

表記の金額は全て税込です。

※体験・説明会は事前にお申し込み下さい。

四季折々の俳画を楽しむ 新講座

四季の草花や風物を簡単に表現し、半紙、はかき、短冊、扇子など楽しみながら創作します。

●第1(金)
13:30~15:30
2,100円
お手本代840円

無料体験講習会
6/4(金)
教材費840円



講師/石田 恵穂

脳のトレーニング 健康マージャン 新講座

麻雀は最高に面白くて、脳トレや、友達作りにも最適なコミュニケーションのゲームです。まったく初めての方でも楽しく、優しく、わかりやすくレッスンします。

●第1・3(金)
13:30~15:15
3,675円
テキスト代
初回のみ1,000円

無料体験講習会
5/21・6/4(金)

講師/塚本 邦博



舞台演出家が創る 朗読エクササイズ 新講座

詩、小説、エッセイ、雑誌、新聞、脚本など、あらゆるジャンルの活字をテキストに、演出家が相手に伝えやすい表現を指導します。朗読で気分爽快、ストレス解消を...

●第3(水) 10:15~11:45
3,150円 テキスト代別途

無料体験講習会
6/16(水)

講師/成瀬 芳一



健康と生きがいづくり スポーツ吹矢 新講座

日本で生まれた新しいスポーツ!腹式呼吸で精神力と集中力を身に付け、身体を鍛えましょう。

●第1・3(火)
13:30
~15:00
4,200円
備品代105円

無料体験講習会
6/1・15(火)
教材費105円

講師/小淵 昭雄




椅子をつかう健康エクササイズ ジャイロキネシス 新講座

椅子やマットの上で流れるように動き、体をほぐす気持ちのいいエクササイズです。疲れた体のメンテナンスに。

●第2・4(火)
12:30~13:45
4,200円

無料体験講習会
5/25・6/8(火)

講師/コシバエ マミ



楽しい音楽にのって ストレッチ&エアロビクス 新講座

音楽に合わせて体全体を使うソフトエクササイズです。有酸素運動で脂肪を燃焼させます。夏に向けてダイエット!!

●(火)
10:15
~11:35
6,300円

無料体験講習会
5/25・6/1(火)

講師/莉 子



心も体も美しく 日本舞踊でエクササイズ 新講座

「成瀬流彩の会」家元、香縁の初心者向けコース。和モダン音楽にのせて基本動作から楽しく踊りましょう。姿勢改善、ダイエットにも最適!!

●第2・4(金)
13:00~14:30
4,200円

無料体験講習会
5/28(金)

講師/成瀬 香縁



リラックスして若返り ゆる体操 新講座

ゆる体操は体を揺らして心身のこりや歪みをとります。やさしく気持ちのいい体操です。美容や健康維持にさあ始めましょう。

●第1・3(月)
10:15~11:30
4,200円

無料体験講習会
5/31・6/7(月)

講師/竹田 茂代



おすすめ講座

オリジナルの器作り
■陶芸教室

●第1・3(月)
10:15~12:15
4,200円 教材費別途

一日体験講習会
5/31・6/7(月)
体験費525円 教材費1,575円
フリーカップ

講師/徳永 昌士




誰でも描ける
■やさしいやさしい日本画

●第2・4(木)
10:15
~12:15
4,200円

無料見学会
5/27・
6/10(木)

講師/重里 香



おしゃれなステンドグラス
■ガラスアート

●第1(月)
10:30~12:30
2,100円 教材費別途

一日体験講習会
6/7(月)
体験費525円 教材費1,260円
バラのミニ額

講師/井上 広子



■フルーツ&ソーパークーピング

●第2(火) 14:00~16:00
2,625円 教材費別途

一日体験講習会
6/8(火)
体験費525円 教材費630円
ソーパークーピングアレンジ

講師/田島 としこ




描けたらいいな
■透明水彩画のき・ぼ・ん

●第1(水)
10:15
~12:15
2,625円
教材費210円

一日体験講習会
6/2(水)
体験費525円
教材費210円

講師/小黒 哲夫



筆文字アートを
■楽書

●第2(金) 13:15~14:45
2,625円

一日体験講習会
6/11(金)
体験費525円 教材費100円

講師/岐 葉




気楽に楽しむ
■茶道立礼(裏千家)

●第2(月)
10:15~12:15
2,100円 水屋料400円

一日体験講習会
6/14(月)
体験費525円
教材費300円

講師/高澤 宗好



たのしく学べる
■韓国語入門

●第2・4(火)
10:30~12:00
5,250円

一日体験講習会
5/25(火)
体験費525円

講師/姜 銀珠



算数的脳活用
■ジャグリング入門

●第2・4(水)
17:30~18:30
3,675円

一日体験講習会
5/26・6/9(水) 体験費525円

講師/しんのすけ



心に響く
■沖縄三線

●第1・3(木)
13:00~14:30
4,200円

一日体験講習会
5/20・6/3(木)
体験費525円

講師/宮里 英克



■ルーシーダットン(インド式ヨガ)

●(日)
10:30
~11:30
6,300円

一日体験講習会
5/23・30(日)
体験費525円

講師/原田 裕子



■健康リズムたいそう

●第1・3(木)
11:45
~13:00
4,200円

一日体験講習会
6/3・17(木)
体験費525円

講師/高橋 緑



■骨盤調整ヨガ

●第1・3(火)
12:30
~13:30
4,200円

一日体験講習会
6/1・15(火)
体験費525円

講師/右見 麻衣子



■楽々快適生活術

●第1・3(金)
13:30~15:30
4,200円

一日体験講習会
5/21・6/4(金)
体験費525円

講師/中島 章夫



中高年の為の
■ゆっくり健康体操

●(木)
10:30~11:45
5,250円

一日体験講習会
5/20・27(木)
体験費525円

講師/佐藤 千恵子




おためしに
■合気道

●(木)
19:30~20:30
6,300円

一日体験講習会
5/20・27(木)
体験費525円

講師/三橋 亮



初夏の奥多摩へ
■玉堂美術館と御岳溪谷散歩

玉堂美術館と美しいランチョで初夏の奥多摩散歩を楽しみます。鎌ヶ谷大仏店合同企画
(JR八柱駅入口10:00集合
現地解散・交通費・食代・入館料各自負担)
●全1回コース 3,150円 6/1(火)
講師/坂元 洋介



〈夏直前・踊って!舞って!エクササイズ〉

■水曜の夜
ハワイアンフラ

●(水)
19:00~20:15
6,300円

一日体験講習会
5/26・6/2(水)
体験費525円

講師/成田 紘子 講師/今里 房子




■土曜
エンジョイフラ

●第1・3(土)
15:00~16:30
4,200円

一日体験講習会
5/29・6/5(土)
体験費525円

講師/Nani Malie




■はじめてのベリーダンス

●(金)
11:00~12:00
6,300円

一日体験講習会
5/28・6/4(金)
体験費525円

講師/EVA

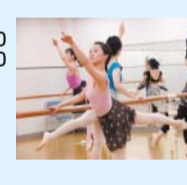


■大人のための
クラシックバレエ

●(月) 10:30~11:30
13:00~14:00
6,300円

一日体験講習会
5/24・31(月)
体験費525円

講師/加藤 香奈枝



幼児・児童コース ~夏休みワンコイン500円体験~ (一部除外講座あり) 7月1日
~
8月31日

自分時間作ってみませんか? 一日体験講習会 **要予約**

●定員予約制、先着順受付中。
●体験費・教材費を添えてお申し込み下さい。

美術・書道コース				体験費525円
講座名	日・曜日	時間	摘要	
小筆・筆ペン・ボールペン字	5/25・6/8(火)	13:30~15:00	日常に役立つ	
ペン習字	5/18・6/1(火)	10:30~12:00	心をこめて 教材費100円	
破体書道	5/18・6/1(火)	10:30~12:00	おそろかに書く 教材費200円	
水彩画を描こう	5/29・6/5(土)	10:15~12:15	絵を楽しむ 教材費300円	
手芸・工芸コース				体験費525円
つるし飾り	6/9(水)	10:15~12:15	二枚廻り 教材費1,050円	
ピースステッチ	5/21・6/4(金)	10:15~12:15	ネックレスかブレスレット 教材費1,950円	
ハワイアンキルト	5/25・6/8(火)	10:15~12:15	コースター 教材費1,050円	
カルトナーージュ	5/19・6/16(水)	10:30~12:30	リボントレー 教材費1,500円	
戸塚刺しゅう	5/20・6/3(木)	10:15~12:15	ティッシュケース 教材費500円	
きらきらデコ・スイーツデコ	6/24(木)	10:30~12:30	ミラー付キーホルダー 教材費1,050円	
リボンレイ	6/8(火)	10:15~12:15	ピカピカクロス 教材費1,365円	

教養・語学コース				体験費525円
講座名	日・曜日	時間	摘要	
鎌倉伝説巡り	6/19(土)	10:20~11:50	年2回現地へ	
メイクアップ	6/13(日)	30分個人レッスン	要予約	
音楽・趣味コース				体験費525円
ヴァイオリン	5/26・6/9(水)	17:00~20:30	30分個人レッスン (要予約)	
ギター教室	5/25・6/8(火)	13:00~20:30	30分個人レッスン (要予約)	
ピアノ教室	各曜日あり	30分個人レッスン	要予約	
木曜フルート	5/27・6/10(木)	13:00~20:00	40分個人レッスン (要予約)	
ウクレレ	5/29・6/5(土)	10:30~12:00	ウクレレ無料貸出	
楽しいウクレレ	5/31・6/7(月)	13:00~14:30	ウクレレ無料貸出	
生け花・茶道コース				体験費525円
Flowerアレンジ	6/11(金)	10:30~12:30	フラワーアレンジ 2,100円	
フラワーアレンジ	6/2(水)	10:30~12:30	花材費2,100円	

舞踊・健康コース				体験費525円
講座名	日・曜日	時間	摘要	
ソシアルダンス	5/25・6/1(火)	11:00~12:00	基本のステップから	
HIP・HOP	5/22・29(土)	12:30~13:30	リズムにのって	
服飾・着付コース				体験費525円
楽しい編物	5/20・6/3(木)	13:30~15:30	ジュジュカ カーネーション コースジュ350円	
幼児・児童コース				体験費500円
ピアノ	各曜日	30分個人レッスン	要予約	
子供絵画	6/14(月)	16:30~18:00	4才~ 教材費300円	

姉妹店のご案内
 新京成電鉄沿線に、姉妹店があります。鎌ヶ谷店同様、多彩な講座と豊富なカリキュラムを取り揃え、皆様のご来店をお待ちしております。詳しくは、各店にお問い合わせ下さい。

八柱店: 松戸市日暮1-15-8 イトーヨーカドー3階
TEL.047-385-2321(代)

高根台店: 船橋市高根台1-2-1 エポカ高根台3階
TEL.047-469-1631(代)

鎌ヶ谷大仏店: 鎌ヶ谷市鎌ヶ谷1-8-2 鎌ヶ谷大仏駅ビル4階
TEL.047-441-8211(代)

個人情報について
 入会・受講申込みの際には、氏名、住所、電話番号、メールアドレスなどをご記入をお願いします。講座に関する連絡や、サービス向上を図る目的でご利用させていただきますが、個人情報の機密保持には万全を期しておりますので、ご協力をお願い申し上げます。

