

表記の金額は全て税込です。

体験・説明会は事前にご予約下さい。

美しい体をめざして クラシックバレエ 新講座

初心者・経験者
プランクのある
方も。
綺麗なスタイル
を目指しましょう。

(木)
10:30
~12:00
5,775円

無料体験講習会
5月27日(木)

6/3(木)スタート 講師/金山 華純



笑いの力で免疫力アップ! ラフター気功 新講座

どなたでもできる簡単な
動きと呼吸法で心と身体
をほぐし、笑いのパワーで
免疫力を高め自律神経の
バランスを整えます。

第1・3(木)
13:30~15:00
3,675円

無料体験講習会
5月20日(木)
13:30~14:30

6/3(木)スタート 講師/深田 恵子



骨盤調整でシャープなボディへ ピラティス 新講座

コアトレーニングのエクササイズとして人気のピラティス。
健康的にスリムになりたい、無理のない運動をしたいと
いう方におすすめです。

(水)
14:30
~15:30
6,300円
4,200円
(月2回)

無料体験講習会
5月26日(水)

6/2(水)スタート 講師/MIWA



5月新規生募集 ハワイアン・フラ 新講座

運動不足の解消、ストレスの発散に最適。アロハの
リズムにのって優雅に踊りましょう。

第1・3(月)
14:00
~15:00
3,465円

開講中

無料体験講習会
5月31日(月)

講師/新井 由美・宇都宮 榮美子




5月新規生募集 クラリネット 新講座

初心者から上
級者まで。それ
ぞれのレベル
で指導いた
します。

第2・4(火)
15:30
~21:00
4,830円
(30分個人レッスン)

無料体験講習会
6月1日(火)
16:00~16:30

6/8(火)スタート 講師/永井 美香




はじめての ハーモニカ入門 新講座

情緒豊かで優しい音を奏でるハーモニカ。一度マスター
すれば一生の友です。

第1・3(金)
14:00
~15:00
2,625円

無料体験講習会
5月21日(金)

6/4(金)スタート 講師/後藤 貞男




古文書入門 新講座

江戸時代の
人々の営み
や文化が味
あえる古文書。
初めて読む方
へもおすすめ
の入門クラス
です。

第1・3(日)
10:30
~12:00
4,200円

6/6(日)スタート 講師/山崎 善弘

無料体験講習会
5月30日(日)




自由に心を詠む17音詩 現代川柳入門 新講座

川柳は誰で
も作れる自由
でやさしい
17音字の人
間詩。喜怒哀
楽を思うがま
まに詠んで
みませんか。

第4(火)
13:30
~15:30
1,575円

6/22(火)スタート 講師/中野 文雄

無料体験講習会
5月25日(火)
川柳の作り方・添削



リトルキッズジャズ 新講座

とにかく体を動かすのが好き、ダンスが好きという
お子様のための教室です。

(4才~6才)
第2・4(金)
16:00
~17:00
3,675円

6/11(金)スタート 講師/申原 美沙紀

無料体験講習会
5月28日(金)




5月新規生募集 子供のクラシックバレエ 新講座

クラシックバレエの
技法を丁寧に指導
します。個々のレ
ベルに合わせた指導
法です。

開講中
(月)
15:45~16:45(4才~6才)
16:45~17:45(小2~)
16:45~18:00(小2~トウクラス)
18:00~19:00(小5~トウクラス)
5,775円

5月31日(月) 講師/穂積 いつ子

無料体験講習会



Happyママと天使のお教室 ベビーヨガ&マッサージ 新講座

タッチケアを通
して赤ちゃん
と向き合うや
さしい時間を作
りましょう。マ
マと赤ちゃん
の癒しの場
です。(2ヶ月
~アンヨくらい
まで)

(全6回)
第2・4(土)
10:30~12:00
4,200円 オイル・テキスト代別途

6/12(土)スタート 講師/濱渦 千里

無料体験講習会
5月22日(土)



5月新規生募集 こども護身術 新講座

登下校や塾の
行き帰りなど、
とっさの時に
身を守る子供
ができる護身
術を学びます。

(水)
18:10
~19:10
4,725円

開講中 講師/舛山 竹司

無料体験講習会
5月26日(水)



香りを楽しむ インセンスフラワー 新講座

天然の材料だけで作るお香クラフト、イン
センスフラワー。アレンジ次第でインテリ
アや芳香剤としてご利用できます。

第2・4(水)
10:30
~12:00
4,200円
教材費別途

6/9(水)スタート 講師/山中 桂子
柳 ゆかり

無料体験講習会
5月26日(水)
教材費800円
10:30~11:30



天然石の魅力 パワーストーン・アクセサリ 新講座

あなたに勇気とパワーを与えてくれる石と
の出会い。可愛いアクセサリとしていつ
も身につけられます。

第1(月)
12:30
~14:30
2,100円
教材費別途

6/7(月)スタート 講師/諒有子

無料体験講習会
5月31日(月)
教材費1,050円



ミニチュア・フード・リアルアート 新講座

樹脂粘土で果物・お野菜などのミニチュア
料理サンプルを作ります。リアルさには驚
きです。

第3(火)
13:00~15:00
2,100円
教材費別途

6/15(火)スタート 講師/梅田 哲朗

無料体験講習会
5月25日(火)
教材費600円
14:30~15:30



正統 五行易(初代易八大構成) 新講座

断易、漢易とも呼ばれ古い歴史を持つ五行
易。難しく思われがちですが、占法はいた
って簡単。身の周りに起こる悩みや心配事
の解決法、対処法を学びます。

第4(火)
13:00
~14:30
2,625円
教材費別途

6/22(火)スタート 講師/五行易研究家
大彩 可琳

無料体験講習会
5月25日(火)



不思議なパワー ハンドヒーリング 新講座

霊気は宇宙に無限に存在する「愛・癒し・調
和」の宇宙生命エネルギーを使って癒す日
本伝統療法の1つです。自己ケアはもちろ
んあなたの周りの大切な人を癒してあげ
ましょう。

第3(土)
13:00
~15:00
2,100円

7/17(土)スタート 講師/Sofia

無料体験講習会
6月19日(土)




ヴォーカル・ヴォイストレーニング おすすめ

皆で楽しく歌いましょう。

第1・3(火)
13:15~14:30
4,200円

講師/川崎 恵子

一日体験講習会
5月18日(火)
体験費525円



居合道教室 おすすめ

抜刀から納刀など
の技能の修練から
はじめます。

(金)
19:00
~20:00
4,725円

講師/吉岡 邦康

一日体験講習会
5月28日(金)
体験費525円



パワーヨガ おすすめ

バランスの取れたプロポーション作りを目
指しましょう。

(月3回)
(月)
19:30
~20:45
5,250円

講師/田中 千恵

一日体験講習会
5月24日(月)
体験費525円




骨盤ダイエット体操 おすすめ

骨盤の歪みを正して理想の体型に。

第2・4(月)
13:00~14:15
4,200円

講師/上野 弥生

一日体験講習会
5月24日(月)
体験費525円



リフレッシュヨガ おすすめ

ヨガのポーズで心と体を癒しましょう。

(木)
13:30~14:45
5,250円

講師/水野 舞子

一日体験講習会
5月27日(木)
体験費525円



一日体験講習会 要予約 定員予約制、先着順予約受付中。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:1,050円 |
|----------|---------|-------------|----------------|------------|
| 講座名 | 日・曜日 | 時間 | 摘要 | |
| 絵手紙 | 5/24(月) | 13:00~15:00 | 教材費無料 | |
| 楽しい油絵 | 6/3(木) | 13:30~15:30 | 教材費300円 | |
| 水曜陶芸教室 | 5/19(水) | 11:00~13:00 | 教材費1,000円 | |
| やさしい日本画 | 5/22(土) | 12:15~14:15 | 教材費630円 | |
| 教養・語学コース | | | | 体験費:1,050円 |
| はじめての韓国語 | 5/20(木) | 13:00~14:00 | 4月にスタートしたばかりです | |
| 俳句入門 | 5/21(金) | 10:10~11:40 | ことは遊びを楽しみましょう | |
| 音楽・趣味コース | | | | 体験費:1,050円 |
| 愛唱歌を歌う | 5/28(金) | 13:00~14:30 | 懐かしい歌を皆で歌いましょう | |

| ダンス・健康コース | | | | 体験費:1,050円 |
|-------------|-------------|-------------|------------------------|------------|
| 講座名 | 日・曜日 | 時間 | 摘要 | |
| フィーリング気功 | 5/18(火) | 13:45~15:15 | 気の流れを整えましょう | |
| スポーツボイス | 6/5(土) | 10:30~12:00 | 美しい声と整ったボイスタイプを! | |
| ナイト・ハワイアンフラ | 5/31(月) | 19:30~20:40 | アロハのリズムでしなやかに... | |
| カンフー教室 | 5/24(月) | 16:30~18:00 | 運動能力を高めよう | |
| ピラティス | 5/26(水) | 10:30~11:30 | 理想のボディを作りましょう | |
| 手芸・工芸コース | | | | 体験費:1,050円 |
| リボンアーティスト | 5/18(火) | 13:15~14:45 | 教材費525円 ユースター | |
| シャドーボックス | 5/27(木) | 10:10~12:40 | 教材費750円 ビーター・ラビットのミニ講座 | |
| 服飾・着付コース | | | | 体験費:1,050円 |
| 前結び着付 | 5/26・6/9(水) | 14:00~16:00 | 前で結んで後ろにクルッと! | |

| 生け花・茶道コース | | | | 体験費:1,050円 |
|-----------------------|---------|-------------|---------------|------------|
| 講座名 | 日・曜日 | 時間 | 摘要 | |
| 小原流 | 5/26(水) | 10:30~13:30 | 花材費1,050円 | |
| フラワーアレンジメント&ブリザードフラワー | 5/26(水) | 14:00~16:00 | 花材費どちらも2,100円 | |
| 幼児・児童コース | | | | 体験費:1,050円 |
| こども土曜絵画 | 5/22(土) | 10:30~12:00 | 4才~教材費315円 | |
| ジュニア新体操 | 5/28(金) | 16:00~17:00 | 4~6才 | |
| カンフー教室 | 5/24(月) | 16:30~18:00 | 5才~ | |

個人情報について

入会・受講申し込みの際には、氏名、住所、電話番号、メールアドレスなどのご記入をお願いしております。講座に関する連絡や、サービス向上を図る目的で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。

入会と受講のご案内

入会金は5,250円(永久会員)で、各地のカルチャーの教室でご利用できます。70才以上の方は入会金無料です。家族の方の入会金は半額になります。受講料は、3ヶ月分前納制です。尚、運営維持費を頂きます。会員は何講座でも受講できます。講座によっては、作品製作のための材料費、プリント代、お手本代がかかることもあります。都合により開講できないこともあります。詳しくは、受付に用意した「入会と受講のご案内」をご覧ください。

ご案内

