2025年 夏号

culture school

講座案内

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

NEW 和紙ちぎり絵アート

体験作品

講師が手染めしたオリジナルの和紙を使い、現代的にアレンジした和紙ちぎり絵。新しい美しさとその魅力をご一緒に楽しみながら体験しませんか。

◆第1(土)
13:30〜15:30
◆受講料／3,630円
◆教材費別途
◆講師／浅野　めぐみ

一日体験 6/7(土) 体験費550円 教材費1,320円【あじさい】

NEW 美しいハーモニーを作りましょう スマイル☆コーラス

軽いストレッチと発声から行います。叙情歌や歌謡曲を中心に、2〜3ヶ月で1曲を完成させるので初心者や歌の好きな方、大歓迎です。

◆第2・4(水)
15:00〜16:15
◆受講料／5,280円
◆教材費別途
◆講師／小田　惠美子

一日体験 5/28(水) 体験費550円

NEW クラフトバンド

体験作品

クラフトバンドは再生紙等の素材で編む手芸です。編み方は100通り。素敵なかごやバッグを作りましょう。

◆第4(水)
9:50〜11:50
◆受講料／3,080円
◆教材費別途
◆講師／和田　裕美子

一日体験 5/28(水) 体験費550円 教材費550円【かごの小物入れ】

NEW みんなで楽しむ 手話入門

手話は、手や表情で気持ちを伝えるもう一つのことば。ろう者の私と、基本のあいさつや会話を楽しく学びましょう。

◆第1・3(金)
10:00〜11:30
◆受講料／5,280円
◆教材費／330円
◆講師／星野　リュータ

一日体験 5/30(金) 体験費550円

NEW 小物から タペストリーまで ハワイアンキルト

伝統的なハワイアンキルトだけでなく、オーガンジーを乗せてステッチするだけの簡単な手法でハワイアン風のデザインも楽しむことができます。

◆第3(水)13:00〜15:00
◆受講料／3,300円
◆教材費別途
◆講師／三森　みき

一日体験 6/18(水) 体験費550円 教材費550円【アップガーム(ハワイで作る簡単ポーチ)】

NEW 誰でもできる美姿勢ピラティス

ピラティスは元々リハビリから考案されたエクササイズ。主に体の中心である背骨や骨盤に意識を向けて、美しい姿勢を作っていきます。

◆(金)(月4回)
13:00〜14:00
◆受講料／9,020円
◆講師／SHINOBU

一日体験 7/4(金) 体験費550円

NEW 勇気を出して始めてみましょう 大人のクラシックバレエ入門

今からでも気軽に始められる健康と美のための大人のバレエクラスです。楽しさをモットーにそして健康的な身体を身につけていきます。

◆第1・3(月)
11:30〜13:00
◆受講料／5,390円
◆講師／柳　咲絵

一日体験 6/2(月) 体験費550円

NEW はじめての ミクロモザイク

18世紀のイタリアで発祥し、美しく色あせないガラスの特性を生かした色とりどりの美しいガラスパーツをベース皿に並べて作ります。イタリア工芸を楽しみましょう。

◆第3(日)
10:00〜11:45
◆受講料／3,520円
◆教材費別途
◆講師／ミーナ

一日体験 6/15(日) 10:00〜11:15(75分) 体験費550円 教材費2,530円【プローチまたはキーホルダー】

NEW キラキラ入門クラス スウィートハワイアンフラ

踊りには無縁だった方も大丈夫。ハワイ語の歌詞の意味・振りの意味等も覚えながら曲をマスターして素敵な笑顔で踊りましょう。

◆第1・3(火)
18:30〜19:45
◆受講料／5,060円
◆講師／カプアウリ森　智美

一日体験 6/3(火) 体験費550円

NEW 銀粘土中心に様々な素材で創る アクセサリー工房

シルバークレイを中心に使いながら、チャーム、リングなどを各自でデザインして創作します。

◆第2(火)
16:30〜18:30
◆受講料／3,025円
◆教材費別途
◆講師／古田　明子

一日体験 6/10(火) 体験費550円 教材費1,540円【ペンダントトップ】

NEW 楽しく健康・目指せ8メートル (全6回)スポーツウエルネス吹矢入門

初心者の方が対象です。腹式呼吸をベースとした吹矢式呼吸法で集中力と精神力を高めます。吹いて身も心もリフレッシュしましょう。

◆第2・4(木)
12:30〜14:30
◆受講料／15,840円(全6回)
◆教材費／990円(全6回)
マウスピース代820円
◆講師／萬　美枝子

一日説明会 5/22(木) 12:30〜14:00 (説明会+体験30分) 説明会費550円 要レッスンでマウスピース1,100円

NEW リアルに作る (全3回)人物の影絵

サプライズで楽しい演出をしてみませんか。家族や仲間、推し活アイテムと盛り上がる素敵な時間を思い浮かべて作成していきましょう。

◆6/1・7/6・8/3(日)
10:30〜12:30
◆受講料／8,910円(全3回)
◆教材費／1,650円(全3回)

スタート 6/1(日)
◆講師／メグロカタガミ

NEW 夏だから心も体も元気に楽しむ (全6回)初めてのジャズダンス

初心者大歓迎。全6回でかっこよく大人の雰囲気の曲を仕上げます。日常生活からちょっぴり離れて、一緒に踊ることの楽しさを味わいましょう。

◆第2・4(月)
11:30〜12:30
◆受講料／17,160円(全6回)

スタート 7/14(月)
◆講師／古木　杏子

NEW 本気の姿勢改善 姿勢ピラティス塾

姿勢が変われば痛みが消え明るい将来に繋がります。機能的な体に鍛えましょう。

◆第2・4(火)
10:00〜11:00
◆受講料／5,280円
◆講師／宮川　由美

一日体験 5/27(火) 体験費550円

NEW 絵を描くように字を書く 誰でも簡単に楽しめる己書

己(自分だけのオンリーワン)の文字と色んな技法を使った絵を組み合わせて簡単に楽しい作品を作ります。

◆第2(木)
10:15〜12:00
◆受講料／2,640円
◆教材費／1,100円
◆講師／己書33道場　弥生

一日体験 6/12(木) 体験費550円 教材費550円

NEW はじめての韓国語入門

「話す、読む、書く」をバランスよく学びます。K-POPの歌詞やドラマのセリフも教材にする事もありますので、楽しい雰囲気で勉強できます。

◆第2・4(木)
15:30〜16:30
◆受講料／5,500円
◆テキスト代別途
◆講師／ク・イムギョン

一日体験 5/22(木) 体験費550円

NEW 大人の空手教室

大人になってからでも始められます。柔軟性が上がり、運動不足解消にもなります。ストレス発散にもお勧めです。

◆(水)(月4回)
19:00〜20:00
◆受講料／7,260円
◆講師／道田　誠一

一日体験 5/21・28(水) 体験費550円

NEW 癒しの空間 アロマヨガ

アロマの香りの中でヨガのポーズをリラックスしながら行います。日頃の疲れを取り除き、身体をリフレッシュしませんか。

◆第1・3(火)
11:15〜12:15
◆受講料／5,060円
◆講師／柳澤　延子

一日体験 6/3(火) 体験費550円

おすすめ シニアのための 脳トレ講座

プロジェクターを使って、瞬間記憶・位置記憶・昔の記憶思い起こしゲーム・連想ゲーム・計算ゲーム・手先を使うゲームなどを行い、脳の様々な分野を刺激していきます。楽しみながら参加できるプログラムです。

◆第2・4(火)
15:30〜16:20
◆受講料／4,400円
◆教材費／1,100円
◆講師／福山　直子

一日体験 5/13・27・6/10・24(火) 体験費1,100円 教材費550円

おすすめ はじめてのカリンバ

初めて楽器を手にする方が癒される音色、脳トレになるカリンバ合奏を楽しめます。未経験の方が曲を弾けるようにご指導いたします。

◆第2(火)
15:00〜16:15
◆受講料／3,025円
◆初回テキスト／2冊2,000円
◆講師／古田　明子

一日体験 5/13・6/10(火) 体験費1,100円 カリンバレンタル550円

おすすめ はじめての 水彩・似顔絵イラスト

初めてでも楽しく学べます!似顔絵のコツと水彩の魅力を味わいながら、自由に描きます。

◆第2(水)
13:00〜15:00
◆受講料／3,300円
◆教材費／220円
◆講師／Hideki

一日体験 5/14・6/11(水) 体験費1,100円 教材費550円

おすすめ 集中力&筋力アップ こども姿勢教室

お子さま一人ひとりの姿勢を診断。寝る・起きる・立つ・歩く・座るなど普段の何気ない動作の際に、姿勢を意識する習慣をつけるだけで、正しい姿勢が身につき集中力や筋力のアップに繋がります。

小4〜中学生
◆第1(土)
18:00〜19:30
◆受講料／2,420円
◆講師／荒武　博之

一日体験 5/31・6/7(土) 体験費1,100円

おすすめ フランス伝統工芸 カルトナージュ

一枚の厚紙からインテリア雑貨やステーショナリーを作るフランス伝統の厚紙細工。材料・色の組み合わせで既製の物とちがうオリジナルを作りましょう。

◆第4(月)10:15〜12:15
◆受講料／3,740円
◆教材費別途
◆講師／小笠原　和子

一日体験 6/23(月) 体験費1,100円 教材費1,870円【リボントレイ※色選択先着順】

おすすめ よみたい31音 短歌の庭

短歌は「自分の言葉」で作れる自由なもの。「詠む」楽しさと「読む」広がりを感じながら、言葉を交せる豊かな場を。

◆第1(水)
13:00〜14:30
◆受講料／2,860円
◆教材費／220円
◆講師／山内　頌子

一日体験 5/7・6/4(水) 体験費1,100円 教材費220円

おすすめ 英語で脳トレ 英会話サロン

努力して身に付けたのに、忘れてしまうのは惜しすぎませんか。簡単な会話を繋げて、話す力と聞く力を鍛えましょう。教材本は使わずに、受講中は全て英語で行う講座です。

◆第2・4(金)
10:00〜10:50
◆受講料／6,600円
◆講師／眞弓　亨子

一日体験 5/9・23・6/13・27(金) 体験費1,100円

おすすめ 開運宿曜占星術

月の運行を基に算出する「本命宿」から、運気の流れや対人関係の吉凶を占います。初めての方も、お気軽にご参加ください。

◆第2(月)
10:45〜12:00
◆受講料／3,300円
◆教材費／110円
初回教材費／3,300円
◆講師／青山　零

一日体験 5/12・6/9(月) 体験費1,100円 教材費110円

1DAY メディア出演の文具のプロが教える 生活のストレスを減らす文具活用術

蓋を開けずに中身を確認できる箱とは?服を管理してコーディネイトを楽しむには?生活の課題を文具で全部解決します。

◆6/15(日)10:30〜12:00
◆受講料／2,970円
◆教材費／770円
◆講師／舘神　龍彦

登録事務手数料不要

夏休み1DAY 人と人。違うって面白い! 演劇で遊ぼう

演劇的な手法を利用したコミュニケーションのゲームを中心に、遊びながら自分らしく表現し様々な価値観を感じてみよう。小人から大人まで楽しめます。

小1〜大人
◆8/11(月)
13:30〜16:30
◆受講料／3,630円
◆講師／古木　杏子

登録事務手数料不要

お家で楽々レッスン　店頭受付可能!!
カルチャーオンライン講座
全国どこからでもご自宅にい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続々登場!　マンツーマン 幼児〜大人
家族で使えるオンライン英会話 クラウティ
スタンダードプラン(1日最大2回) 4,950円(税込)〜
プレミアムプラン(1日最大4回) 8,800円(税込)〜　在宅レッスン
★ご来店特典★
店頭で新規お申し込みの場合 60ポイントプレゼント!
ご継続の場合は10ポイントプレゼント!
※1ポイントは10分レッスン1回分(発行より180日間有効)
※WEB申込みの場合は対象外となります。

朝日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歳の英単語が覚えられる!
■1回10分〜　■無料トライアルレッスンあり
●講師／クラウティ専属外国人講師
カルチャー店頭で申込可(現金でのお支払いのみ)
詳しくは https://www.cloudt.jp/　クラウティ

●一流の講師とすばらしい仲間　JR・井の頭線「吉祥寺駅」公園口から徒歩5分

吉祥寺産経学園

CULTURE

モバイルからはこちら

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。　〒180-0005 東京都武蔵野市御殿山1-1-3 クリスタルパークビル5階　TEL:0422-40-2261

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

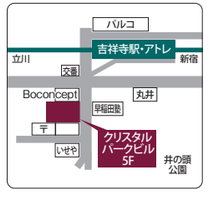
受講のご案内

●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。●継続講座の受講料は3か月前納で、受講料の他に、運営維持費を講座毎に月275円〜495円(月回数による)必要です。●継続講座の募集は1月期(1-3月)・4月期(4-6月)・7月期(7-9月)・10月期(10-12月)の年4回です。期の途中から入会される場合は、残り回数分の受講料をお支払いください。●講座によりましては、別途材料費や教材費が必要なものもあります。●ご予約から10日以内にお支払いをお願いします。●申込後のキャンセルは規定の手数料がかかります。●申込人数が一定の人員に満たない講座は開講を延期または中止する場合がございます。●記載の金額は全て税込となります。

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



※体験・説明会は事前にご予約ください。　https://culture.gr.jp　カルチャー　検索

美術 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
基礎から学ぶ 絵画教室	池部 孝一 菊地 満	①③金	15:30~17:30	6,380円 教材費別途
水彩画入門	酒井 敦彦	①③土	10:10~12:10	5,885円 教材費550円
人物写生と水彩画・クロッキー	西野 正望	②④金	15:20~17:30	7,480円 モデル代別途
スケッチ＆ドローイングの基礎			18:15~20:15	6,160円 教材費550円
日本画・琳派・やまと絵塾と水彩写生			18:15~20:15	6,160円 コピー代別途
初心者～展覧会指導まで 趣味の洋画教室	菊地 雅文	火(月4回)	13:00~15:00	11,880円 教材費1,672円
透明水彩画	入谷 清英	②④金	15:30~17:30	6,160円
基礎から学ぶ透明水彩画	澤田 嘉郎	②④土	13:00~15:00	5,940円 教材費330円
はじめての水彩画	両角 修	①③木	13:30~15:30	6,050円 教材費220円
おすすめ はじめての水彩・似顔絵イラスト	Hideki	②水	13:00~15:00	3,300円 教材費220円
植物画(ボタニカルアート)	小林 英成	①木	14:00~16:00	3,190円 教材費440円
		①金	13:30~15:30	
植物画(ボタニカルアート)	神 利子	①③火	10:15~12:15	5,280円 教材費1,100円
ゼロからはじめるデッサン教室	諸岡亜侑未	①③月	10:00~12:00	6,160円 教材費1,100円
		①月		3,080円 教材費550円
色鉛筆で楽しむ細密画	河合ひとみ	②④日	10:00~12:00	5,940円 テキスト代1,760円
3ステップで描く色鉛筆画	あらい美惠子	③木	13:15~16:15	3,465円
麻衣子のカフェスケッチ ※第2木:野外スケッチ ※第4木:学園教室	佐藤麻衣子	②④木	13:30~15:30 野外:時間変更あり	5,720円 教材費別途
素敵なチョークアート	熊沢ゆうこ	②火	10:00~12:00	2,640円 教材費440~1,100円 初回教材セット代5,700円
俳画	有田二三穂 船山 良有	②木	13:00~15:00	3,080円 教材費1,100円
積穂俳画入門	小澤 弓穂	④金	10:30~12:30	2,970円 教材費1,100円
絵手紙	三上 律子	③月	13:00~15:00	3,190円 教材費220円
新講座 和紙ちぎり絵アート	浅野めぐみ	①土	13:30~15:30	3,630円 教材費別途
元気をあげる絵手紙	金子比佐子	①水	10:00~12:00	3,190円

書道 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
かなと実用書道	野平 壽紫	②④月	15:30~17:00	(月2回) 5,280円 教材費228円 (月1回) 3,190円 教材費114円
書道(漢字・かな)	杉山 暁雲	①③月	10:00~12:00	5,720円 教材費770円
	山口 啓山	①②③月	18:00~20:00	8,580円 教材費770円
書道(漢字・かな)	本橋 佳園	金(月4回)	13:00~15:00	9,900円 教材費770円
		①③金 気軽に月2回		5,170円 教材費440円
実用書道	三浦 均 宮川 和子	①③日	11:30~13:00	5,170円 教材費1,000円
書道・実用書道・かな書道・筆ペン	松永 朱湖	②④火	13:00~15:00	5,720円
月一回の筆ペン	齋藤 佳譽	④金	13:00~14:30	2,640円
ペン習字(ボールペン字・鉛筆)	三浦 均 宮川 和子	①③日	11:30~13:00	4,840円 教材費1,000円
ペン字・ボールペン字	松永 朱湖	②④火	13:00~15:00	5,500円
新講座 絵を描くように字を書く 誰でも簡単に楽しめる己書	己書33道場 弥生	②木	10:15~12:00	2,640円 教材費1,100円
自分だけの[印]を作ろう 篆刻(てんこく)	土方 囂々	②④土	10:30~12:30	5,940円 教材費別途
文字と手書きを楽しむ 字遊書	小野塚昌恵	②木	19:00~20:10	2,695円 初回教材費5,830円 教材費147円
心を伝える カリグラフィー	渡部 朋子	①③月	18:30~20:00	5,500円 初回教材費6,226円
Enjoy! カリグラフィー	髙木 直美	①火	10:30~12:30	3,520円 初回教材費6,226円

生花・フラワー 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
いけばな池坊	河野 桂子	①日	15:30~17:00	2,750円 教材費1,527円
池坊立花		④日	14:30~17:30	3,520円 教材費1,980円
池坊	髙橋 玲月	①土	13:00~15:00	2,420円 教材費1,320円
草月流 初等科・高等科	勅使河原 茜 酒寄 蘭染	①③水	10:00~12:00	初等科 4,840円 教材費2,200円 高等科 5,280円 教材費2,640円
	勅使河原 茜 藤本 遙染	①③日	13:00~15:00	
広山流	岡田 広山 秋本 康予	②④月	10:00~12:00	4,840円 教材費2,640円
フラワーアレンジメント	安藤 信弘	③火	18:00~20:30	3,190円 教材費2,475円
銘々皿一枚におさまるプチアレンジ	安藤 晴子	②日	10:00~12:00	2,970円 教材費1,100円
投げ入れの花(壷に生ける)			10:00~12:00	2,750円 教材費2,750円

手工芸・ものづくり 運営維持費別途(教材費別途)

講座名	講師	曜日	時間	受講料
色と光の華やぎ はじめてのステンドグラス	青木 健	②日	12:40~14:40	初級 2,640円～
新講座 はじめての ミクロモザイク	ミーナ	③日	10:00~11:45	3,520円
楽しい折り紙	巽 照美	①水	10:15~12:15	2,640円 教材費550円
金繕い(金継ぎ)	原 一菜 森 一成	①水	13:00~15:30	5,720円 初回教材費10,800円
金継ぎと蒔絵	栗原 蘇秀 土屋 智子	③金	10:00~12:30	3,465円 初回教材費5,940円 道具レンタル代1,650円/3ヶ月
フランス額装	小笠原和子	①月	13:00~15:00	3,740円
仏像彫刻	石井 孝夫	①③金	13:00~15:00	6,017円 初回教材費20,900円
		②④木	17:45~20:00	7,260円 初回教材費20,900円
手編みのニット	田場川シズ子 渡辺 弘子	②④水	10:00~12:00	5,280円
ニット(手編み)	富所由紀子	①③木	12:30~14:30	5,170円
クロッシェ編み				
手織り・裂織り	山下二已子	③土	10:00~13:00	4,620円
新講座 クラフトバンド	和田裕美子	④水	9:50~11:50	3,080円
お洒落にリメイク デザインリフォーム教室	作井 敦子	①土	15:00~18:00	4,400円
野口光監修 お繕いの針仕事ダーニング	神山 彩子	②金	10:00~12:00	5,500円 教材費550円
資格も取れる! 最新技法で学ぶ ビーズステッチ認定講座	清水美和子	③火	10:00~12:00	3,245円
ビーズジュエリーの世界				3,245円
糸と針で編む ビーズで綴る花言葉				3,245円
グレーデコ®アクセサリー	高井かお里	①土	10:30~12:30	2,750円 初回講習セット代2,000円
ポジャギ	金 仁淑	②土	10:00~12:00	3,795円
絹・麻・綿の針仕事～ポジャギほか～	田辺美由紀	③水	10:00~12:00	3,465円
		③木		
植物本来の造形・色の美しさをそのままに 押し花	田中 澄子	①③火	13:00~15:00	5,720円
シャドウボックス	松田香代子	②④月	15:30~17:30	5,940円
スタイリッシュビーズジュエリー	日柳佐貴子	③金	10:00~12:00	3,300円
スイスのトールペインティング パンチュールペイザンヌ	井床 知子 久米 静	①③月	10:00~12:00	6,160円
フランスアクセサリーと花	MARY	②木	12:15~15:00	2,640円
新講座 銀粘土中心に様々な素材で創る アクセサリー工房	古田 明子	②火	16:30~18:30	3,025円
コースが選べる フルーツ・ベジタブル＆ソープカービング	重田 恵	①金	10:00~12:00	2,860円
ブティ	古池 裕子	②土	13:00~15:30	3,520円
伝統の美を学ぶ 日本刺繍	秋山 博美 副島 マキ	②④水	13:00~15:00	8,360円 教材費 初回セット代33,500円
生命力あふれるモチーフを楽しむ カリブの民族手芸 モラ	西野 敦子	③土	12:30~15:00	3,410円
津軽こぎん刺し	鎌田 久子	④月	13:00~15:00	2,970円

手工芸・ものづくり 運営維持費別途(教材費別途)

講座名	講師	曜日	時間	受講料
ボビンレース	宮脇千恵子	②④木	10:00~12:00	10,560円
おすすめ フランス伝統工芸 カルトナージュ	小笠原和子	④月	10:15~12:15	3,740円
新講座 小物からタペストリーまで ハワイアンキルト	三森 みき	③水	13:00~15:00	3,300円
てまり	柳下 文子	①月	10:00~12:30	2,860円
柳川まり縮緬細工 つりびな	田沢千代子 神田八重子	②④木	13:00~15:00	5,830円
柳川まりとちりめん細工 つり雛をつくる	島田 典子 後藤 容子	①③水	13:00~15:00	5,830円
柳川まりとちりめん細工 柳川まりコース				5,830円 教材費1個1,000円～
ちりめん細工	竹内 友美	④土	10:30~15:30	5,390円
中山みどりの愛犬・愛猫を作ろう(全5回)	山﨑 晴美	①木	10:00~13:00	21,450円 (全5回) 教材費3,960円(1体)

ダンス・健康 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
経験1年以上 バレエレッスン	高山 勝子	①③水	11:20~12:20	5,280円
新講座 男気を出して始めてみましょう 大人のクラシックバレエ入門	柳 咲絵	①③月	11:30~13:00	5,390円
子供～大人まで 誰でもクラシックバレエ	蟹江あすさ	土(月4回)	14:00~15:30	9,900円
午後のリラックスフラ	ナイイ・リイイ 岩本 育子	①③水 初級	13:00~14:15	5,720円
ハワイアン・フラ	ホクラニ チヒロ	木	10:00~11:00	7,920円 曲ごとに242円
タヒチアンダンス		②④木	13:30~14:30	6,160円 曲ごとに242円
リフレッシュフラ	米本のり子	②④木	11:20~12:50	5,610円
リラックスフラ	ナイイ・リイイ 竹之下 奈己美	①③金	11:30~12:45	5,720円 CD代242円
ナイト☆アロハ・フラ	右近 一恵	②④金	19:00~20:00	5,720円 CD&テキスト代550円
～心と体が喜ぶ～ 癒しのハワイアンフラ	カプアウリ 森 智美	②④月	11:00~12:00	4,400円
スウィートハワイアンフラ		②④土 レアレアクラス	13:00~14:15	5,060円
新講座 キラキラ入門クラス スウィートハワイアンフラ		①③火 キラキラ入門クラス	18:30~19:45	5,060円
スウィートハワイアンフラ		木(月4回) 初級	18:30~19:45	9,680円
		①③土 初級	11:35~12:50	5,060円
		②④土 グレイシャス	11:35~12:50	5,060円
		②④日 中級	11:20~12:35	5,159円
		①③土 入門	10:40~11:30	4,620円
タヒチアン＆フラ	織田千恵子	②④日	10:30~11:50	5,720円
タップダンス	佐藤 昇	②④木	19:10~20:20	5,280円
アルゼンチンタンゴ	AKITO	①③土	15:30~16:45	5,885円 男女ペア(お1人)5,280円
楽しくおなかをシェイプ ベリーダンス	Wakako	①③日	13:45~15:00	5,500円
魅惑のダンス ベリーダンス入門			15:10~16:10	4,620円
バリ舞踊 ゆったりバリダンス体操	小泉ちづこ	①③日	11:10~12:40	5,830円
			10:00~11:00	5,280円
たのしく! 自分らしく! 初めてのフラメンコ講座	畑中 美里	①③木	18:45~20:00	6,600円
シニアのための ストレッチ＆ジャズダンス	とっこ(小西美智子)	②④金	14:30~15:30	5,720円
		金(月4回)		9,240円
フリースポット、思い立ったその時に! ジャズダンス		③土 小4～シニア	17:00~18:30	2,860円
新講座 夏だから心も体も元気に楽しむ 初めてのジャズダンス(全6回)	古木 杏子	②④月	11:30~12:30 7/14(月)スタート	17,160円 (全6回)
日本舞踊(宗家藤間流)	藤間 勘舞恵	①③日	13:00~16:30	6,380円
女性のためのシニアヨガ	加藤 千明	①③水	10:30~11:30	5,720円
スローヨガ	清水 洋美	②④水	15:10~16:10	5,280円
		①③木	11:30~12:30	
		①③木	14:00~15:00	
骨盤調整ピラティス	宮川 由美	②④月	10:00~11:00	4,620円
新講座 本気の姿勢改善 姿勢ピラティス塾		②④火	10:00~11:00	5,280円

ダンス・健康 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
新講座 誰でもできる美姿勢ピラティス	SHINOBU	金(月4回)	13:00~14:00	9,020円
ストレッチ＆ピラティス	粕田 朋子	②④火	19:15~20:15	5,060円
中高年のためのヨーガエクササイズ	Shantih(シャンティ)	①③水	10:00~11:15	5,720円
広池ヨーガ健康法 ＊振替受講可	宮本登喜子 ほか	月(月4回)	13:45~15:15	10,120円
		木(月4回)	10:30~12:00	10,120円
		金(月4回)		10,120円
		②④日 日曜のリセット	13:00~14:30	5,500円
		③火 シニア	13:30~15:00	5,500円
リフレッシュヨガ	澤田いづみ	②④土	15:30~16:30	5,060円
中高年のためのやさしいヨガ	榎本美代子	①③土	13:30~15:00	5,060円
新講座 癒しの空間 アロマヨガ	柳澤 延子	①③火	11:15~12:15	5,060円
スッキリ ヘルシー リラックス 快眠 午後のゆったり気功	相佐 有嬉	①③火	15:30~17:00	8,360円
健康・美容に役立つ 漢方棒気功健康法	須藤あかり	①③月	12:45~14:00	5,060円 初回教材費別途 別途気功棒代
香港呉式太極拳	田中 恵美	②④木	15:10~16:30	4,400円
香港呉式太極拳(刀クラス)			16:40~17:30	3,300円
日曜日の太極拳(楊式) ※初めての方におすすめ	望永 航史	①③日	9:45~10:30	4,840円
日曜日の太極拳(陳式)			10:45~12:15	5,610円 教材費220円
太極拳	佐藤マサ江	②③④火	10:00~11:30	6,600円
新講座 大人の空手教室	道田 誠一	水(月4回)	19:00~20:00	7,260円
自分の力で身体を変えよう 整体師と学ぶセルフ整体	森 智美	②④月	15:30~16:30	5,280円
健康で美しい身体へ導く 姿勢教室	荒武 博之	①土	18:00~19:30	3,190円
理学療法士の直接指導で安心 やさしいリハビリ健康体操	渡辺 涼介	①③土	12:00~13:00	5,060円
新講座 (全6回) 楽しく健康・目指せ8メートル スポーツウエルネス吹矢入門	萬 美枝子	②④木	12:30~14:30	15,840円 (全6回) 教材費990円 (全6回) マウスピース代820円
新講座 情熱と探求心が実らせた柏模原ウイナリーを見学	森山 錬一	④水 5/28	13:00~15:00頃	4,400円 試飲代込
新講座 ビルの谷間に日陰のひろがる夕方に開催 吉原だけじゃない! 鳶屋重三郎の世界(全2回)	岡本 永義	②木 6/12・7/10	16:30~18:30	6,600円 (全2回) 管理費660円 (全2回)
新講座 鳶屋重三郎の時代体感ツアー 鳶重・新吉原史跡散策(全2回)	小泉 吉永	②水 6/11・7/9	9:30~13:00	6,600円 (全2回) 資料代1,100円 (全2回)
		③水 6/18・7/16		

趣味・くらし 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
誰にでもできる易学(入門)	佐藤 宗眩	④木	10:15~12:15	3,190円 教材費別途
「九星気学」からはじめる 手相占い(初心者クラス)		③土	10:15~12:15	
手相占い(中級)			13:30~15:30	
陰陽道をもとにした やさしい占い(入門)		②日	15:30~17:30	3,190円 別途テキスト代
やさしい占い教室 ～経験者クラス～			13:00~15:00	3,520円 教材費別途
はじめてのやさしく楽しい 占いながら学ぶタロット占い入門	早矢	①土	10:20~11:50 6/7(土)スタート	39,270円 (全6回) 教材費2,640円 (全6回)
驚異の的中率! 占いながら学ぶ西洋占星術入門			12:50~14:20 6/7(土)スタート	39,270円 (全6回) 教材費2,640円 (全6回)
おすすめ 開運宿曜占星術	青山 零	②月	10:45~12:00	3,300円 教材費110円 初回教材費3,300円
レディース健康マージャン	原 浩明 細谷映里子 他	①③木 入門	10:00~12:30	5,720円 初回用具代2,200円 テキスト代2,200円
		中級2	10:00~12:30	
		入門・初級・中級	13:30~16:00	
新講座 リアルに作る 人物の影絵(全3回)	メグロカタガミ	①日 6/1・7/6 8/3	10:30~12:30 6/1(日)スタート	8,910円 (全3回) 教材費1,650円 (全3回)

趣味・くらし 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
ジェルネイル(全5回)	和泉 幸恵	④水	10:00~12:30	24,200円 (5回分) 教材費2,200円 (5回分) 初回教材費(LEDライト代含む)9,900円
表千家	千宗左 山下恵光 尾崎宗昌	月(月3回)	13:00~16:30	初等科 8,250円 教材費1,386円
		木(月3回)	13:00~20:00(うち90分位)	高等科 8,910円 教材費1,386円
		①③日	13:00~16:00	初等科 5,500円 教材費924円 高等科 5,940円 教材費924円
表千家茶道	長岡 宗亜	②④火	14:00~20:00	5,280円 教材費902円
裏千家	山岸 宗美	火(月4回)	10:00~12:00	11,000円 教材費2,288円
	長島 則子	土(月4回)		
テーブル茶道	鈴木 宗雅	②土	10:00~12:00	2,640円 教材費451円
香道(御家流)	澤村 理香	②④木	10:00~12:00	7,370円 教材費1,980円
人に着付ける 夏までに浴衣美人(全5回)	中西 智子	①③火 5/20(火)スタート	13:30~15:00	13,200円 (全5回)

教養・外国語 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
俳句を楽しむ	山田 佳乃	③水 入門	10:30~12:00	3,080円 教材費110円
俳句のてほどき	古賀 雪江	②月	12:30~15:00	3,080円
おすすめ よみたい31音 短歌の庭	山内 頌子	①水	13:00~14:30	2,860円 教材費220円
万葉集	伊藤 高雄	④土	10:30~12:00	3,080円
かんたん海外旅行英会話	半名 直樹	②④水	10:30~12:00	5,940円 テキスト代別途
シチュエーション英会話			12:10~13:10	5,280円 テキスト代別途
おすすめ 英語で脳トレ 英会話サロン	眞弓 享子	②④金	10:00~10:50	6,600円
英会話超入門			11:00~11:50	6,600円 テキスト代別途
ドイツ語初級	町田 淳子	②④水	13:30~14:30	5,500円 テキスト代別途
新講座 はじめての韓国語入門	ク・イムギョン	②④木	15:30~16:30	5,500円 テキスト代別途
韓国語入門	白 允生	②④水	13:30~14:30	5,280円 テキスト代別途
朗読って楽しい!	田中 泰子	①火	10:30~12:30	3,300円 教材費51円
たのしい朗読	大木 実香	④火	10:00~12:00	3,300円 教材費別途
		②木	10:00~12:00	3,300円 教材費別途
声と話し方教室	北川 千晶	①金	10:15~11:45	3,190円 初回教材費660円
新講座 みんなで楽しむ手話入門	星野リュータ	①③金	10:00~11:30	5,280円 教材費330円
おすすめ シニア脳トレ講座	福山 直子	②④火	15:30~16:20	4,400円 教材費1,100円
ビデオ撮影・編集講座	富澤 瑞夫	④土	16:00~18:00	2,970円
写経	蓮沼 直亮	③月	10:15~12:15	2,970円 初回教材費約4,400円

音楽 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
謡曲・仕舞(観世流)	竹前 治房	②④日 20分	13:30~16:30(個人レッスン)	6,930円
		②④日 40分		13,860円
詩吟(吟道館流)	小林 心風	③月④水 初級	13:15~15:15	5,060円
		上級	15:30~17:30	2,530円
しの笛入門	鈴木 恭介	①③月	18:00~20:00	6,820円
長唄(杵屋)	杵屋 悦子	火(月3回) 唄・三味線	15:30~18:30	9,240円 教材費三味線264円
		二科目		13,860円 教材費三味線264円
小唄(春日流)	春日とよ芝子ひろ	②④木 唄	15:15~17:45(個人指導20~30分程度)	6,380円
		三味線		6,380円 教材費165円
箏曲(山田流)	山勢 松韻 城ヶ崎明雪勢	②④火	13:30~16:30	6,160円 教材費165円
大正琴(琴城流)	鈴木琴扇眞	②④金	10:45~12:15	5,280円
琵琶(錦流)	水藤 桜子	①③木	10:00~12:00(個人レッスン)	6,380円
はじめての二胡	上西 隆	②④金	10:30~12:00	6,380円 楽器購入代60,000円程度 教則本2,420円
佐藤のりこの声楽サロン	佐藤のりこ	①③月	15:30~17:30	7,040円
			17:40~19:00	6,380円
憧れの曲を弾きたい! シニアのピアノグループレッスン	田口 順子	②④火 入門Ⅰ	13:00~14:30	5,280円 テキスト代別途
新講座 美しいハーモニーを作りましょう スマイル☆コーラス	小田惠美子	②④水	15:00~16:15	5,280円 教材費別途

音楽 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
心に響く名曲を二一緒に ヴォイスレッスン＆コーラス	吉永 研二	②④金	13:00~14:15	5,280円 楽譜代別途
コーラス(二部合唱)	佐藤 真子	②④火	13:15~14:30	5,280円 楽譜代別途
永遠のシャンソン	伊東はじめ	②月	13:30~15:00	3,850円 教材費121円
やさしいシャンソン	小川 景司	①③木	15:00~16:30	5,280円
シャンソン＆カンツォーネ	牧澤 友也	②④月	15:30~17:00	5,720円 教材費44円
ジャズ＆ポップス 英語で歌いましょう	安川 冴子	②水	10:30~11:45	2,530円
～日本語で歌う～ 懐かしの映画音楽とポピュラーソング	山本理恵子	①③火	13:00~14:30	5,280円 教材費44円
ゴスペル	水野 幹子	①③水	16:00~17:30	5,940円 教材費220円
宝塚ソングを歌いましょう	星風エレナ	②④金	15:30~17:00	6,160円 教材費1,080円
リコーダーアンサンブル(中級)	日比健治郎	①③水	13:00~14:30	6,600円
ヘルマンハープ ※初めての方は、ドナウクラスがおすすめです	三木あき子	①③木 ドナウ	10:00~11:00	6,600円 楽器レンタル料1,000円/回
		ライン	11:10~12:10	
楽しいオカリナレッスン	佐藤 一美	②④火	10:30~11:45	6,600円 教本代別途
おすすめ はじめてのカリンバ	古田 明子	②火	15:00~16:15	3,025円 初回テキスト2冊2,000円

音楽(個人レッスン) 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
ヴォイスレッスン	田中 直子	①③火	10:30~12:30(30分)	6,930円
アコーディオンを弾く			10:00~12:00(30分)	7,920円 楽器レンタル料660円
声のレッスン	あかさか まき	①③火	15:00~19:55(35分)	9,240円
		②④金	13:00~15:25(35分)	
好きな曲を歌おう	青山 真弓	②④土	12:30~17:00(30分)	6,600円
素敵なピアノ	浅田あさ子	①③水	15:30~19:30(30分)	初級 5,720円 中級 6,270円 上級 6,930円 各教材費別途
ピアノ教室	杉山美智子	①③土 初級	15:30~20:00(30分)	5,390円 教材費別途
		中級		6,050円 教材費別途
ポピュラージャズピアノ	畠山 幸江	②④金	18:30~20:30(30分)	5,720円 教材費別途
楽しいヴァイオリン	佐藤 まき	①火 初級	15:30~19:00(30分)	7,040円 教本代別途
楽しく奏でるヴァイオリン	水岡 善郎	土(月4回) ※月2回要相談	17:00~19:30(30分)	(初級) 14,080円 (中級) 15,400円 各教本代別途
アイリッシュの小さなハープ	坂本 久子	①③金	12:45~17:30(30分)	7,040円 楽器レンタル料550円/回
やさしいウクレレ	白石 信	②月 中級	13:15~14:15(45分)	4,400円 教材費33円
大人のピアノ	小島 博子	②④日	10:00~14:00(30分)	6,930円
		②日		3,465円
		④日		
フルート	池田さく子	①③木	16:00~20:00	6,600円

こども・親子 運営維持費別途

講座名	講師	曜日	時間	受講料
水曜のこどもピアノ	浅田あさ子	①③水	15:30~19:30(個人レッスン30分)	5,720円 テキスト代別途
子どものピアノ	小島 博子	②④日 5才～12才	10:00~12:30(個人レッスン30分)	6,930円 教材費別途
子供ピアノ教室	杉山美智子	①③土 4才～初級	15:30~20:00(個人レッスン30分)	5,390円 教材費別途
		4才～中級		6,050円 教材費別途
子ども書道・ペン字	宮川 和子	①日	小1～	10:30~11:30	3,520円 教材費570円
草月流いけばな(ジュニアコース)	勅使河原 茜 藤本 遙染	③日	小1～	14:30~15:45	2,420円 教材費1,100円
おすすめ こども姿勢教室	荒武 博之	①土	小4～中学生	18:00~19:30	2,420円
こども日本舞踊(宗家藤間流)	藤間 勘舞恵	①③日	小1～	13:00~16:30(個人指導20分程度)	5,060円
キッズ入門クラシックバレエ	蟹江あすさ	②④土	幼児～小2	13:15~14:00	4,620円
子供から大人まで 誰でもクラシックバレエ		土	小3～小6	14:00~15:30	8,800円
キッズダンス	とっこ(小西美智子) ※月2回クラスもあります	金(月4回)	3才～小3	16:00~16:50	7,480円
ジュニアジャズダンス			小4以上	17:15~18:30	7,920円
フリースポット、思い立ったその時に! ジャズダンス		③土	小4～シニア	17:00~18:30	2,860円
タップダンス	佐藤 昇	②木	小学生～	18:00~19:00	4,840円
少年少女武道空手教室	道田 誠一	水	4才～小1	16:20~17:20	6,600円
			小2～	17:30~18:30	6,600円

※表記金額は1ヵ月分、税込金額です。

※受講料は3ヵ月前納制です。(一部の講座を除く) ※講座毎に運営維持費を頂戴いたします。〈月1回の講座：275円/回　月2回の講座：440円/月　月3回の講座：495円/月　月4回の講座：440円/月〉