

美容・健康・癒し	講師	受講料(月額)
ZUMBA ～ハッピーフィットネスダンス～	ラウカベツラ	第2・4(土) 12:00～13:00 4,000円
背骨コンディショニング体操	大谷慎二	第1・3(水) 13:00～14:10 3,100円
ボディメンテナンス・ピラティス	藤井文香	第1・3(金) 11:30～12:30 3,000円
気軽に有酸素運動 フランスボールエクササイズ	Lisa	第2・4(水) 10:30～11:30 3,100円
しなやかBodyピラティス	松坂希美	第1・3・4(火) 14:00～15:00 4,500円
フロアストレッチ	竹山久美子	月4回(木) 13:00～14:15 4,200円
バレエストレッチ	竹山久美子	月4回(金) 13:30～15:15 5,200円
ほぐしストレッチ	豊田文緒	第1・3(金) 10:50～11:50 2,700円 月4回(金) 5,400円
いつまでも元気な体でいよう! いきいき健美体操	松谷淳子	第1・2・4(月) 10:00～11:00 3,150円
白蘆術	有田英子	第1・3(火) 14:00～15:30 3,100円
癒しのヨガ	竹田文子	第2・4(月) 19:00～20:30 3,100円
眼がスッキリするヨガ	大塚真佐子	第1・3(火) 10:30～12:00 3,100円
～代謝upで健康キレイ～ウェルネスヨガ	白川小百合	第1・3(火) 19:30～20:30 3,100円
インナービューティヨガ	白川小百合	第2・4(火) 19:00～20:00 3,100円
季節のヨガ	鎌田真代	第1・3(水) 10:00～11:30 3,100円
ロコモ予防ヨガ	高松弥生	第1・3(水) 10:00～11:10 3,100円
中高年のためのゆったりヨガ	高松弥生	第1・3(水) 12:30～13:30 3,100円
パワーヨガ ～男性にもおすすめ!～	白川小百合	月4回(木) 20:30～21:40 6,200円
金曜日の朝ヨガ	鎌田真代	第2・4(金) 10:15～11:45 3,100円
整体ヨガ	マダムフキ 専属講師	第1・3(土) 10:00～11:30 3,100円 第2・4(日) 3,100円
日曜日のモーニング・ヨガ ～充実した一週間の始まり～	小川忍	第2・4(日) 10:00～11:30 3,100円
ママとベビーのヨガクラス 2ヶ月～未就園児	西垣裕子	第1・3(金) 10:00～11:00 3,500円
SFマキボクシングフィットネス	櫻井美香	月4回(木) 10:15～11:15 5,700円
気功太極拳	清水和美	月4回(月) 10:30～12:00 5,600円

太極拳	講師	受講料(月額)
	阪口賢世	第2・4(土) 14:30～16:00 3,500円 太極拳+剣 14:30～16:40

ダンス・舞踊・武道	講師	受講料(月額)
～初心者から経験者まで～ 卓球教室	田中栄一	第1・3(金) 18:00～18:50 3,600円 第2・4(火) 11:30～13:00 5,000円

COVER DANCE SISTAクラス	MIKIE	月2～3回(土) 19:30～20:50 3,600円～
HIP HOP DANCE大人クラス	Yu	第1・3(土) 20:00～21:00 3,600円
大人バレエ	関口早苗	第1・3(土) 13:45～14:45 3,500円
初心者のための大人バレエ	上月佑馬 高梨美月	月4回(火) 19:15～20:15 8,200円
大人のためのバレエレッスン	川本和彦	月3～4回(月) 11:30～12:45 4,650円～
バレリーナ入門	川本和彦	月3～4回(月) 13:00～14:00 3,900円～
シニアのためのヒップホップダンス	森本真由美	第3(日) 11:00～12:00 1,600円

オリエントアルベリーダンス	yacco	第1・3(金) 19:10～20:20 4,100円 (入門) 20:25～21:35
---------------	-------	--

～優しく幸せな時を～ ハワイアンフラ	小島 香	第1・3(月) 13:30～14:30 4,000円
笑顔を磨く ハワイアンフラ	HARU	第2・4(水) 10:30～11:30 4,000円
フラチナエッジのための ほっこりフラ	Alaka!アケミ	第2・4(金) 14:00～15:00 3,800円
ダンス中級	ミキLehuamano	第2・4(金) 15:15～16:30 5,100円
お勤め帰りにフラを踊ろう!	ミキLehuamano	第2・4(金) 19:00～20:30 5,100円
～日曜の優雅なひととき～ 癒しのハワイアンフラ	かおりカナハ森	第2・4(日) 14:00～15:30 4,400円
社交ダンス・ラテン専門コース	山本静代	月4回(木) 11:40～12:40 6,200円
ストレッチ&ダンス	岩井美穂	第2・4(火) 13:30～14:30 4,100円

タップダンス 入門～	豊田文緒	月4回(月) 18:00～19:00 6,200円 月2回(月) 3,100円
タップダンス	豊田文緒	月4回(金) 12:00～13:00 6,200円
やさしい 初心者のための日本舞踊	若柳吉麗	第1・3(金) 13:30～15:00 4,000円
合気道	窪田育弘& 奈良合気会指導員	月4回(木) 18:50～19:40 6,200円
全日本空手道連盟糸東会公認 糸東流空手道拳聖会木津川道場	北郷敬治	月4回(水) 19:00～20:30 4,200円
日曜日のテコンドー	阪口 晃	第2・4(日) 10:30～11:30 3,500円
カンファitness	富岡翔陽	月4回(木) 20:30～21:30 7,400円

アート&クラフト	講師	受講料(月額)
☑️ クレヨンが魅力に変わる魔法の筆文字講座～伝筆(つてび)～	古賀上 実絵子	第3(金) 13:30～15:30 2,500円
☑️ 高の原絵画教室(油彩・アクリル・デッサン)	前川友一	第1・3(木) 13:00～15:00 4,100円
ハワイアンコードバグ&小物レッスン	三宅裕子	第2・4(木) 10:30～12:30 4,100円
フランス額装	河野 玲	第3(水) 10:30～12:30 2,800円
暮らしの中の布箱 はじめてのカルトナージュ	柳原和美	第2(月) 13:00～15:00 2,100円
～自由に作ろう!～ 羊毛フェルト	珠 理	第1(月) 10:00～12:00 2,900円
ビーズの世界 ～ビードルワーク・マクラメ・ソウタシエほか～	三宅裕子	第2・4(木) 10:30～12:30 4,100円 第2or第4(木) 2,100円

油絵	大山乃里子	第1・3(火) 10:00～12:00 5,100円
～折りを形に～ 仏画教室	柳原朗月	第3(月) 13:00～16:00 2,100円
水彩画を楽しもう	長富理子	第1・3(木) 13:00～15:00 4,100円 第1・3(水) 13:30～15:30 4,100円 第1(金) 13:00～15:00 2,100円

楽しい色鉛筆画	長富理子	第1・3(木) 13:00～15:00 4,100円 第1・3(水) 13:30～15:30 4,100円 第1(金) 13:00～15:00 2,100円
---------	------	--

植物画(ポタニカルアート)	酒井克典	第2・4(水) 10:30～12:30 4,100円 13:15～15:15
---------------	------	---

デッサン・絵画(中学生～大人)	石濱阿里紗	第1・3(水) 16:00～17:00 3,000円 17:05～18:05
-----------------	-------	---

大人の方のデッサン・絵画	石濱阿里紗	第1・3(水) 14:55～15:55 3,000円
--------------	-------	----------------------------

絵手紙	村上里美	第2・4(水) 13:00～15:00 4,100円 第2or第4(水) (月1回) 2,100円
-----	------	--

美しい墨彩画	澁谷 雪	第2(火) 10:30～12:30 3,100円
--------	------	--------------------------

消しゴムはんこ楽しい絵手紙	島本克子	第3(水) 10:30～12:30 2,100円
---------------	------	--------------------------

万年筆で絵を描こう	神谷利男	第1(土) 13:00～15:00 2,600円
-----------	------	--------------------------

指でくるくる♪パステルアート	HANA	第4(月) 13:00～15:00 2,100円
----------------	------	--------------------------

はじめてのチョークアート	Mayu	第4(日) 10:00～12:00 2,600円
--------------	------	--------------------------

はじめての彫紙アート	佐伯 愛	第2(水) 10:30～12:30 2,100円
------------	------	--------------------------

かんたん・すてきな カゴ雜貨づくり ～エコクラフト手芸～	田中靖惠	第2・4(木) 13:30～15:30 4,100円
---------------------------------	------	----------------------------

ソーブカービング	大崎由子	第2(金) 10:00～12:00 2,800円
----------	------	--------------------------

新しいデコパージュ 日本ヴォーグ社ヘリテージDECO <フリーコース/ディプロマ(資格取得)コース>	森本敬子	第3(月) 10:30～12:30 2,100円
--	------	--------------------------

DECOクレイクラフト	浅田真喜子	第1(火) 10:00～12:00 2,500円
-------------	-------	--------------------------

ヨーロピアン磁器上絵付	和家佐千絵	第1(水) 10:00～12:00 3,100円
-------------	-------	--------------------------

パーチメントクラフト	佐々夕子	第2(火) 13:30～15:30 2,100円
------------	------	--------------------------

メタルエンボッシングアート	まえだ京子	第2・4(火) 10:30～12:30 6,100円 第2(火) (月1回) 3,100円
---------------	-------	--

木目込真多呂人形	石橋真弥玉	第2・4(木) 10:30～12:30 3,100円
----------	-------	----------------------------

音楽	講師	受講料(月額)
～子どもから大人まで～ たのしいピアノ教室	松本千東	第1・3(日) 10:00～18:00 4,600円 ☑️ 月3～4回(月) 15:00～21:00 各30分

大人のピアノレッスン	米田仁子	第1・3(金) 10:00～14:00 4,500円～
------------	------	-----------------------------

～お気に入りの曲をマスター～ ピアノ DE ハッピー	山田慶子	第2・4(火) 14:30～21:00 4,600円～
-------------------------------	------	-----------------------------

ピアノの調べ	渡邊まり	第2・4(日) 10:00～16:00 4,600円～
--------	------	-----------------------------

週末の大人ピアノ教室	岡田真祐子	第1・3(土) 10:00～18:00 4,600円～
------------	-------	-----------------------------

日曜楽しいピアノ	第1・3(日) 10:00～17:30 各30分
----------	--------------------------

好きな曲でうまくなる! 大人のピアノ	笹 直人	第1・3(火) 10:00～14:30 4,500円
--------------------	------	----------------------------

中高年から始める「らくらくピアノ®」	田島文佳 網千万里子	第1・3(水) 10:00～16:00 4,100円
--------------------	---------------	----------------------------

1からはじめる「大人のケンハモ」	松本有加	第2・4(金) 10:30～11:30 4,600円
------------------	------	----------------------------

ポピュラーヴォーカル	石橋康明	第1・3(水) 18:30～21:30 5,200円
------------	------	----------------------------

声の調子はいかがですか? ヴォイストレーニング/ヴォーカル	MITO	第1・3(月) 10:00～12:30 6,000円 月3回(木) 12:30～21:30 各30分
----------------------------------	------	---

ヴォイストレーニング&ボイカル	松岡ゆりな	第1・3(月) 16:00～19:30 21:00～21:30 各30分 5,800円
-----------------	-------	---

ゴスペル	松岡ゆりな	第1・3(月) 19:30～21:00 5,700円
------	-------	----------------------------

1曲マスター ヴォイストレーニング	松添真理子	第2・4(金) 10:00～16:30 5,200円 大人 5,200円 子ども 4,100円
----------------------	-------	---

楽しく歌いましょう! 抒情歌～ポップスまで	松添真理子	第1・3(金) 13:00～14:30 4,100円
-----------------------	-------	----------------------------

声楽 個人レッスン クラシックを歌おう	太田奈々	第1・3(火) 16:30～21:25 6,900円 第2・4(水) 15:00～21:30 各30分 5,200円
---------------------	------	---

はじめてのDTM&作曲	井上耕一	第2・4(水) 17:00～21:30 各30分 5,100円 第2・4(土) 17:00～21:00 各30分
-------------	------	---

～初心者から経験者まで～ 大人のヴァイオリン	浅井眞理子	第1・3(木) 10:00～12:00 6,100円
---------------------------	-------	----------------------------

バイオリン	野田 薫	月3回(土) 10:30～18:00 各30分 7,800円～
-------	------	---------------------------------

ギターを弾こう ～個人レッスン～	井上耕一	第2・4(水) 17:00～21:30 各30分 6,100円 第2・4(土) 17:00～21:00 各30分
---------------------	------	---

初心者のためのベース教室	井上耕一	第2・4(水) 17:00～21:30 各30分 6,100円 第2・4(土) 17:00～21:00 各30分
--------------	------	---

ウクレレを楽しもう!	衣川祐三	第2・4(木) 13:30～15:00 6,100円
------------	------	----------------------------

私にも弾けるウクレレ(入門クラス)	衣川祐三	第2・4(木) 15:00～16:15 6,100円
-------------------	------	----------------------------

フルートレッスン(入門・初級・中級) 6歳～大人	鈴木 楓	第1・3(木) 16:30～21:00 各30分 4,600円～ 入門
--------------------------	------	--

クラリネット教室	西山亜有子	第2・4(月) 17:00～20:30 (入門 各30分/他各45分) 7,100円～
----------	-------	---

古典からポップスまで お奏入門(初級・中級)	山口朋子	第2・4(月) 10:00～12:30 各30分 7,100円
------------------------	------	---------------------------------

しっとり地歌三絃(三味線)入門	井後義世	第2(金) 13:00～15:00 2,500円
-----------------	------	--------------------------

やさしい二胡	葉 衛陽	第2・4(金) 13:00～14:00 6,100円
--------	------	----------------------------

生活文化	講師	受講料(月額)
------	----	---------

NEW エレガントきもの着付教室	坂上紀代子	第2・4(木) 13:30～15:30 3,500円
------------------	-------	----------------------------

ヨーロッパの素敵な刺繍	三枝ひとみ	第2・4(水) 10:00～12:30 4,100円
-------------	-------	----------------------------

癒しのインテリアフラワー ～生花からブリザ・多肉クラフト・ハーバリウムまで～		13:00～15:00 2,000円
---	--	--------------------

DFAタッチフラワーアレンジメント (基礎から資格まで)	櫻井千華	第3(土) 13:30～15:30 3,000円
---------------------------------	------	--------------------------

インテリアメゾン ～アーティフィシャルフラワー～		13:00～15:00 15,000円 全回
-----------------------------	--	------------------------

池坊いけばな教室	田中俊行	第1・3(火) 19:00～21:00 4,100円
----------	------	----------------------------

山村御流朝紫会 いけばな教室	早川起松	第2・4(金) 13:30～15:30 5,000円 第2or第4(金) (月1回) 2,800円
----------------	------	--

おつとめ帰りのいけばな教室 山村御流朝紫会	早川起松	第2・4(金) 19:30～21:00 5,000円 第2or第4(金) (月1回) 2,800円
--------------------------	------	--

はじめての茶道(裏千家)	森本宗佳	第2・4(月) 17:30～21:00 4,100円
--------------	------	----------------------------

美味しいお茶の淹れ方	松三重子	第4(月) 13:30～15:00 2,100円
------------	------	--------------------------

暮らしの中の日常書(ペン字, 筆)	西荒井宏林	第2・4(月) 10:30～12:30 4,100円
-------------------	-------	----------------------------

書道 漢字(基礎～創作まで)	西荒井宏林	第2・4(月) 13:30～15:30 4,100円
----------------	-------	----------------------------

基礎からの書道・ペン字	吉田百花	第1・3(木) 18:30～20:30 4,100円
-------------	------	----------------------------

日常生活に役立つ書道教室 (大筆・小筆・筆ペン・ペン字)	岡田圭玉	第2・4(水) 18:30～20:00 (この間の1時間) 4,100円
---------------------------------	------	--------------------------------------

やさしく・正しく・楽しい筆文字	岡田象道	第2・4(水) 16:00～20:00 (この間の1時間) 4,100円
-----------------	------	--------------------------------------

土曜書道(漢字, 仮名, 実用書, 筆ペン・ペン字)	小田大拙	第2・4(土) 14:30～16:30 4,100円
----------------------------	------	----------------------------

韓国伝統パッチワーク ポジャギ	工藤和子	第4(水) 10:30～12:30 3,100円
-----------------	------	--------------------------

戸塚刺繍教室	胡井紀代子	第2・4(金) 10:30～12
--------	-------	------------------