

美容・健康・癒し	講 師	受講料(月額)
NEW ラクしてやせる美ボディ習慣 美筋ヨガ	yuko	第1・3(水) 19:15～20:30 4,840円
NEW 質の良い眠りを おやすみまえのヒーリングヨガ	浅井聡子	第2・4(月) 19:15～20:30 4,840円
まろやか太極拳	清水和美	第2・4(火) 10:30～12:00 4,620円
リラックス太極拳	中谷由美子	第1・3(木) 19:00～20:30 4,620円
女性のための やさしい太極拳	清水和美	第2・4(日) 10:30～12:00 4,620円
はじめての太極拳	後藤由美子	第1・3(金) 13:10～14:25 4,070円
はじめての気功	後藤由美子	第1・3(金) 14:30～15:45 4,070円
ビューティー舞気功(花架拳)	宇野貴子	第2・4(金) 10:30～12:00 3,960円
カラダをほぐすラクラク体操	AYA	第1・3(金) 10:40～11:30 5,280円
やさしいヨガ	miyoco	第1・3(木) 13:30～14:30 4,620円
～心も体もゆるやかに～ ゆるリラックスヨガ	Yoshi	月3回(土) 13:15～14:45 6,765円
はじめてのストレッチヨガ	ホリユキエ	第2・4(水) 10:30～11:30 4,070円
股関節美人ヨガ	Mihoko	第1・3(日) 10:00～11:00 4,730円
シニアのおはようピラティス	山本 孝	月3～4回(火) 10:30～11:30 4,686円～
ピラティス+ 骨盤矯正・体質改善	山本 孝	月3～4回(金) 19:30～21:00 5,247円～
姿勢美人に! バーエクササイズ	山田真美恵	月3～4回(木) 13:00～14:00 4,356円～
健康卓球	卓球スクール advance コーチ	第1・3(火) 15:00～16:00 5,060円
3B体操	山田啓子	月3～4回(月) 10:30～11:45 4,356円～
バランス操体法	増田有紀	第1・3(火) 10:00～11:15 4,290円
簡単!アロマテラピー	西島かおる	第4(木) 10:30～12:00 3,960円
メディカルハーブ検定 対策講座	西島かおる	(1回90分) お問い合わせください 全5回 19,250円
ダンス・舞踊・武道	講 師	受講料(月額)
NEW 1日の終わりはゆったりと はじめよう!ハワイアンフラ (夜クラス)	アスカ・ カマエフ	第2・4(木) 19:30～20:30 6,105円
～心と体の癒し～ フラダンス	ケアラ・ スクール・ オブ・フラ講師	(初級クラス) 第2・4(水) 13:00～14:00 (アドバンスクラス) 14:30～15:30 3,850円 4,510円
やさしいフラダンス	ケアラ・ スクール・ オブ・フラ講師	(初級クラス) 第2・4(月) 11:00～12:00 (アドバンスクラス) 14:15～15:15 3,850円 4,510円
はじめての素敵なHula	梶 幸子	第2・4(土) 13:30～15:00 5,500円
おとなから始める クラシックバレエ	大西友紀	(初級) 月3～4回 (水) 10:15～11:30 (中級) 11:30～12:45 5,676円～
やさしい大人バレエ	辻孝子	第2・4(木) 15:00～16:30 4,070円
大人の為のクラシックバレエ (午前クラス)	谷口綾子	月3～4回(月) 10:45～12:15 5,247円～
大人の為のクラシックバレエ (午後クラス)	谷口美貴江	月3～4回(月) 19:30～21:00 5,247円～
はじめての 剣舞・剣と扇子で楽しもう!	鉤達賢他	第2・4(水) 13:30～15:00 5,170円
楽しくフラメンコ舞踊	石井久美子	月3～4回(木) (水) 10:00～11:00 6,138円～ 月3～4回(土) 20:00～21:00 第2・4(水) 19:30～20:30 4,378円
楽しいタップダンス	奥田けいこ	月3回(土) 17:30～18:30 18:30～19:30 月3回(日) 11:00～12:00 8,910円
ストリートダンス(ロックダンス)	NAOTO	月3回(水) 20:00～21:00 6,270円
リフレッシュ!! HIPHOP ～身体を動かすところから～	chie	第1・3(土) 10:00～11:30 4,620円
ジャズダンス	山田真美恵	月3～4回(火) 19:00～20:30 (初級～上級) 月3～4回(水) 14:00～15:30 (初級～上級) 5,247円～
楽しくはじめる社交ダンス	尾崎 仁	第1・3(木) 10:30～11:20 (初級クラス) 10:30～11:20 (中級クラス) 11:30～12:20 3,960円 4,620円
初めてのベリーダンス	Nagwa	第1・3(金) 19:30～20:30 5,500円
はじめての日本舞踊	花柳琢の介	第3・4(日) 13:00～14:30 4,400円
おとな合気道教室	佐藤和夫	月3～4回(土) 17:30～19:00 5,709円～
中国伝統武術 八極拳・劈掛拳	周佐英徳	第2・4(金) 19:30～20:45 4,290円
強くなれる! キックボクシング	馳 晩成	月4回(金) 17:30～18:20 (子ども) 女性 19:30～20:30 大人(高校生～) 19:30～20:30 6,160円 7,040円
アート&クラフト	講 師	受講料(月額)
趣味の絵画	小泉広明	第1・3(月) 10:30～12:30 6,270円
鉛筆デッサンとアクリル画	小泉広明	第1・3(水) 19:00～21:00 6,270円
洋画教室	川筋朋代	第1・3(火) 13:30～15:30 6,270円
チョークアート	長谷川真美	第1(日) 13:30～15:30 3,410円
はがき絵(墨で描き彩色)	澤井幸子	第2・4(木) 10:30～12:00 5,170円
水墨画・墨絵(墨のみで)	澤井幸子	第2・4(木) 10:00～12:00 6,270円
和紙・絹等の肌裏打ち	澤井幸子	第2(木) 13:00～15:00 2,860円
切り絵アート	船越育代	第4(月) 10:30～12:30 2,860円
ヘリテージデコ(デコパージュ)	船越育代	第4(月) 10:30～12:30 2,860円
ファブリックボックス	田村利栄子	第1(日) 13:00～15:00 3,410円
カルトナージュ	奥村弘美 松村正子	第2(水) 13:00～15:30 2,750円
～やさしい光をお部屋に～ グラスアート(フィルムステンドグラス)	老原由恵	第2・4(木) 13:30～15:30 5,170円
～ちょっとおしゃれで暮らしに役立つ～ クラフトバンド手芸	片山香代	第3(木) 10:30～12:30 2,750円
紐結びアクセサリ教室	上條多恵子	第1(木) 10:30～12:30 2,750円
華やぎの コストュームジュエリー	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
オートクチュール刺しゅう	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
モードジュエリー	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
マクラメジュエリー	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
クロッシェ ワイヤーレースジュエリー	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
ビーズ刺しゅう ソウタシエジュエリー	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
ビーズステッチジュエリー	船越育代	第4(水) 10:30～12:30 3,300円

生活文化	講 師	受講料(月額)
NEW オックスフォード パンチニードル	fukukuru	第4(木) 13:00～15:00 3,800円
NEW ゆかしい香りに接し 心落ち着けるひとときを 椅子席ではじめての香道	大平友香	第4(水) 14:00～15:30 2,860円
着たいを作る 楽しい洋裁	奥村清美	第2・4(木) 13:00～15:00 5,060円
茶道(裏千家)	磯部宗克	第1(水) 10:30～12:30 3,960円
暮らしにとり入れる テーブル茶道	岸村宗教	第2・4(金) 10:30～12:00 4,620円
一人で着物が着られたら 着付教室	清水かずえ	第1・3(木) 10:30～12:30 4,070円
多肉クラフト・ドライフラワー レッスン	上坂妙子	第3(火) 13:30～15:30 2,200円
いけばな草月流	田中丹静珠	第1(火) 16:00～18:00 2,860円
いけばな(池坊)	磯部克代	第2(水) 10:30～12:30 3,410円
フラワー☆デザイン	みなみ恵子	第3(金) 13:30～15:00 3,300円
伝筆(つてふで)教室	池嶋垂基世	第1(月) 10:15～12:00 2,750円
エンジョイカリグラフィー	杉山万佐江	第1・3(火) 11:00～13:00 5,170円

くらしの中の書	井之内香通	第2・4(火) 10:30～12:00 19:00～20:30 5,170円
賞状書士をめざして!!	富永桂子	第2・4(金) 10:30～12:30 19:00～21:00 5,170円

楽しむ篆刻	松原民雄	第2・4(土) 10:30～12:30 13:30～15:30 5,170円
筆ペン・ボールペン	木村楓溪	第1・3(木) 13:00～15:00 第1・3(日) 10:30～12:30 4,070円

おとな女子の手芸倶楽部	松本雅美	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
布の魔法 楽しいパッチワーク	松本雅美	第4(水) 10:30～12:30 3,300円
戸塚刺しゅう	岸間尚美	第2・4(火) 13:30～15:30 5,170円
手縫い仕立ての刺し子教室	中村安子	第2・4(金) 12:45～14:45 5,060円
ボジャギ(韓国のパッチワーク)	チェ・ホンミ	第2(木) 10:00～12:00 3,410円
村田美美パッチワーク	村田美美	第1・3(金) 10:30～12:30 5,170円
ミニ着物	森嶋久栄	第2・4(水) 13:00～15:30 5,170円
ちりめん細工	森嶋久栄	第1(水) 13:00～15:00 2,860円
はじめて織るポピンレース	田村利栄子	第1・3(日) 10:30～12:30 6,270円
瞳見's手づくりニット	木村瞳見	第1・3(火) 10:30～12:30 4,070円
はじめてさんのかぎ針編み	黒沢ゆかり	第2(月) 10:30～12:30 2,750円
コードで作るおとなのバッグ	黒沢ゆかり	第2(月) 10:30～12:30 3,300円

趣味教養	講 師	受講料(月額)
NEW 運氣をアップさせる 風水・家相入門(全12回)	南谷真理子	第2・4(火) 13:00～14:30 7,370円
使える!九星気学	桂田亜紀	第1・3(月) 13:30～17:10 (1回40分) 5,720円
マージャン教室	米川基紀	お問い合わせください 5,170円
朗読を楽しもう	小松佐代子	第1・3(木) 10:30～12:00 4,400円
はじめよう”手話”	青山好一	第1・3(水) 13:00～14:30 5,060円
お気軽手話教室	青山好一	第1・3(月) 19:00～20:30 5,060円
俳句であそぼう	中田 剛	第2(土) 13:00～15:00 2,860円
1・2・3英会話	SARAH	第1・3(火) 18:45～19:45 5,170円
おとなの月イチ英会話 ～初級編～	伊豆田弘子	第4(土) 14:30～15:30 2,970円
お手軽な韓国語	李 珍雅	第2・4(月) (1回40分) 時間はお問い合わせ下さい 6,600円
話そう 韓国語(個人レッスン)	宋 英今	第1・3(土) 10:30～15:00 (1回40分) 6,600円
タロット/占星術 (個人レッスン)	松永瑛生	第1・3(木) 15:30～20:00 (1回90分) 第2・4(木) 10:30～12:00 第3(日) 13:00～17:00 (1回90分) 6,270円 3,135円
楽しく占うタロット(全12回)	南谷真理子	第2・4(火) 10:30～12:00 7,370円

音楽	講 師	受講料(月額)
NEW 大人から始める 金曜日のピアノ	嶋村のぞみ	第2・4(金) 12:30～15:00 の間(1回30分) 7,370円
ボサノヴァヴォーカル	今井祐岐	月3回(月) 14:30～15:15 (1回30分) 時間は お問い合わせください 7,260円 9,438円
歌が好き! やさしく楽しい声楽レッスン	桑原真紀子	第2・4(月) 10:00～13:00 の間(1回30分) 第1・3(木) 10:30～16:30 の間(1回40分) 7,370円 9,570円
ボーカルレッスン(ポップス)	東條浩子	第1・3(土) 10:00～18:00 の間(1回30分) 7,370円
クラシックの発声で 世界の名歌を歌いましょう	中原由美子	第1・3(金) 16:00～20:40 の間(1回40分) 9,570円
ボーカルレッスン	中原由美子	第1・3(金) 16:00～20:40 の間(1回40分) 9,570円
声と歌～ヴォイスレッスン～	嶋村のぞみ	第2・4(金) 12:30～15:00 の間(1回30分) 7,370円
Jazz&ポピュラー ヴォイストレーニング	明星隆之	第1・3(水) 16:30～21:00 の間(1回30分) 第2・4(金) 16:00～21:00 の間(1回30分) 7,370円
やさしいコーラス	嶋村のぞみ	第2・4(金) 10:30～12:00 4,730円
歌声サロン	桑原真紀子	第2・4(月) 13:30～14:30 (1回) 15:00～16:00 (1回) 2,970円
童謡唱歌も懐かしの青春ソングも 歌って倶楽部	原田久子	第2・4(木) 13:30～15:00 4,400円

～ヤマハピアノグレード取得対応～ 大人ののための 楽しいピアノレッスン	中村静子	第1・3(月) 16:30～21:00 の間(1回30分) 5,720円～
ポピュラー&ジャズピアノ	今井祐岐	月3回(月) 14:30～21:00 の間(1回30分) 10,197円～
ジャズ&ボサノヴァ弾き語り	今井祐岐	月3回(月) 14:30～21:00 の間(1回30分) 12,375円
ピアノ/経験者のための コード&アドリブLabo	今井祐岐	月3回(月) 16:00～21:00 の間(1回30分) 11,286円
水曜日のピアノレッスン	井上歌奈子	月2回(水) 13:30～20:00 の間(1回30分) 月3～4回(水) 15:30～20:00 の間(1回30分) 6,270円～ 8,217円～
おとなだって弾いてみたい 水曜日の大人のピアノ	原田久子	第2・4(木) 15:30～19:30 の間(1回30分) 6,600円
大人から子どもまで 土曜日のピアノ	岡本ふさ子	第2・4(土) 10:30～13:00 の間(1回30分) 6,270円
50歳からのピアノ教室	藤野節子	第2・4(火) 10:00～15:00 の間(1回30分) 第2・4(水) 10:00～15:00 の間(1回30分) 7,260円

ピアノmy lesson!	磯貝与珠美	月3～4回(木) 16:00～20:30 の間(1回30分) 9,207円～
---------------	-------	--

保育士資格取得対策 ピアノ個人レッスン	磯貝与珠美	月3～4回(木) 16:00～20:30 の間(1回30分) 8,217円～
初心者・楽譜が読めなくてもできる ピアノコード弾き語り	明星隆之	第1・3(水) 16:30～21:00 の間(1回30分) 第2・4(金) 16:00～21:00 の間(1回30分) 6,270円
脳トレピアノ®検定講座	原田久子	日時はお問い合わせください 4回前納 35,200円
憧れメロディ おとなの鍵盤ハーモニカ	澤 真起	第1・3(金) 11:00～12:00 6,600円
ギターを弾こう (アコースティッククラシックギター)	平 宏樹	第2・4(土) 13:30～18:30 の間(1回30分) 7,260円
ジャズ&ポピュラーギター	田井泰弘	お問い合わせください (1回30分) 7,370円
ジャズ&ボサノヴァギター教室	西村靖博	第1・3(日) 10:00～17:00 の間(1回40分) 7,370円
さわやか楽しいウクレレ	ヒロ山崎	第1・3(土) 18:10～19:10 6,270円
ウクレレ&フランクング	ヒロ山崎	第1・3(土) 19:10～20:10 の間(1回30分) 8,470円
バイオリン	鈴木淳子	月3～4回(火) 17:30～19:30 の間(1回30分) 8,217円～
マンドリン	松田礼子	月3回(金) 10:30～15:30 の間(1回30分) 7,425円
楽しい詩吟	鉤 正賢 他	第2・4(火) 13:30～15:00 5,170円

能楽の声(歌)	浦部幸裕	第2・4(水) 13:00～13:50 初級 14:00～14:50 6,820円
琵琶教室	法鏡院 明智旭心	第1・3(月) 10:00～11:45 の間(1回45分) 7,700円
沖縄三線	嘉数一史	第1・3(月) 13:00～15:30 の間(1回40分) 6,600円
二胡教室	土本曜子	第1・3(木) 17:30～20:20 の間(1回50分) 第2・4(木) 17:30～20:20 の間(1回50分) 第2・4(金) 13:30～16:20 の間(1回50分) 7,370円

琴城流大正琴	石橋朱美	第2・4(水) 10:00～11:00 初級 11:00～12:00 5,170円
16弦ライアーハープ(堅琴)教室	前西さち子	(初級) 10:00～11:00 (中級～上級) 11:00～12:00 5,500円
篠笛教室	井上 孝	第2・4(土) 16:30～20:15 の間(1回45分) 9,020円～
サクソス入門	井上 孝	第2・4(土) 16:30～20:15 の間(1回45分) 9,020円～
楽しいフルート教室	伊澤隆志	第1・3(火) 11:00～12:00 5,060円
楽しいオカリナ教室	伊澤隆志	第1・3(火) 10:00～11:00 5,060円

こども	講 師	受講料(月額)
こどもの心を育む わらびアート教室	菟田仁美	第2(月) 17:00～18:30 2,970円
色彩豊かに こどものための 絵本風イラスト	はたなか	第3(木) 17:00～18:30 2,860円

ガツスポ体育教室	山本晃一 井上祐樹	第1・3(日) 10:00～10:50 小学生～小6 11:00～11:50 5,060円
----------	--------------	---

こどもフラメンコ	石井久美子	第1・3(土) 19:00～19:45 3,960円
----------	-------	-------------------------------

楽しいタップダンス	奥田けいこ	月3回(土) 17:30～18:30 18:30～19:30 8,910円
ストリートダンス (ロックダンス)	NAOTO	月3回(水) リトル3歳～ 17:00～18:00 入門 小1～小4 18:00～19:00 ジュニア 小5～中学生 19:00～20:00 6,270円
踊ろう!キッズダンス	chie	第1・3(土) 11:45～12:45 4,400円
キッズチア☆ダンス	EMI	月3～4回(金) 16:30～17:30 小2～小6 17:30～18:30 6,666円～
辻孝子バレエ研究所 クラシックバレエ	辻 孝子	月4回(月8月) 幼児～小学生 16:45～18:15 (中学生～成人) 18:30～20:00 〔週1〕 6,380円 〔週2〕 9,504円

谷口バレエスタジオ クラシックバレエ	谷口美貴江 谷口綾子	月3～4回(月7月～8月) 小2～小6 (月) 17:00～18:00 (水) 16:45～17:45 〔週1〕 5,247円～ 〔週2〕 9,471円～
-----------------------	---------------	---

はじめてのこども日本舞踊	音羽菊幸紫	第2・4(火) 17:00～18:00 小2～小6 18:10～19:10 4,840円
--------------	-------	--

強くなれる! こどもキックボクシング	馳 晩成	月4回(金) 17:30～18:20 6,160円
-----------------------	------	------------------------------

こども合気道教室	佐藤和夫	月3～4回(土) 16:00～17:00 5,049円～
世界に広がる こども空手道教室	日本正剛館 空手道士会 認定講師	月3回(土) 10:30～11:30 月3～4回(月) 17:00～18:00 5,511円～

子ども卓球	卓球スクール advance コーチ	第1・3(火) 16:30～17:30 4,620円
こども書道	井之内香通	第2・4(火) 16:30～18:00 (時間内約60分) 4,070円
土曜日のこども書道教室	西本聖子	第1・3(土) 10:30～12:00 4,070円
こども絵画教室	小泉広明	第1・3(金) 17:00～18:00 4,070円

こども美術教室	吉田啓子	第4(土) 10:30～12:00 第2(水) 17:00～18:30 2,750円
---------	------	--

こども コミックイラスト講座	tibikoala	第1・3(土) 10:30～12:30 6,160円
-------------------	-----------	-------------------------------

ジュニア ブチフラワーアレンジ	みなみ恵子	第3(金) 16:00～16:50 小4～小6 17:00～17:50 2,310円
--------------------	-------	--

こども手芸	松本雅美	第2(土) 10:30～12:00 1,980円
-------	------	-----------------------------