大師範 北島 雅杏	月②④	13:30～15:30	3,150円 教材費別途
悠久の調べ 二胡を弾こう	二胡上西会講師 上西 隆 上西 一穂	土②④	13:00～14:30 14:40～16:10	5,250円 (楽器レンタル有) 初回教材費2,100円 (教則本代)
はじめての フォークソング弾き語り	シンガーソングライター 宮川 良明	水②④	★19:00～20:30	4,200円 教材費別途
ステップアップ ウクレレ	ウクレレ奏者・講師 関 昌夫	火①③	10:30～12:00	3,150円
はじめての 簡単ウクレレ		木①③	10:30～12:00	
はじめての ウクレレ		木②④	13:00～14:30	3,150円 教材費別途
新しい楽器 テルミン&マトリョーミン	テルミン奏者 丸山 景也	火②④	★19:00～20:15	3,675円 教材費別途
個人レッスン フルート	フルート奏者 景山 敬子	水②④	16:30～20:00	5,250円
新 初心者から やさしいオカリナ		水②④	14:00～15:30	3,150円 教材費別途（10名限定）
はじめよう ハーモニカ	スズキハーモニカ振興会 認定指導者 池田 圭一	水①③	13:00～15:00	3,150円
はじめての クロマチックハーモニカ	スズキハーモニカ振興会認定指導者 松田 久子	月①③	13:00～15:00	3,150円
自然の音色 コカリナ	日本コカリナ協会公認指導者 大熊二三子	月①③	10:30～12:00	3,150円
30分個人レッスン ピアノ	トリニティーカレッジ ピアノグレード5級 青木 真弓	月②④	10:30～20:00	4,200円
30分個人レッスン ピアノ	全日本ピアノ指導者協会会員 中村千恵子	月①③ 火②④	15:30～19:00 10:30～15:00	4,200円
気軽に楽しく ピアノ (30分個人レッスン)	ドイツ国立カールスルーエ音楽大学 ピアノ科修了 武井 純子	火②④	15:30～19:30	4,200円 教材費別途
ジャズ&ポピュラーピアノ (30分個人レッスン)	ジャズミュージシャン 秋山桂一郎	木②④	16:00～20:30	4,200円

着付・服飾コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
ダブルレッスン きもの着付と和装マナー	日本和装学園会長 松島 弘子 日本和装学園長野地区長 西川 孝	火①③	★18:30～20:30	3,150円 教材費別途
あなたもきものの美人 装道きもの着装と礼法	(社)全日本きものコンサルタント協会認定校 装道きもの学院分院 荘きもの学院 荘 元子	金①③ 金①③	15:15～17:15 ★18:30～20:30	3,150円 教材費別途 3,150円 教材費別途
女子力UP! きの流前結び 着付けビギナーズレッスン	きの和装学苑 長野県支部長 小林美奈子	土②④	10:15～12:15	3,150円 教材費別途
素敵に変身！ 着物リメイク	ジャパンレディスビューティ協会 垣内きもの総合学院学院長 垣内三枝子	土②	13:00～16:00	3,675円
ぬくもりを伝える 手編み	(財)日本編物検定1級 小口 俊江	木②④	13:00～15:00	3,150円 教材費別途

舞踊・健康コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
社交ダンス	長野県プロフェッショナルダンス教師協会会長 ダンスアカデミーアオキ経営・指導 青木 誠他	水 入門 水 初級 水 初～中級	10:15～11:35 13:00～14:20 ★19:00～20:20	5,250円
大人になってから始める クラシックバレエ	白鳥バレエ学園講師 塚田みほり	火	10:30～11:45	5,250円
子供から大人まで クラシックバレエ	ウエダバレエアカデミー主宰 上田 えみ	木	16:30～17:30	8,400円（親子） 5,250円（大人のみ）
バレエストレッチ	ダンススタジオブロードウェイ 大友ひとみ	木②④	★19:00～20:00	3,150円
新 ウォーキングシューズで負担なし！ 健康社交ダンス	ひとみダンススクール主宰 健康生きがいづくりアドバイザー 羽生田ひとみ	木	14:40～16:00	5,250円
魅惑の ベリーダンス	Kayou Belly Dance Entertainment 所属・講師 Keiko	木① テクニックプラス 木① 木③	13:00～14:30 13:00～14:00 ★18:15～19:15 ★19:30～20:30	6,615円 4,200円
魅惑の フラメンコ	フラメンコ愛好家 高野由美子	水 中上級 金 初級	14:00～15:30 13:30～15:00	5,250円
はじめての ハワイアンフラ	ドゥザフラ豊田メイツ インストラクター ナニレイモミ 映子	水②④ 水②④	10:30～11:45 11:50～13:05	3,675円
ゆったり フラダンス	ナニ マウロア フラスタジオ主宰 Lei ho'oheno 美奈子	金②④	13:00～14:30	4,200円
心をいやす フラダンス	ナニ マウロア フラスタジオ インストラクター 米山 恵美 平野 愛	木②④	★18:30～19:30	3,150円
はじめよう！ タヒチアンフラダンス	ナニ マウロア フラスタジオ インストラクター 平野 愛	木②④	★19:40～20:40	3,150円
やさしいフラダンス ハワイアンフラ	Beauty Hula 代表 阿部 磨弥	金①③	10:30～11:30	3,150円
休日の ハワイアンフラ		日②④	12:30～13:30	3,150円
踊ってシェイプアップ！ はじめてのタヒチアンダンス	Beauty Hulaスタッフ Ku/くう	金②④	★19:15～20:15	3,150円
お仕事帰りにリフレッシュ やさしいフラダンス	フラスタジオウルプア代表 寺沢久美子	火①③	★19:15～20:30	3,150円
新 インド舞踊にふれる	インド舞踊家 横田ゆうわ	金②④ 10/8(金)スタート	★19:00～20:30	3,150円
リズムにのって ヒップホップでシェイプ!	ダンスインストラクター TAKASHI	月(月3回)	14:30～15:30	4,200円
新 おしゃれでファンキー ストリート・ジャズ	H&B晴恵スタジオインストラクター 倉島麻里子	月(月3回)	★19:00～20:00	4,200円
楽しく踊ろう 安来節 (どじょうすくい)	安来節保存会大師範 棚橋 保	木③	14:00～15:30	2,625円
やさしい 健康体操	健康運動指導士 大熊二三子	月	13:00～14:00	5,250円
お勤め帰りの リラックス体操		月②④	★19:00～20:00	3,150円
女優やモデルがきれいな理由は モデルウォーキングエクササイズ	モデルウォーキングインストラクター kumiko	金①③	★19:30～20:30	3,150円
新 美しく歩いてダイエット ボスチュアウォーキング (6ヶ月)	ボスチュアスタイリスト 佐藤 陽子	日②④	13:00～14:30	4,200円
楽しく!! バランスエクササイズ	健康運動指導士 小川 隆江	月(月3回)	15:45～16:45	4,200円
新 心も身体もスッキリ！ リンパケアでボディメイク (全6回)	Eternity主宰 佐野 和子	木① 10/7(木)スタート	11:20～12:35	3,150円
無理なく楽しく 骨盤調整エクササイズ	厚生労働大臣認定 健康運動指導士 工藤 千恵	金②④	11:00～12:15	3,150円 教材費別途
週末の 骨盤調整エクササイズ		土①③	17:45～19:00	3,150円
新 ごっほん先の 貯筋体操 (6ヶ月)		火	15:15～16:15	4,200円
健康ヨガ	国際ヨガ協会 長野中央支部支部長 ヨガ療法士 岩佐 晃子	木	10:30～12:00	5,250円
のんびりヨガ		木②④	13:00～14:30	3,150円
フィットネスヨガ	ダンススタジオブロードウェイ 藤井とよ子	土②④	10:10～11:10	3,150円
心身の調和 やさしいヨーガ	ホリチャ・ヨーガ 長野ヨーガ協会インストラクター 中澤 信子 酒井 宏子	月 (月3回)	10:30～12:00	4,200円
産前産後の バースヨーガ	インド政府公認 シバナンダヨーガ正式指導者 川口 麻美	月① マタニティ 月③ 産後	10:10～11:40 10:25～11:40	3,150円 教材費315円
キャンドルの光に包まれて アロマヨーガ		金①③	★19:15～20:45	3,675円 教材費315円
新 初心者のための アシュタンガヨガ	全米ヨガアライアンス認定講師 雲野ひかる	火②④	★19:00～20:15	3,150円
スポーツ吹矢 呼吸健康法	(財)日本スポーツ吹矢協会 公認指導員（理学博士） 中嶋 研二	日①③	10:30～12:00	3,150円 教材費315円
新 脳と体の活性化 老化予防術	介護予防普及全主宰 山本 克彦	火①③	13:00～14:30	3,150円
キックボクシング入門	(元)プロキックボクサー 山岸 亮	水①③	★19:00～20:00	2,730円
体力UP！ キックボクシング		水②④	★18:45～20:45	3,150円
楊名時八段錦太極拳	楊名時太極拳師範 NPO法人日本健康太極拳協会理事 小田切圭市	月	13:00～14:30	5,250円
美容に、運動不足解消に 太極拳	健康運動指導士 日本武術太極拳連盟公認A級指導員 小川 隆江	木①③	★19:00～20:30	3,150円
はじめての 気功	医療気功師 佐々木礼子	水	14:30～15:30	4,200円 (月4回)
レベルアップ 気功			15:40～16:40	3,150円 (月2回)
飛天の舞 花架拳	日本花架拳学会教授 立石千佳子	水①③	10:30～12:00	3,150円
空手教室 (中級)	(財)全日本空手道連盟会員 日本体育協会空手道コーチ 伊藤 仁	火	★19:10～20:30	4,725円
合気道	合気道長野県連盟指導員 石垣 晴夫 合気道長野県連盟指導員	土	11:30～13:00	5,250円
はじめての 合気道女性部	合気道長野県連盟主席師範 合気道石垣道場道場長 石垣 晴夫 合気道長野県連盟女性指導員	土	11:30～13:00	5,250円

受講料等の金額は全て税込です。

手芸・工芸コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
ステンドグラス	我楽須工房 米川 友基	火②④	13:00～15:30	3,675円
はじめての グラスアート	ガラス工芸作家 山本 達也	金①③	10:15～12:15	3,150円 教材費別途
アクセサリーから始める 七宝焼	光風会会員 信州美術会会員 北信美術会会員 小林 洋子	木②④	10:30～12:30	3,150円
新 磁器上絵付け ヨーロピアン・ポーセリン・アート	アトリエ・レイ主宰 J.P.P.A.会員 中村 玲子	火①③	13:00～15:00	4,200円 教材費別途
革工芸	日本手工芸指導者協会師範 丸田 民子	木	10:15～12:15	4,725円 3,150円(月2回) 教材費別途
木目込人形 真多呂人形	真多呂人形学院教授 小山真葵津	金①③	13:00～15:00	3,150円
クリスタルな輝き アメリカンフラワー	トウペディップアート協会教授 小口 俊江	木②④	10:15～12:15	4,200円
やさしい パッチワークキルト	パッチワークキルトスクール コットン工房MIYAKO主宰 小林美弥子	火①③	10:15～12:15	3,150円
資格取得コース パッチワークキルト		火①③	10:15～12:15	5,250円～
ハワイアンキルト	ハワイアンキルト作家 阿部 磨弥	火②④	10:30～12:30	5,250円
永遠の美しさ ハワイアンリボンレイ	ハワイアンリボンレイ インストラクター 松崎 美香	木①	13:30～15:30	2,100円 教材費別途
～くらしを彩る～ 手織り	伝統手織協会インストラクター 吉村祐三子	金③ 初級	13:30～16:30	2,625円 教材費別途
～くらしを彩る～ 手織り入門		金③ 入門	13:00～16:00	
あなたも思い出アーティスト スクラップブッキング	アート&クラフトDUO認定講師 スクラップブッキング協会認定講師 沖 寿枝	金②④	13:00～15:00	3,150円 教材費別途
ペーパークイリング	カリグラファーズ・ギルド会員 沖 寿枝	金②	★18:30～20:00	1,575円 教材費別途
新 繊細な美しさ パーチメントクラフト	IPCA公認講師 二木 律子	木②④	13:00～15:00	3,150円 教材費別途
お花がまわる！ 花風車 (はなかざぐるま)	花風車作家 鈴木 清方 鈴木喜代子	水④	10:15～12:15	2,100円 教材費別途
季節の 折り紙	日本折紙協会講師 宮野ちぐみ	水②	10:15～12:15	1,575円

幼児・児童コース
運営維持費 105円

講座名	講師	曜日	時間	受講料(1ヶ月)
月2回 新 ほっぺんくらぶ (にこにこ入園準備コース)	学研ほっぺんくらぶ専任講師	火①③	2才～4才 未就入園予定者	10:15～11:15 6ヶ月限定	3,150円 教材費1,512円
学研幼児教室 ほっぺんくらぶ		火②④	のびのび 1才～2才	10:15～11:15	3,150円 教材費1,512円
		火	にこにこ 未就入園予定者～	11:30～12:30	5,040円 教材費2,184円
		木	園児コース 年少～年中	16:00～17:00	5,040円 教材費2,184円
産前産後の バースヨーガ	インド政府公認 シバナンダヨーガ正式指導者 川口 麻美	月①③	10:25～11:40	3,150円 教材費315円
たのしい ジュニアクラシックバレエ	白鳥バレエ学園主宰 塚田たまゑ	水 3才～小1 小2～	16:00～17:00 16:40～17:40	5,250円
子供（3才）から大人まで クラシックバレエ	ウエダバレエアカデミー主宰 上田 えみ	木	3才～ 16:30～17:30	8,400円（親子） 5,250円（子供のみ）
子供のための 美しいバレエ	日本社団法人日本バレエ協会会員 服部バレエ団インストラクター イギリス ノーザンバレエスクール卒業 小川 愛	土 年中～年長 小1～	16:10～17:10 17:20～18:20	5,250円
明るく元気いっぱい チアダンス	ダンススタジオ ブロードウェイ主宰 塚田まゆり スタッフ 石川 奈穂	土 小2～ 年中～小1	13:30～14:30 14:40～15:40	5,250円
リズムに乗って元気よく！ チアダンス	Song leading Dance Family主宰 阿部美音子 専任講師	日①③ 5才～小1 日①③ 小2～	10:15～11:15 11:20～12:20	3,150円
楽しく！ キッズヒップホップ	ダンススタジオ ブロードウェイ 西澤さゆり	水①③	17:45～18:45	3,150円
新 キッズストリートダンス (小2～)	H&B晴恵スタジオインストラクター 倉島麻里子	月(月3回)	17:30～18:30	4,200円
こどものフラ ケイキフラ	フラ教室ウルプア代表 寺沢久美子	土②④	13:00～14:00	3,150円 (子供のみ) 5,150円 (大人+子供ペア)
こども 合気道	合気道長野県連盟主席師範 合気道石垣道場道場長 石垣 晴夫 合気道長野県連盟指導員	土 年長～	10:30～11:30	4,725円
少年空手	(財)全日本空手道連盟会員 日本体育協会空手道コーチ 伊藤 仁	火 小3以上 中級 金 年中・年長 小1・2	17:40～19:00 ★19:10～20:30 16:40～17:40 17:50～19:00	4,725円
空手教室	(社)日本空手協会師範 小田切圭市	土	年長～ 16:00～17:30	4,725円
楽しく苦手克服！ 子供体操教室	厚生労働大臣認定 健康運動指導士 工藤 千恵	火	年中～小1 16:45～17:45	4,725円
ベー先生の こどもの絵と造形教室	東京芸術大学大学院卒 日本色彩学会正会員	月②④	16:15～17:15	3,150円 教材費210円
子供のための 絵画とデッサン	ベホジュ	水② 小4～	17:40～18:40	3,150円 教材費210円
集中力アップと正しい文字を学ぶ 児童の毛筆と硬筆	日本書道教育学会師範・会友 正筆会理事 東 蘭芳	火①②③④	年長～ 16:00～18:00	3,150円
児童書道	日本書道教育学会・書道師範 浅地 友子	土①③	年長～ 13:30～15:00	2,625円 教材費105円
30分個人レッスン ピアノ	トリニティーカレッジピアノグレード5級 青木 真弓	月②④	10:30～20:00	4,200円
30分個人レッスン ピアノ	全日本ピアノ指導者協会会員 中村千恵子	月①③	15:30～19:00	4,200円
30分個人レッスン ピアノ	ドイツ国立カールスルーエ音楽大学ピアノ科修了 武井 純子	火②④	15:30～19:30	4,200円 教材費別途
こどものお箏	箏曲生田流正派 大師範 北島 雅杏	月②④	16:00～18:00	2,625円 教材費315円

※空席状況については事前にお問い合せ下さい。各講座とも満席になり次第申し込み締切りとなります。　★印は午後6時以降のレッスンです。