

2025年 夏号

culture school

講座

ご案内

夏の

キャンペーン

①1ヶ月チャレンジ(6,7,8月中の1ヶ月間)

《こども・親子講座》

1ヶ月分の受講料でお試し受講

(登録事務手数料不要・教材費別途一部除く)

②既存講座 体験費1,100円

(一部除く)

体験当日の受講申し込みで

③体験費キャッシュバック

(一部除く)

②、③のみ6月30日(月)まで

はじめての方も

俳句を学ぶ

NEW

塗り替へて

光る灯台

青岬

五・七・五の十七音に日々の暮らしから感じたことを表現してみよう。詠むことの楽しみや、歳時記をひく楽しさを感じてください。

●第3(金)

13:30~15:30

●受講料 2,200円

教材費別途

体験会

5/16-6/20(金)

体験費 1,100円

講師 佐藤 景心

30分個人レッスン

ゼロから始めるオカリナ

NEW

オカリナのやさしい癒しの音色を奏でてみましょう。初めての方も個人レッスンなので自分のペースにあわせて基本からゆっくり楽しみながらできます。

●第1・3(水)

10:00~12:00

●受講料 4,400円

無料説明会

5/21(水)

11:00~11:30

講師 湊 由美子

言葉の文化遺産

古典落語を楽しむ(全4回)

NEW

古典落語の演目を十分に楽しむため解説をまじえた講座となります。たん方先生のお話から落語の落ちどころや情景を想像し落語の魅力を堪能ください。

●5/25-6/22-7/13-8/10(日)

10:30~12:00

●受講料 2,200円

5/25(日) スタート

講師 きり亭たん方

タロット東洋起源説から学ぶ

女性のためのタロット&四柱推命

NEW

占いは自分の中にない可能性を表し、時に海図や羅針盤のように選択肢を見出す後押しになることもあります。東洋起源説を学びライフデザイン設計に活かしてみよう。

●第1・3(月)

13:00~14:30

●受講料 3,520円

無料説明会

5/19(月)

13:00~13:30

講師 立花 三央 星 則幸

セルフエスティーム

癒しのスピリチュアルダンス&ストレッチ

NEW

ストレッチやボディケア、めい想を通じダンスの動きで感情と向き合います。自分を解放することで前向きに取り組む意欲や満足感を感じていきましょう。

●第1・3(月)

10:30~11:30

●受講料 3,960円

無料体験会

5/19(月)

11:00~11:30

講師 ロチユス キリコ

タキミノの

ミュージカルアカデミー

NEW

5才~小学生

歌・ダンス・演劇と月3回各部門を専門的に習うことができます。発声の仕方、ストレッチからダンスステップ、表現の仕方と基本からしっかり習得できます。

●第1・2・3(土)

11:45~12:45

●受講料 4,620円

体験会

5/31-6/7(土)

体験費 1,100円

講師 タキミノ 他助教

風景撮影を楽しむ

やさしい写真教室

NEW

撮影された画像を元に、PC(現像ソフト使用)にて、編集・加工しながら、自然風景の撮り方のコツも学んでいきます。

●第1・3(金)

10:00~12:00

●受講料 3,630円

体験会

5/30-6/6(金)

体験費 1,100円

講師 小谷部 光男

無になって踊る

運動不足解消ZUMBA®

NEW

年齢を問わずズンバが初めての方、楽しいリズムに合わせてダンスフィットネスを初体験してみよう。振付間違えてもへっちゃらです。ぜひ楽しんで体を動かして!

●第1・3(水)

18:20~19:20

●受講料 4,400円

無料体験会

5/28(水)

18:20~18:50

講師 保坂 公美

月1回の

プリザ&アーティフィシャルアレンジメント

NEW

プリザードとアーティフィシャルを取り入れたアレンジメントは、より華やかで自由なデザインを楽しむことができます。

●第3(火) 10:30~12:30

●第4(木) 17:30~19:30

●受講料 1,980円

花材 3,000円~5,000円

無料見学会

5/20-6/17(火)

11:30~11:50

5/22(木)

18:00~18:30

講師 木口 睦子

お花大好き

たのしいキッズフラワーアレンジメント

NEW

5才~小学生

お花を通して季節を感じたアレンジメントで、やさしい心を育んでいきます。また個性を大切にすることで想像力がふくらんでいきます。

●第4(土)

10:30~12:00

●受講料 2,200円

花材 1,500円位

無料体験会

5/24(土)

花材 1,500円程

講師 後藤 京子

憧れの楽器

癒しの竖琴(ライア)入門

NEW

ここちよい、ふわりと響く音色が魅力的な楽器です。カリキュラムに沿って基礎からわかりやすく学べます。

●第1・3(金)

10:30~12:00

●受講料 5,500円

教材費別途

講師 杉測 路子

豊かな暮らしを考える

はじめてのアーユルヴェーダ入門

NEW

全3回で各回のテーマについてのレッスンとなります。体内のバランスを整え美しく健やかな身体づくりを目指します。ライフスタイルに取り入れやすいことから学びます。

●第4(金)

18:20~19:20

●受講料 2,750円

教材費別途

講師 Amelien

パイプオルガンの歴史と

ポジティブオルガンを弾いてみよう

夏のスペシャル

夏休みスペシャル講座。パイプオルガンの歴史解説とポジティブオルガンを弾いてみる講座です。鍵盤楽器経験者対象となります。各コース定員4名

●7/23or7/30(水)

10:00~11:00

11:00~12:00

●受講料 2,750円

教材・設備費525円

登録事務手数料不要

場所:アトリオン練習室

(各コース10分前まで)

4階エレベーター前集合

講師 柏屋 千秋

2回コース

夏のナチュラルリース(Boxタイプ)

夏の1DAY

ナチュラルリースの夏のスペシャル講座となります。今回はBOXタイプとなります。リースとはまた違う魅力で和らぎのあるかわいらしいお花を楽しんでください。

●7/26-8/23(土)

10:00~12:00

●受講料 2,200円

花材 3,300円位

登録事務手数料不要

講師 金 和子

夏休みにチャレンジ

キットパスでぐらぐらチョコアート

夏の1DAY

小学生~(大人可)

キットパスを使用するの粉がでず描いたり消したりできます。下絵に添って描き、色使いやばかしの技をもちいて自分だけの作品を完成させてください。夏休みの課題に考えてもいけかもしれませんね。(定員6名)

●7/27or8/3(日)

10:00~12:00

●受講料 1,650円

教材費 1,200円

登録事務手数料不要

講師 桐越 由美子

はり絵で作る

暑中見舞い

夏の1DAY

手作りのはがきで送る暑中見舞い。残暑見舞いは、はり絵と一緒に気持ちもお届け。頂いた方の心に残る一枚になるでしょう。

●6/28(土) or 7/12(土)

13:30~15:30

●受講料 1,650円

教材費 1,200円

登録事務手数料不要

講師 Sanemi

クラフトバンドで作る

ネコちゃんハウス

夏の2DAY

かわいいネコちゃんハウスです。また小物入れにしても最適です。クラフトバンドが初めての方でも吉川先生の丁寧な指導で安心して作成できます。

●5/25(日)・6/1(日)

12:30~15:00

●受講料 3,300円

(2回6,600円)

教材費 1,200円

登録事務手数料不要

講師 吉川 好子

AIとの会話

チャットポットの活用術

夏の2DAY

次世代コミュニケーションとなる人工知能(AI)プログラムについて学びます。様々な形式で会話をおこない自然な対話を通じて新しいスキルを身につけましょう。

●5/25(日)・6/1(日)

10:30~12:00

●受講料 2,750円

(2回5,500円)

設備費 110円

(2回220円)

登録事務手数料不要

講師 和田 みどり

ソロでも楽しめる

ラテンダンス

NEW

サンバ・サルサ・チャチャ・ルンバとラテンダンスはソロでも楽しく踊れます。ステップを覚え音楽にあわせて気持ちもリフレッシュしましょう。

●第2・4(金)

18:30~19:30

●受講料 3,960円

体験会

5/23-6/13(金)

体験費 1,100円

講師 今野 日音琉

ウキウキ

水曜ピアルレッスン

NEW

5才~大人

鍵盤にふれる楽しさ、響きの広がり音楽を楽しむ時間となります。ご要望に沿ったレッスンとなるので、初めての方も無理なく弾きたい曲からスタートできます。

●(水) 15:30~19:30

●受講料 6,600円

テキスト代別途

体験会

5/21-5/28(水)

時間はお問い合わせください

体験費 1,100円

講師 田口 千鶴子

ゆったりフラダンス

夏のおすすめ

癒しのハワイアンソングに合わせて踊りませんか。基本のステップから手先の表現まで初心者の方にも無理なく楽しんでいただけます。

●第2・4(木)

10:30~12:00

●受講料 5,280円

体験会

5/22-6/12(木)

体験費 1,100円

講師 平川 伊都子

水彩画

夏のおすすめ

旅の思い出を1枚のスケッチに残してみませんか。また初めての方もモチーフを題材に水彩で表現することを五島先生が丁寧に指導いたします。

●第1・2・3(木)

13:00~15:00

●受講料 5,280円

体験会

5/15-22(木)

体験費 1,100円

講師 五島 まさを

水引細工

夏のおすすめ

基礎から順を追って進み習得していき講師独自のプログラムとなっています。毎回1つの作品を仕上げるので完成の喜びを味わえます。

●第1・3(土) 13:00~15:00

●受講料 3,850円

体験会

5/31-6/7(土)

体験費 1,100円

教材費 1,100円

(持ち物ハサミ・定規(30cm)・木工用ボンド・手拭き)

講師 工藤 美智子

童謡・愛唱歌

夏のおすすめ

童謡・愛唱歌など、当時を懐古しながら楽しく歌います。月1回の講座なので思いっきり歌ってひと時を満喫しましょう。

●第2(土)

10:00~12:00

●受講料 2,200円

体験会

6/14(土)

体験費 1,100円

講師 千葉 多恵子

ジュニア

クラシックバレエ

夏のおすすめ

☆子ども講座

バレエは腹筋と背筋を使い、常に体幹(肩から骨盤まで)を引き締めて行うため、バランスよく正しい姿勢を保つことができます。

●(日)

10:30~11:30

●受講料 5,900円

体験会

5/25-6/1(日)

体験費 1,100円

講師 平沢 有子 他助教

日曜こども書道

夏のおすすめ

☆子ども講座

書道は、字がきれいになるだけでなく、集中力や落ち着いた態度も身に付けることができます。まずは2ヶ月集中してのお稽古です。

●第1・3(日)

10:30~12:00

●受講料 3,630円

お手本代別途

体験会

5/18-6/1(日)

体験費 1,100円

講師 角田 萩瑛

こども絵画教室

夏のおすすめ

☆子ども講座

柔軟な想像力や思考力・表現力が養える絵画教室です。のびのび楽しく学べます。お絵かきが好きな子集まれ!

●第2・4(日)

10:30~12:00

(内70分)

●受講料 3,630円

教材費 315円

体験会

5/25-6/8(日)

体験費 1,100円

講師 室永 佳絵

そろばん教室

夏のおすすめ

☆子ども講座

集中力はもちろん記憶力、右脳の活性化で想像力もつきます。数字の羅列に慣れることで判断力や処理する力も備わります。

●(土)

15:30~17:30

(内90分)

●受講料 4,620円

ドリル代別途

体験会

5/24-6/7(土)

体験費 1,100円

講師 加賀屋 ウメ子

お家で楽々レッスン

カルチャーオンライン講座

全国どこからでもご自宅にしながら

レッスンが可能です!

詳しくは

お電話または

ホームページで

TEL:042-746-9212

https://www.culture.gr.jp/onlinekouza/

学研監修の英語検定対応レッスンが格安登場!

家族で使える

オンライン英会話 クラウドティ

スタンダードプラン(1日最大2回)

4,950円(税込)~

在宅

レッスン

プレミアムプラン(1日最大4回)

8,800円(税込)~

★ご来店特典★

店舗で新規申し込みの場合

60ポイントプレゼント!

ご登録の場合は10分レッスン1回分

*1ポイント=10分レッスン1回分

*初回は180日間有効

*WEB限定申し込みの場合は対象外となります。

新小学生新聞を毎日一記事無料で読める!!

先生とゲームをしながら5歳の英単語が見えられ!

●講師/クラウドティ専属外国人講師

カルチャー店舗で申込可(現金でのお支払いのみ)

詳しくは https://www.cloudt.jp/

一流の講師とすばらしい仲間

秋田カルチャースクール

この他にも多彩な講座があります!!裏面講座一覧もご覧ください。

〒010-0001 秋田市中通2-8-1 フォンテAKITA 7階 TEL.018(884)5611(代)

シニア・18才以下の 特典!!

登録事務手数料 2,200円

半額 1,100円

70才以上、18才以下のご新規

※体験・説明会は事前にご予約ください。

受講のご案内

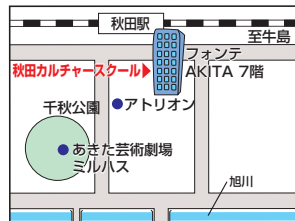
●登録事務手数料は2,200円です。●70才以上の方、18才以下の方は1,100円です。●3年を超えて受講実績がないと自然退会になります。※詳しくは、受付に用意した「受講のご案内」をご覧ください。●都合により開講できないこともあります。●別途運営維持費を頂きます。

個人情報について

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。

表記の金額は税込です

https://www.culture.gr.jp カルチャー 検索 NO.2025 05



美術				運営維持費別途 (教材費別途)
油絵とアクリル	福田 邦子 太田 朝子	月①③ 13:00~15:00	3,630円	
水彩画	五島まさを	木①②③ 13:00~15:00	5,280円	
絵画レッスン	成田 康	水③ 13:30~16:00	3,630円 教材費525円	
絵画教室	相馬 大作	火② 13:30~15:15	2,750円 教材費220円	
自由絵画教室		火④ 13:30~15:15	4,730円 教材費330円	
日曜気ままな アトリエ	室永 佳絵	日②④ 13:00~15:00	3,630円 教材費420円	
パステル・水彩画	田口 正子	月②④ 10:15~12:15	3,630円 教材費420円	
水墨画・墨彩画	横山 順子	月②④ 14:00~16:00	3,300円	
はがき絵	折原 和穂	月② 13:00~15:00	1,980円	
やさしい俳画		月② 13:00~15:00	2,640円	
俳画 火曜教室	伊藤 有艶	火②④ (月2回) 13:00~15:00	3,630円 1,980円 お手本代800円	
		火②④ (月1回) 13:00~15:00	3,630円 2,640円 お手本代800円	
なごみ絵&仏画入門	中川 明典	水①③ 10:00~12:00	3,630円 教材費550円	
絵手紙	村上 節子	土② 10:30~12:00	2,640円 教材費550円	
絵手紙入門	太田美緒子	金③ 10:00~12:00	2,640円 教材費550円	
たのしい絵手紙		金③ 10:00~12:00	2,640円 教材費550円	
火曜絵手紙	大久保和記子	火③ 10:15~12:15	2,640円 教材費550円	
ゼンタングル	菌部 典子	水① 18:00~19:40 木① 10:10~11:40	2,750円	

書道				運営維持費別途 (教材費別途)
書道 漢字・かな・細字 (初心者から師範まで)	遠田 星光	土①②③ 13:30~15:00	4,180円 お手本代別途	【満席】
		日①②③ 10:30~12:00	4,180円 お手本代別途	
書道	遠田 星光	金①③ 14:00~15:30	3,630円 お手本代別途	
ボールペン字		金①③ 14:00~15:30	3,630円 お手本代別途	
女性の書道	太田 久子	金② 10:30~12:30	1,980円 教材費110円	
実用書道 (つけペン・毛筆)		金①③ 13:30~15:00	3,630円 テキスト代別途 作品送料110円	
実用書道 (筆ペン・ボールペン・筆)	前田 祥穂	金②④ 13:30~15:00	3,630円	
日常のかな文字		木③ 13:30~15:30	1,980円 教材費110円	
かな書道	宇佐美桂月	水②④ 10:15~12:15	3,630円	【満席】
ペン字・小筆・ ボールペン字		木③ 10:10~12:00	2,200円 テキスト代別途	
書を楽しむ	麗 蘭	木③ 10:10~12:00	1,980円 教材費110円	
悠楽書会	角田 萩瑣	土① 10:30~12:30	3,630円 教材費110円	
書道教室		土①③ 10:30~12:30	3,630円 教材費110円	
生活の中の書 (ペン・毛筆)	長沢 薫	土①③ 10:30~12:00	3,630円 教材費1,200円	
書道史と臨書		日③ 10:30~12:30	2,200円 教材費1,300円	

生花・フラワー				運営維持費別途 (教材費別途)
生け花 龍生派	小坂 志肇	水①③ 16:00~19:00	3,850円	
生け花 池坊	加藤 里佳	土②④ 13:00~14:30	3,850円	
		土② 13:00~14:30	1,980円	
フラワー アレンジメント	木口 睦子	土④ 14:00~15:30	2,640円	
フラワー アレンジメント	湯澤るみ子 清水 康子	金①③ 10:30~12:30	3,850円 お花代別途 (3,000円位)	
フラーアレンジメント 資格取得	清水 康子	金① 10:30~12:30	4,070円	

教養・外国語・資格				運営維持費別途 (教材費別途)
秋田の歴史	半田 和彦	火②④ 10:00~11:40	3,630円 教材費110円	
源氏物語	富樫 とも	火①③ 10:30~12:00	3,960円	
万葉集を楽しむ		月① 10:10~12:10	2,420円	
百人一首を読み解く	梁田 恵一	月③ 10:10~12:10	2,200円	
朗読の楽しみかた		火①③ 13:30~15:00	3,630円	
俳句	加藤 隆二	水①③ 13:00~15:00	2,970円	
新俳句を学ぶ	佐藤 景心	金③ 13:30~15:30	2,200円	
楽しい話し方教室	畠山 民栄	水①③ 10:15~12:15	3,080円	
クラシックの名曲を聴く	カチューシャ安田	木②④ 14:00~15:30	3,630円	
家族で使える オンライン英会話 クラウティ (マンツーマン在モレッスン)	クラウティ 専属外国人講師	全曜日 (随時開講あり) 8:00~24:00 ※プランにより 異なります (1回10分~)	4,950円~ ※ご来店申込 特典あり (詳細は店舗に お問合せください)	
チャレンジ韓国語 (経験者クラス)	佐々木真砂子	水 10:10~11:20	7,700円	
みんなのロシア語	松田エレナ	木 18:30~19:30	6,600円 テキスト代別途	

PCマンツーマン	和田みどり	木 18:30~19:30	6,600円 テキスト代別途	
		ご予約のため お問い合わせ 随時スタート	6,600円 設備費等別途	
ゆっくり P C 教室	和田みどり	日 10:30~12:00 パソコンの操作 をゆっくりと 学べます	26,400円 (10回チケット 設備使用料 別途)	
		日・火 10:30~12:00 タブレットの 操作をゆっくりと 学べます	13,200円 (5回) 設備費・ 使用料別途	
パーソナルカラー アドバイザー資格取得	日本パーソナルカラー協会 認定講師	土②④ 10:30~12:30	5,720円 テキスト代6,800円 (初回のみ)	

手工芸・ものづくり				運営維持費別途 (教材費別途)
パーチメントクラフト	小笠原孝子	金③ 13:00~15:00	2,200円	
ステンドグラス	菊地真梨奈	木①②③ 13:30~15:30	4,950円	
けしゴムはんこの世界	大久保和記子	木① 10:15~12:15	2,420円 教材費770円	
月1回のトールペイント	桐越由美子	金① 10:15~12:15	2,200円	
ブリザ& 新アーティフィシャル アレンジメント	木口 睦子	火③ 10:30~12:30 木④ 17:30~19:30	1,980円 花材費 3,000円~ 5,000円	
クラフトバンド手芸 (かごバッグ・こもの)	吉川 好子	月③ 12:30~15:30	3,080円	
素敵なレジンアート	Yukiko	日② 10:10~12:10	2,090円	
戸塚刺しゅう	山方 幸子	金①③ 13:30~15:30 火①③ 10:30~12:30	3,630円	
きものリメイク	佐藤 敏恵	火②④ 10:15~12:15	3,850円	
津軽こぎん刺し	細道 恵子	金②④ 13:00~15:00 月②④ 10:15~12:15	4,510円	

つるし飾り	長崎恵里子	水①③ 13:00~15:00	3,850円	
和布・ちりめん手芸		木①③ 10:15~12:15	3,850円	
水引細工	工藤美智子	土①③ 13:00~15:00	3,850円	
つまみ細工		金④ 13:30~15:30	2,640円	
ボス編&ストレッチ	徳永久美子	火①②③ 13:30~15:30	3,850円	
クンスト編	佐々木真知子	木①②③ 10:15~12:15	3,850円	
手織り・裂き織り		金②④ 13:30~15:30	3,850円	

趣味・くらし				運営維持費別途 (教材費別途)
楽しい写真教室	八柳 吉彦	水②④ 10:15~12:15	3,630円	
デジタルカメラ教室		月②④ 10:30~12:00	3,630円 テキスト代別途	
新やさしい写真教室	小谷部光男	金①③ 10:00~12:00	3,630円	
新古典落語を 楽しむ (全4回)	きり亭たん方	日 5/25・6/2 7/13・8/10 10:30~12:00 5/25日スタート	2,200円	

趣味・くらし				運営維持費別途 (教材費別途)
茶道	芹田 宗洋	火②④ 10:30~12:00	3,630円 教材費1,650円	
はじめての着付	進藤 都	水②④ 13:15~15:15	2,970円	
夜の着付け教室		火①③ 18:00~20:00	2,970円	
きものの着付け	上杉 民子	金②④ 13:00~15:00	3,630円	
英国紅茶の世界 (基礎) (全8回)	斉藤 由美	火② 14:00~15:30	2,860円 教材費1,050円	
ヨーロッパ 陶磁器の世界 ～最終章 (全10回)		火② 18:00~19:30	(TTC) キティータイム コーディネーター 有資格者 2,970円 (一般) 3,190円 教材費1,050円	
紅茶文化研究会講座 (全8回)	陳 奇志	水② 11:30~13:00 14:00~15:30	3,190円 教材費1,050円	
中国茶と薬膳茶 (入門) (全6回)		火④ 14:30~16:00 5/27日スタート	2,750円 教材費1,260円	

ナチュラルリース	金 和子	土④ (定員5名) 10:00~12:00	2,200円 教材費 3,630円位 (花材により)	
花束のような 寄せ植え (全3回)	岩井真理子	土③ (定員5名) 10:10~12:10	2,200円 (鉢代・お花 3~5ポット 4,000円~ 6,000円)	
ミニ盆栽	佐藤 茂	水①③ 13:10~15:10	3,630円	
庭木の手入れ (全3回)		水① 11:00~12:00	1,650円	
手相鑑定入門講座 (全6回)	てんによもえ	日②④ 13:00~14:30	4,400円 テキスト代 (初回のみ)	
新女性のための タロット&四柱推命	立花 三央 星 則幸	月①③ 13:15~14:30	3,520円	
陰陽五行	中ノ瀬 鈴	土①③ 11:00~12:00	4,400円	
将棋教室	星 則幸	月 10:30~12:00	5,060円	
囲碁	加藤 安崇	水 10:15~12:15	5,060円	
麻雀サロン	照井 研矢	月 13:00~15:00	5,060円	
麻雀サロン土曜		土 13:00~15:00	5,060円	
シニア麻雀教室	山本 悦子	月 10:00~12:00	5,060円 女性クラス	
たのしい麻雀		土 10:00~12:00 13:30~15:30	5,060円	
ハンドトリートメント レッスン	三浦 恵美	土② 14:10~15:40	3,630円	
はじめての 新アーユルヴェーダ 入門 (全3回)	Amelien	金④ 18:20~19:30 5/23日スタート	2,750円	
八橋人形 (スクール外教室)	梅津 秀	土①③ 13:00~15:00	2,420円	

ダンス・健康				運営維持費別途 (教材費別途)
社交ダンス	伊藤 良則 伊藤セイ子	金 12:30~14:00	5,900円	
ソシアルダンス	鎧 志穂	火 17:20~18:20	5,940円	
		木 初級 13:10~14:10 木 中級 14:20~15:20	5,940円	
社交ダンス	皆川 司	火 15:00~16:30	5,445円	
大人のバレエ	渡部 立子 他助教	水 14:00~15:00	5,900円	
クラシックバレエ	平沢 有子 他助教	土 10:30~11:30	5,900円	
バレエでエクササイズ	和田 亜美	火 10:20~11:20	5,900円	
はじめてのバレエ		火 11:30~12:30	5,900円	
モダンバレエ	早川 みか キ ョ ミ	土 中・高生 17:30~18:30		
ミュージカル タップダンス		土①③ 12:00~13:00	3,960円	

ダンス・健康				運営維持費別途 (教材費別途)
ハワイアンフラ	ラウルフアナ 中山恵理子 石山 希	土②④ 13:30~15:00	4,235円	
ゆったりフラダンス	平川伊都子	木②④ 10:30~12:00	5,280円	
フラダンス	尾留川典子	土②④ 15:00~16:30	5,280円	
フラダンス	レオマナ ミキコ	月②④ 14:00~15:30 水①③ 18:50~20:20 火②④ 15:00~16:30	5,280円	
やさしいフラダンス	今野日音琉	金②④ 18:30~19:30	3,960円	
新ラテンダンス		月①③ 10:30~11:30	3,960円	
癒しの 新スピリチュアル ダンス&ストレッチ	ロチェス キリコ	月①③ 10:30~11:30	3,960円	
西馬音内盆踊り	竹内千鶴子	土②④ 13:00~14:30	4,400円	
ゆったり健康体操	渡部 温子	木 10:15~11:45	5,280円	
健康太極拳	佐藤 佳子	火 13:30~15:00	5,280円	
元気にスロースロー体操	伊藤 伸宏	水①③ 11:00~12:00	3,960円	
60代からの元気体操	中川 典子	月①③④ 13:40~14:50	4,950円	
ツボマッサージと 経絡体操	椎名 信子	金 10:15~11:45	5,900円	
のびのび3B体操	谷口千津子	月 10:15~11:45	4,840円	
背骨コンディショニング (グループレッスン)	佐藤 良子	月①③ 13:30~14:40	4,950円	
背骨コンディショニング (30分個人レッスン)		土①③ 13:10~18:10	4,840円 初回教員代別途	
自力整体	芹田 妙子	木②④ 10:15~11:45	3,960円	
やさしい氣功	弘中 秀人	火 13:15~14:15	4,400円	
		土 9:45~11:15 日 10:00~11:30	4,400円	
整体氣功	三浦みつ枝	日 15:00~16:30	4,400円	
骨盤底筋体操		月②④ 10:30~11:30	3,960円	
ピラティス	和田 亜美	金②④ 19:15~20:15	3,960円	
水曜ピラティス	和泉 好子	水②④ 11:00~12:00	3,960円	
新運動不足解消 ZUMBA®		水①③ 18:20~19:20	4,400円	
めざせ！自然な メリハリボディ	保坂 公美	月 14:30~15:30	5,500円 Wave/バンド 1,100円	
青竹ふみで エクササイズ	中泉 好子	月②④ 13:00~14:10	3,300円 青竹レンタル あり	
ナチュラルヨーガ マタニティヨーガ		水①②③ 13:30~15:20	4,950円	

健康ヨーガ	小林 範子 三浦美記子 三浦いとみ	月 10:30~12:00 火 10:30~12:00 金 10:30~12:00 金 13:30~15:00	5,280円	
初めてのヨガ	山田由美子	土①③ 14:00~15:10	3,960円	
やさしいヨガ	NOZOMI	土②④ 15:30~16:45 (女性クラス)	3,960円	
ルーシーダットン	藤原 愛	土①③ 10:30~11:30	3,960円	
ルーシーダットン (デックス&リラックス)	伊藤 素子	土①③ 13:30~14:30	3,960円	
痛み解消エゴスキュー	島田貴美子	火②④ 13:00~14:15	5,280円	
太極拳	池田 雅古	火 10:30~12:00 水②④ 10:30~12:00	5,900円 3,630円	
やさしい太極拳	高橋アヤ子	木 13:15~15:00	5,280円	
木曜太極拳	加藤喜美子	水 10:30~12:00	5,900円	
花架拳		水④ 12:15~13:45	1,980円	
花扇功	平塚 悟	土 13:00~14:40	4,840円	
合気道		日①③ 13:00~14:30	3,300円	
空手道	弘中 秀人			

音 楽			運営維持費別途 (教材費別途)
お こと ー古典からポピュラーまでー	川 辺 昌賀	木①②③ 10:15~12:15	4,950円 備え付けのお琴 あります。 備品費110円
尺 八	田 中 寒山	土①③ 10:30~12:00	3,960円
やさしい篠笛 シニアの健康 歌声レッスン	山 口 千壽	火③ 13:00~15:00	3,630円 テキスト代別途
心をいやす 日本の歌・世界の歌	齋 藤 琴美	月①③ 10:15~11:45	3,630円 教材費165円
気持ちのいい 発声&唱歌		月①③ 13:30~15:00	
日本&世界の歌		水①③ 10:30~12:00	2,200円
発 声 & 唱 歌		土④ 10:10~12:10	
楽しく歌う愛唱歌	池 田 洋子	月②④ 13:30~15:30	3,630円 テキスト代別途
歌 の 玉 手 箱	井 島 佐恵子	木②④ 10:30~12:00	3,630円 教材費165円
童謡・愛唱歌	千 葉 多恵子	土② 10:00~12:00	2,200円
ピアノで歌う			