

見つけよう 新しい自分 素敵な仲間

# JEUGIAカルチャーセンター

イオンモール堺北花田

体験・受講・新規ご入会  
お申し込み受付中

ジャンル豊富に、大人・こども 200 講座以上の習いごと

受講・体験・見学のお申し込みは、事前のご予約をお願いいたします

☎072-246-6677 [電話受付] 10:00~20:00

〒591-8008 堺市北区東浅香山町4-1-12  
イオンモール堺北花田 3F

当会場のTOPページはこちらから  
検索「メダカ」3/20・4/17(水)  
体験 3,100円(税込) 材料費 500円

WEBから予約OK!

検索 JEUGIAカルチャー https://culture.jeugia.co.jp



## 春講座ピックアップ! 春から登場の新講座や人気の定番講座から1日・短期で学べる入会不要の特別講座など

### キッズジャズダンス

講師 yukako

ジャズダンスは人気の高いダンスジャンルです。バレエの要素を取り入れたしなやかな動きや、自由な表現が楽しめるダンスです。ダンスの基礎や柔軟性、リズム感が養われます。

3/3~4(木) 17:00~18:00  
月額5,115円(税込)

### ものづくりで理科がもっと好きになる! こども電子工作教室

講師 小園駿斗

工作・ものづくり大好きキッズ集合!! 毎回様々なテーマを通して、電子工作を楽しみながら仕組みや必要知識を学びます。

3月スピーカーを作ろう!(電磁誘導)  
4月イライラ棒(フューン・LED)  
5月ヒボン玉発射装置(摩擦)  
6月連射器(磁石)

第1(土)13:00~15:00  
月額2,750円(税込) 材料費 1,000円

### 切り絵講座

講師 下村優介

切り絵は簡単に始められるアートです! 飾りやプレゼント、飾りつけに活用できる切り絵を一緒に作っていきましょう。細かい作業が苦手という方も大丈夫! 講師が丁寧に指導いたします。

第3(水)19:00~21:00  
月額3,100円(税込) 材料費 500円

### はじめてのソープカービング

講師 村上圭子

石鹸で作るお洒落で可愛いアート講座、ソープカービングを基礎から学びましょう。ソープカービングナイフを使い、石鹸にカットデザインをしていきます。お部屋に飾ったり、プレゼントにしたりいりいり香りのするデザインアートです。

第1(水)11:00~13:00  
月額2,750円(税込) 材料費 450~1,800円

### 韓国のパッチワーク ポジャギ

講師 吉川淑恵

韓国のパッチワークの世界に触れてみませんか? 李王朝時代から伝わる技法を用いて端布をつなぎ合わせ、美しい一枚布や針山、巾着などを作ります。素材が独特の風合いがある、自分だけの小物を作りましょう。

第4(金)10:30~12:30  
月額3,850円(税込) 材料費 1,000~5,000円

### ひとりで作る自信が! とことこどもお料理教室

講師 比嘉寿子

家族の「おいしい」食卓のお手伝いができるようになる! メディアでもお料理の「とことこどもお料理教室」です。お料理のすべてをこどもたちで行い、「考える力」「生きる力」を育てます。

第3(土)11:00~13:00・15:00~17:00  
月額2,530円(税込) 材料費 1,760円

### 紙と鉛筆ではじめるキャラクターイラスト教室

講師 葉月あし

初心者大歓迎! みんなで楽しくキャラクターイラストを描いてみませんか。一人ひとりのペースに合わせて、丁寧にサポートします。まずは紙と鉛筆で、気軽に始めてみましょう!

第2・4(日)11:00~12:30  
第3(日)13:00~14:30  
月額4,950円(税込) 材料費 550円

### ～血流を巡らせからだの中から元気に～ からだ巡りケア体操

講師 Kato chan

更年期世代から100歳まで、一生続けられる血流改善プログラムです。体をさする、もむ、流す、伸ばすことで、血の流れを良くし、リンパを流して体温を高めます。冷え、むくみ、更年期症状、肩こり、腰痛、慢性疲労にお悩みの方におすすめです。

第2・4(火)10:30~12:00  
月額4,950円(税込) 材料費 500円

### 心と体のメンテナンスヨガ

講師 MIE

レッスン前半は呼吸とストレッチで体をほぐしセルフで足指のリンパマッサージをした後、後半は呼吸と動きを連動させているゆるいポーズを取って筋肉にアプローチしていきます。心身ともにリフレッシュできるプログラムです。

第2・4(火)10:30~11:30  
月額4,400円(税込) 材料費 2,200円

### キックボクシングエクササイズ

講師 hiroko

脂肪燃焼、代謝アップ、引き締め効果! バックリリズムに合わせてキックボクシングの動きをしたり、ミットを叩いて蹴って、日頃のストレスを発散! 自身のペースで楽しみながら汗がきまします!

第4(月)12:00~13:00  
月額6,600円(税込) 材料費 1,650円

### 鮎裕の和のイラスト講座

講師 文野優子

少ない筆遣いで、四季折々のホッとさせるイラストをハガキに描きます。季節感あるオリジナル教材を使い、筆遣、丁寧な練習など段階を追って丁寧に練習するので、楽しく作品が仕上がります。

第4(火)13:00~15:00  
月額3,190円(税込) 材料費 550円

### 心と身体をのりこえる癒やし系のピラティス初級

講師 野口あすか

～健康な身体に健やかな心が根づく～ピラティスの基礎の動きから丁寧に進めます。呼吸や動作を動かすことで、無理なく楽に始めます。さらにストレッチやリラックスなどを組み交ぜながら体のコンディションを整え、機能改善を目指していきます。

第2・4(水)14:00~15:00  
月額4,950円(税込) 材料費 2,475円

### ハワイアンフラ

講師 中原春菜

ハワイの名門フラで経験を積み独立した講師がお教えします。ステップの説明がゆっくりと丁寧、回数にわたって振りつし、生徒の様子を見つづき、上手に上っていきます。初めての方はもちろん、フラに興味をお持ちでしたら是非参加ください。笑顔で楽しくHawaiiの空気を感ぜましょう!

第3(月)13:00~14:30  
月額6,600円(税込) 材料費 2,200円

### 体をゆるめる さら～くに太極拳

講師 石橋 香

太極拳が全く初めての方も覚えるのが苦手な方も大丈夫!! ゆったりとした太極拳を取り入れた健康体操で、一緒に元気になります。ゆるりと焦らず、太極拳の基本と重要な入門式の動作と一緒に楽しく学んでいきましょう!

第2・4(木)10:15~11:30  
月額4,400円(税込) 材料費 2,200円

### 女性のための居合

講師 南 朋子

美しい立ち居振舞い、所作を学んでみませんか? 古武術の教えを大切に、居合刀や木剣を使って型や剣術を行います。平常心を養う事も繋がります。初心者の方でも安心して始めていただけます。

第2・4(木)19:00~20:30  
月額5,060円(税込) 材料費 2,530円

## ★こどものオススメ習いごと特集★

### gaプログラミングスクール

講師 gaプログラミングスクール専任講師

今話題の人気No.1IT企業が作ったプログラミング教室です。選べる3つのコースがあります。

ゲームプログラミングコース  
ロボットプログラミングコース  
パソコンとゲームを使って、画面に遊び感覚でゲームを作りながらプログラミングの仕組みを理解していきます。

2歳児クラス  
2023.4/2~2023.9/30まで  
月額4,290円(税込) 材料費別

### カワイイ体育教室

講師 カワイイ体育専任インストラクター

いろいろな種類の運動を楽しく取り入れ、マット・びんご・数珠・ボールなどを使い、楽しく運動しよう!

3/3~4(月) 16:30~17:20  
17:30~18:20  
月額5,544円(税込)

### リトミック★キッズ

講師 木下めぐみ

音を聴いて、感じて、動いて...感覚を育てる楽しい音楽レッスンです。情操や知育、運動など人間形成の大切な土台を培います。

1歳児クラス  
2023.4/2~2023.4/1生  
月額5,313円(税込) 材料費別

### カワイイ体育教室

講師 カワイイ体育専任インストラクター

いろいろな種類の運動を楽しく取り入れ、マット・びんご・数珠・ボールなどを使い、楽しく運動しよう!

3/3~4(月) 16:30~17:20  
17:30~18:20  
月額5,544円(税込)

### バトントワリング

講師 近藤沙枝佳/加藤美祐

バトントワリングの基本を正しく、楽しく指導します。くるくる回る1本の棒がよりpureな輝きになりますように!

3/3(土)15:00~16:00  
月額7,425円(税込) 材料費 2,475円

### ルービクキューブ教室

講師 Nosuke

楽しいだけでなく知育にも役立つルービクキューブ! まずは1面完成からポイントを教えます。完全6面完成まで達成感を味わい、遊びながら脳力向上できるルービクキューブ、ぜひチャレンジしてください!

第2(日)10:30~12:00  
月額2,200円(税込)

### 3歳からのヒップホップ入門

講師 YUMI

初心者キッズ大集合! ダンスを始めたい方、50音の読み書き・漢字の書き順を動かしてみませんか? お友達と一緒に大歓迎!

4/4(月)16:30~17:30  
月額6,160円(税込) 材料費 1,540円

### 初めでの西洋占星術講座

講師 金子ゆき

ホロスコープ(出生図)が自分で読めるようになる占星術の基礎講座です。自分を知り、自分を活かすための学びをスタートさせましょう!

第2(日)10:30~12:00  
月額3,300円(税込)

### 幸せの手相講座

講師 東明学院専任講師

手相を見れば、長所・生き方・才能、全て読み取れます。経験豊富な講師の直接指導と、書き込み式専用テキストで勉強しながら幸せになりますよ!

第1(土)10:30~12:00  
月額8,800円(税込) 材料費 500円

## 新しい趣味ははじめよう! 大人のピックアップ講座

### 骨盤ストレッチ教室

講師 Misako

腰痛、坐骨神経痛、ヘルニアでお悩みの方向けに、ストレッチの要となる骨盤周りの筋肉をゆるくストレッチすることで、全身に様々な効果が期待できますよ!

第1・3(金)10:30~11:30  
月額3,960円(税込) 材料費 1,980円

### バレエダンサーと医療従事者監修によるトレーニング法 バレティス®

講師 角谷景子

バレエダンサーと医療従事者監修によるトレーニング法。呼吸と動きを同期させ、体幹のあるしなやかな身体作りを目指したトレーニング法です。

第2・4(金)10:30~11:30  
10:30~11:30  
月額7,590円(税込) 材料費 5,060円(税込)

### ダンスフィットネス SALSATION®

講師 Fumifumi(小林史江)

SALSATION®は、まったく新しいダンスフィットネスです。体を全方向に動かす、体幹・筋力の向上を目指します。動きは音楽でダンス未経験の方も、男女、年齢問わず楽しんでいただけます。1dayレッスンもあります!

4/4(水)10:30~11:30  
月額7,260円(税込) 材料費 2,200円

### 大人ののためのストリートジャズダンス

講師 yukako

初めてダンスに挑戦する方、久しぶりに踊りたい方、どなたでも大歓迎です! みんなで楽しくレッスンします。音楽・リズムにのりながら、ストリート風にアレンジしたジャズダンスで、かっこよく踊りましょう!

第2・4(金)11:00~12:00  
月額4,840円(税込) 材料費 800円(税込)

### 楽しい大人の塗り絵

講師 松山朋子

大人の塗り絵は集中力アップ、脳トレ、リラックス、絵が苦手な人でも美しい絵が描けます。工夫次第で自分だけの作品が描けるのも魅力です。夢中になる人続出! 塗り絵にハマってませんか?

第2・4(金)10:30~11:30  
10:30~11:30  
月額3,850円(税込) 材料費 別

### クラフトバンドで作るすてきな手づくり雑貨

講師 清水多賀子

初心者でも簡単に楽しめる! 再生紙を使ったエコな紙バンドで、かごなどの生活雑貨やバッグやアクセサリーまで、アイデア次第で様々なアイテムを作れます! 手先を動かして集中力アップと認知予防にも!

第2(月)13:00~15:30  
月額2,200円(税込) 材料費 550~2,200円

### ～癒やしの香りでお洒落な暮らしを～ やさしいアロマレッスン&クラフト

講師 近藤香織

アロマセラピーに使用する精油について毎回4種類学び、実用的なアロマクラフト実習も体験します!

4/24(水)10:30~12:00  
5/22(水)10:30~12:00  
受講料 全1回2,420円(税込) 材料費 1,500円(税込)

### ボーカル・ボイストレーニング

講師 玉城梨梨

基本の発声練習から好きな曲、上手に歌いたい曲を楽しむレッスンです。POPS・歌謡曲・ミュージカル・クラシックなど、おまかせください! 若々しい声のアンチエイジングにもオススメです!

第2・4(金)10:30~11:30  
10:30~11:30  
月額6,820円(税込) 材料費 3,410円

### 脳トレピアノ®個人レッスン

講師 高宮真智子

脳は使わなければ、脳がイキイキ若返る! 脳トレピアノ®個人レッスン。脳は使わなければ、脳がイキイキ若返る! 脳トレピアノ®個人レッスン。脳は使わなければ、脳がイキイキ若返る!

第2・4(月)13:00~17:00の間(1回40分)  
月額6,160円(税込) 材料費 3,080円

### ～読み聞かせやボランティアで活躍～ 読書の魅力

講師 小野朝美

読書にも効果がある朗読。童話、エッセー、首話などの小作品を読みながら、自分の声を磨いて、時間を楽しみましょう。話しのテクニックを学びたい方、ボランティアで活躍したい方のための初心者コースです。

第1・3(木)13:00~15:00  
月額5,060円(税込) 材料費 2,530円



アート&クラフト	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> 鮎裕の和のイラスト講座	文野優子	第4(火) 13:00~15:00 3,190円
<b>NEW</b> DECOクレイクラフト	松浦知子	第4(火) 13:00~15:30 3,300円
<b>NEW</b> はじめてのソーブカービング	村上准子	第1(水) 11:00~13:00 2,750円
<b>NEW</b> 切り絵講座	下村優介	第3(水) 19:00~21:00 3,100円
<b>NEW</b> 楽しい大人の塗り絵	松山朋子	第4(水) 13:30~15:30 3,850円
写真のような絵を描く色えんぴつ教室	宝珍幸子	第1・3(月) 13:30~15:20 15:30~17:20 6,160円
オイルパステルで描くチョコレートアート	鳴海愛子	第4(月) 13:00~15:00 2,860円
チョコレートアーティスト養成講座	鳴海愛子	第4(月) 13:00~16:00 4,950円
大人の絵画教室	宮城やすこ	第1・3(水) 14:30~16:30 5,170円
絵手紙	大森典子	第2(水) 13:00~14:30 2,860円
ゼンタングル ~間違いないアート~	山田秀美	第3(木) 10:30~12:30 2,860円
絵画サークル	右山夕起子	第1・3(木) 10:10~12:10 5,170円
ボタニカルアート(植物画)	梅原伸子	第2・4(木) 10:30~12:30 5,170円
~指で描く~パステルアート講座	つじおようこ	第1(金) 13:30~15:30 3,410円
積穂俳画	元吉一世(佳寿穂)	第4(金) 13:30~15:30 2,860円
紙と鉛筆ではじめるキャラクターイラスト教室	葉月しあ	第2・4(日) 11:00~12:30 4,950円
絵が苦手でも大丈夫 齋藤洋子監修 絵画教室	齋藤洋子監修 認定イラストレーター	第3(日) 13:00~14:10 3,300円
上質なビーズジュエリー	飛田雅子	※月1回受講可 10:30~12:30 第1・3(月) 13:30~15:30 5,170円
オートクチュール刺繍アクセサリ&コード刺繍ソウタシエ	飛田雅子	※月1回受講可 10:30~12:30 第1・3(月) 13:30~15:30 5,170円
フランス額装とフレミングartcollage	中尾よしえ	第1(月) 10:15~12:45 3,850円
暮らしを彩るカンタン押し花	坂中正代	第1(月) 13:30~15:30 2,860円
クラフトバンドで作るすてきな手づくり雑貨	清水多賀子	第2(月) 13:00~15:30 2,200円
きらめくビーズの世界 デリカビーズ織り&ビーズステッチ	坂中十三子	第3(火) 13:30~15:30 2,750円
~ペーパーナフキンを使って~デコパージュ	かわのさちこ	第3(水) 10:30~12:30 2,750円
ソスペーツトラスパレンテ教室	かわのさちこ	第3(水) 10:30~12:30 2,750円
ボタニカルペーパークイリング	せきまきこ	第1(金) 10:30~12:30 3,300円
~パビエ・コレ~ フランスアクセサリと花	Mary	※月1回受講可 第1・3(金) 13:00~15:30 6,490円
クリスタルアート(ロウの花)	高岡すみ子	第3(金) 10:30~15:30 5,060円
~魔法のハテとビジューストーンで作る~ 大人のアクセサリ	佐藤佳奈恵	第2(土) 13:30~15:00 2,860円
<b>生活文化</b>	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> 韓国のパッチワーク ポジャギ	吉川淑恵	第4(金) 10:30~12:30 3,850円
暮らしで役立つ美文字レッスン 筆ペン・ボールペン	黒田珠明	第2・4(月) 13:30~15:30 4,070円
筆ペン・ボールペン字	大村汀華	第1・3(火) 10:15~11:45 13:00~14:30 第2・4(火) 13:00~14:30 4,070円
はじめて学ぶ書道	関小瑞	第2・4(土) 10:15~11:45 4,070円
おとな書道	山口秀峰	第2・4(木) 10:30~12:30 6,270円
暮らしに役立つ賞状書士養成講座	間 朋子	第2・4(金) 14:00~16:00 5,170円
「書道専科」日本書芸院免許取得コース(初級)	原田由岑	第2・4(日) 13:00~14:30 4,070円
基礎から学ぶ 本格書道	原田由岑	第2・4(日) 15:00~16:30 5,500円
美しい手書き文字 カリグラフィー	宮内久代	※月1回受講可 第2・4(水) 10:15~12:15 6,380円
テーブル茶道	後藤宗恵	第2(水) 10:30~12:00 13:30~15:00 2,200円
いけばな嵯峨御流	福居邦鷹	(1回1時間) 第1・3(火) 16:00~21:00の間 4,070円
美しい生け花池坊	甲賀晴風	(1回2時間) 第1・3(木) 18:00~21:00の間 4,070円
美しく咲かせましょう ガーデニング	浦田啓子	第2(火) 12:30~14:30 3,410円
小粋なバリ季節のフラワーアレンジメント	中山裕子	第2(水) 19:00~20:30 2,805円
オランダ癒しのインテリアフラワー	櫻井千華	第2または第4(木) 13:00~15:00 2,860円
インテリアメゾン ~アーティフィシャルフラワー~	櫻井千華	第2または第4(木) 13:00~15:00 3,410円
DFAダッチフラワーアレンジメント	櫻井千華	※月1回受講可 第2・4(火) 13:30~15:30 6,160円
パッチワーク資格取得講座	前川えりか	第1・3(火) 19:00~21:00 5,170円
戸塚刺しゅう	谷口佐代子	第2・4(水) 10:30~13:00 6,160円
和のおけいこ「日本刺繍」	鈴木理子	※月1回受講可 第1・3(火) 13:30~15:30 6,974円
基礎から始める手あみ	岩切密子	(1回2時間) 第1・3(金) 13:00~16:30の間 5,170円~
羊毛フェルトで愛犬・愛猫を作ろう	福岡幸子	第3(金) 10:30~12:30 3,300円
ミネラル醗酵食教室	和久真以子	第2(金) 10:30~12:00 4,950円
<b>趣味教養</b>	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> 宿曜占星術の世界へようこそ	奥田敦子	第2(金) 13:30~15:00 3,300円
<b>NEW</b> 初めての西洋占星術講座	金子ゆき	第2(日) 10:30~12:00 3,300円
~人生の道しるべに~ わかりやすい数理占術	桐川右雄	第3(月) 13:00~14:30 3,300円
ゆっくり学ぶ よくわかる四柱推命占い	甲月あさ美	第1(水) 11:00~12:30 3,300円
はじめてのタロット	大月あず美	第3(水) 11:00~12:30 3,520円
幸せの手相講座	東明学院 専任講師	第1(土) 10:30~12:00 16,500円
アンニョンハセヨ 個人レッスン	ヤンフンシ	日程はお問合せください 6,270円
初めてのアンニョンハセヨ	ヤンフンシ	第2・4(火) 19:30~21:00 第2・4(水) 19:00~20:30 第2・4(木) 17:30~19:00 第2・4(金) 19:30~21:00 6,270円
デジカメ写真教室	柏尾浩司	第2・4(火) 10:30~12:30 5,170円
~大人の脳トレ~健康マージャン教室	寺口征克	第1・3(水) 13:00~15:00 4,070円
大人のそろばん教室	廣原珠算 書道教室 専任講師	月4回(水) 16:00~17:00 5,280円
~読み聞かせやボランティアで活躍~ たのしい朗読	小野朝美	※月1回受講可 第1・3(木) 13:00~15:00 5,060円
<b>ダンス・舞踊・武道</b>	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> ハイアンフラ	中原春葉	月3回(月) 13:00~14:30 6,600円
<b>NEW</b> 女性のための居合	南 朋子	第2・4(木) 19:00~20:30 5,060円

<b>NEW</b> 大人のためのストリートジャズダンス	yukako	第2・4(金) 11:00~12:00 4,840円
はじめての社交ダンス	中辻善典	月3~4回(月) 10:30~11:30 7,161円~
腰掛タップダンス*	鷹 悠貴	13:30~14:30 14:40~15:40 5,610円
はじめてのタップダンス	SAYAKO	第1・3(月) 19:00~20:20 5,170円
ZUMBA GOLD*	YOSHIKO	第2・4(月) 10:30~11:30 4,070円
JAZZ HIPHOP	yui	第1・3(火) 19:40~20:40 3,960円
ダンスフィットネス SALSATION®(サルセッション)	小林史江	月4回(水) 10:30~11:30 7,260円
大人のためのダンスフィットネス	hisa-naoko	月4回(日) 18:00~19:30 7,480円
大人の為のパレエ	武田実乃里	月3~4回(金) 15:30~16:30 6,435円~
日曜大人バレエレッスン	武田実乃里	月3回(日) 16:00~17:00 6,435円
~はじめての方のための~フラダンス	鈴木敦子	月3回(火) 15:00~16:30 7,425円
優雅なフラダンス	北山純子	月3~4回(水) 15:00~16:30 6,039円~
楽しく踊るリフレッシュフラ	栗丘マイカラム田	月3回(木) 10:45~12:15 12:25~13:55 6,105円
フラダンス	大江昌代	月3回(金) 19:00~20:30 7,425円
日本舞踊・新舞踊 早雪之流	早雪之宗脩	第1・3(木) 14:30~15:30 5,060円
若々しく美しく!いきいき健康日舞	白百合寿栄	第1・3(日) 11:00~12:00 5,060円
日本舞踊教室	花柳吟百合	第2・4(日) 14:00~15:00 6,534円
女性のための空手教室	井上良春	第1・3(水) 15:15~16:15 2,970円
巧心空手道	細田隆之	月4回(木) 19:00~20:15 5,720円
殺陣教室	山下忠彦	第2・4(水) 15:00~16:30 5,500円
おとな合気道	合気道研修会 道場指導員	月4回(土) 17:00~18:30 7,480円
ロシア武術 システム	丸山雄俊	第2・4(土) 19:20~20:50 5,720円
タイ式キックボクシング ムエタイ	吉井和弘	月3~4回(日) 16:00~17:30 4,884円~
<b>美容・健康・癒し</b>	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> キックボクシングエクササイズ	hiroko	月4回(月) 12:00~13:00 6,600円
<b>NEW</b> ~血流を巡らせからだの中から元気になる~ からだ巡りケア体操	Kato chan	第2・4(火) 10:30~12:00 4,950円
<b>NEW</b> 心と体のメンテナンスヨガ	MIE	第2・4(火) 10:30~11:30 4,400円
<b>NEW</b> 心の健康を手に入れる インドの伝統的ヨガ	船勢洋子	第2・4(木) 12:00~13:00 4,400円
<b>NEW</b> 体をゆるめる さら〜くに太極拳	石橋 香	第2・4(木) 10:15~11:30 4,400円
<b>NEW</b> 心と身体をととのえる 癒やしのピラティス初級	野口あすか	第2・4(水) 14:00~15:00 4,950円
<b>NEW</b> ~腰痛・ヘルニア・坐骨神経痛にお悩みの方に~ 骨盤ストレッチ教室	Misako	第1・3(金) 10:30~11:30 3,960円
中高年~シニアのための やさしいヨガ	MISAKO	第1・3(月) 10:30~11:30 5,060円
~心と身体を整える~深呼吸ヨガ	世江恵理	第2・4(水) 10:30~11:30 3,960円
~40代・50代のための~ キレイになるヨガ♪	WAKABA	月4回(金) 13:00~14:30 8,580円
リフレッシュヨガ	ユジユ	第1・3(土) 14:00~15:30 4,950円
朝のヨーガ	植嶋淳子	第2・4(日) 10:30~11:45 4,070円
日常生活を楽に! ストレッチエクササイズ	yukako	第1・3(火) 10:30~11:30 4,070円
健康になる伝統太極拳	鎌田美奈	第1・3(火) 10:30~12:00 3,960円
週イチ25分でカラダが変わる! フカトレ加圧トレーニング	KAHO	①13:00~13:25 ②13:30~13:55 月4回(火) 6,820円
~人生100年時代の健康体操~ 自律術	北出由子	月3回(水) 13:00~14:30 6,600円
ゆる体操&ストレッチ	とうぜんゆうし	第1・3(木) 10:30~11:45 4,510円
~むぎ痛・股関節痛・脊柱管狭窄症を自分で治す~ ゆうきケア体操	坂本伊津子	第1・3(木) 13:30~14:40 3,960円
第2・4(木) 13:30~14:40 3,960円		
第2・3・4(金) 10:30~11:30 7,590円		
第2・4(金) 10:30~11:30 5,060円		
<b>NEW</b> 第2・4(月) 19:00~20:00 5,060円		
間々式・美筋筋トレ コアエクササイズ	よしみまみ	第3(土) 14:30~16:00 3,800円
リンパセラピスト 養成入門講座	柳田麻以子	第1・3(土) 19:00~20:30 12,925円
<b>音楽</b>	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> ~楽しく指を動かせば、脳がイキイキ返る!~ 脳トレピアノ®個人レッスン	高曾真智子	[1回40分] 第2・4(月) 13:00~17:00の間 6,160円
<b>NEW</b> 歌のための ヴォイストレーニング	Chika	[1回30分] 第2・4(月) 13:00~16:00の間 8,030円
<b>NEW</b> 千石葵の ヴォイストレーニング	千石葵	[1回30分] 第1・3(水) 18:30~21:00の間 7,370円
<b>NEW</b> ボーカル・ボイストレーニング	玉城梨梨	[1回45分] 第2・4(金) 10:30~16:00の間 6,820円
~みんなで歌おう!~ 堺で歌声サロン	Chika	第2・4(月) 14:00~15:00 6,270円
~楽しく健康に!~ 歌声サロン	徳上小夜子	第2・4(木) 11:00~12:30 5,500円
謡曲教室	山本正人	第1・3(火) 14:00~15:00 5,060円
詩吟	村田漢泉	第2・4(木) 14:45~16:45 4,070円
長唄三味線教室	柗屋寿哉	[1回30分] 月3回(水) 12:10~17:00の間 8,400円
[1回30分] 第2・4(水) 12:10~17:00の間 6,160円		
[1回40分] 第2・4(月) 10:30~13:10の間 6,270円		
生田流お琴の教室	新川霞葉	[1回40分] 第2・4(月) 10:30~13:10の間 6,270円
琴伝流大正琴教室	上田多津子	第1・3(水) 10:30~12:00 12:30~14:00 3,960円
沖縄三線 ~沖縄の風に吹かれて~	涼(有本 聡)	第1・3(水) 10:15~12:15 13:00~15:00 1,160円
関根 愛	第2・4(日) 19:00~21:00 6,270円	
やさしい二胡	久山庸子	[1回30分] 第1・3(木) 10:30~12:00の間 7,700円
[1回30分] 13:30~15:00の間 5,170円		
初めてでも大丈夫! クロマチック・ハーモニカ	松田恵子	第2・4(土) 16:00~18:00 6,270円
サクソレッスン	稲村梨菜衣	[1回30分] 第1・3(木) 18:00~20:30の間 9,240円
土曜ギターレッスン	田中裕介	[1回40分] 第1・3(土) 13:30~20:30の間 6,270円
ウクレレ初級	美濃林 徹	第1・3(日) 10:30~12:00 6,270円
中高年から始めるらくらくピアノ®	川畑律子	第1・3(月) 10:30~12:00 5,060円
第1・3(土) 10:30~12:00 5,060円		
第2・4(土) 10:30~12:00 6,050円~		
クラシックピアノ	伊牟田志真	[1回30分] 第1・3(月) 17:45~20:00の間 6,050円~
[1回30分] 第2・4(土) 18:00~20:00の間 6,820円		
大人のピアノ	Chika	第2・4(月) 13:00~16:00の間 6,820円

~コード奏法を基礎から学ぶ~ポピュラーピアノレッスン	高曾真智子	[1回50分] 第1・3(水) 17:10~21:00の間 11,000円
はじめてのピアノレッスン わくわくピアノ	上村雅美	[1回30分] 第2・4(水) 17:00~21:00の間 6,270円
大人ののためのピアノレッスン	上村雅美	[1回30分] 第2・4(日) 10:30~16:30の間 6,270円
エンジン・ピアノ	川畑律子	[1回40分] 第2・4(木) 12:30~14:30の間 6,270円
やさしいピアノレッスン	野間恵津子	[1回30分] 第1・3(金) 17:30~19:30の間 6,050円~
日曜ピアノレッスン	熊谷央子	[1回30分] 第2・4(金) 17:00~20:15の間 6,050円
~目からウロコの指導術~ 脳トレピアノ®認定講師養成講座	中村真由美	[1回30分] 第1・3(日) 12:30~15:00の間 6,270円~
高曾真智子	第2・4(月) 10:30~12:00 全4回 35,200円	
<b>子ども</b>	講師	受講料(月額)
<b>NEW</b> キッズジャズダンス	yukako	月3~4回(木) 17:00~18:00 5,115円~
<b>NEW</b> ものづくり理科がもっと好きになる! 子ども電子工作教室	小園駿斗	第1(土) 13:00~15:00 2,750円
ひとりで作れる!自信がつく! ことごとこ子ども料理教室	比嘉由季	第3(土) 11:00~13:00 15:00~17:00 2,530円
0~3歳 ヒアノとあそぼう リトミック★キッズ	木下めぐみ	ベネッセ(2023.4/2~2023.9/30生) 月2回(火) 12:15~13:05 【新規クラス(2023.10/1~2023.4/1生)】 月3回(火) 10:15~11:15 2歳児クラス(2021.4/2~2022.4/1生) 月3回(火) 11:15~12:15 4,290円
子ども絵画造形教室 artぶらぶら(北教室)	artぶらぶら講師	第1・3(月) 17:00~18:50 4,070円
楽しく学ぼうキッズ絵画	宮城やすこ	第1・3(水) 17:00~18:30 4,730円
子どもデザインアート教室	奥野美樹	第1・3(金) 17:00~18:30 4,730円
紙と鉛筆ではじめるキャラクターイラスト教室	葉月しあ	第2・4(日) 11:00~12:30 13:00~14:30 4,950円
学研・城戸真亜子 アートスクール	アートスクール 専任講師	10:30~12:00 13:00~14:30 8,800円 (教材費込)
~お子様の才能を開花させる~ 齋藤洋子監修 子ども絵画教室	齋藤洋子監修 認定イラストレーター	第3(日) 13:00~14:10 3,300円
Kids' Flower ~子どもだけの花育クラス~	櫻井千華	第2(木) 16:00~17:00 17:00~18:30 2,200円
親子で楽しむ フラワーアレンジメント	櫻井千華	第2(木) 16:00~17:30 17:00~18:30 2,750円 (親子ヘア料金)
ジュニアフラワーデザイン	櫻井千華	第2(木) 18:30~20:00 2,200円
Kids Design&Sewing School	加藤沙知	第2・4(火) 16:30~17:30 17:45~18:45 4,950円
子ども書道	山本江吏子	月3~4回(金) 16:30~17:30 17:30~18:30 4,719円~
子どもえんぴつ教室	山本江吏子	[1回1時間] 第1・3(金) 18:40~20:00の間 2,970円
子ども書道	関 小瑞	第2・4(土) 12:00~13:30 13:40~15:10 3,630円
親子で書道	関 小瑞	第2・4(土) 10:15~11:45 6,270円 (親子ヘア料金)
子どもそろばん教室	廣原珠算 書道教室 専任講師	月4回(水) 17:00~18:00 月4回(土) 18:00~19:00 5,280円
子ども将棋教室	村上信介	第2・4(金) 17:00~18:30 3,960円
たのしく思考力UP☆ リービクキューブ教室	Nosuke	第2(日) 10:30~12:00 2,200円
学び×遊び 子ども実験教室	城戸研仁	第4(日) 10:30~12:00 2,750円
~ピアノを通じて「地頭」を鍛える~ 脳トレピアノ®Kids	高曾真智子	年中クラス 第2・4(水) 15:30~16:30 5,500円
キッズチア教室	飯塚英里	第4回(月) 17:00~18:00 18:10~19:10 7,260円
子どものフラダンス	鈴木敦子	第1・3(火) 17:00~18:00 4,950円
JAZZ HIPHOP	yui	月3~4回(火) 18:30~19:30 4,686円~
流行りの曲をマスターしよう☆ K-POP Dance Studio	Mio	月4回(火) 19:00~20:00 6,600円
3歳からのヒップホップ入門	YUMI	月4回(