

美容・健康・癒し	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW 〜ソング&クリスタルボールの音に包まれ〜 音浴瞑想ヨガ	荒川友香	第2・4(水) 20:00〜21:00 5,984円
はじめてのピラティス	荒川みゆき	第1・3(水) 10:30〜11:30 5,764円
リンパヨガ(リシー・ダットン)	上田裕子	第2・4(木) 13:30〜15:00 6,534円
からだの歪み調整リラックスヨガ	月2回(月)	19:30〜21:00 5,874円
からだメンテナンスツボ押しYoga	MICHIRU	第1・3(火) 10:00〜11:30 5,874円
ビューティ&デトックスヨガ		第1・3(土) 10:30〜12:00 5,874円
からだ改善リラックスヨガ	AKIKO	第1・3(木) 10:30〜12:00 5,544円
〜体をほぐしてコリを解消〜 ゆる体操(初級)	今村三記子	第2・4(火) 10:15〜11:15 5,434円
導引養生健康法(入門)	武藤孝子 浅野久美代	第2・4(金) 10:25〜11:45 5,434円
ビューティウォーキング	朝日奈里奈	第1・3(金) 10:30〜11:30 5,214円
〜女性特有のお悩みに〜 骨盤底筋トレ&ストレッチ	山本佑美	第1・3(金) 13:00〜14:30 5,214円
体軸を整える美骨トレーニング& ストレッチ		第2・4(火) 11:30〜12:30 5,214円
ボールでピラティス	Hisako	第2・4(土) 17:15〜18:15 4,884円
真向法健康体操	武藤孝子 村瀬節子	第1・3(土) 10:25〜11:45 4,884円
〜オリエンタルエクササイズ〜 健康導引養生功	佐藤省三	第2・4(水) 10:30〜12:00 5,434円
肌つまみ 整膚で健康美人(全6回)	小出寿雄	第1・3(火) 10:00〜11:30 全6回 14,322円
ダンス・舞踊・武道	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW 〜笑顔で元氣になる〜 伝統空手道	小島新一	月4回(土) 18:30〜20:00 10,274円
NEW 〜イチからはじめる〜 フラダンス	阿部享子	第1・3(金) 20:00〜21:00 6,424円
昭和ダンスエクササイズ 〜DISCO WORLD〜	榎 章子	第1・3(水) 11:00〜12:00 6,204円
〜元氣で笑顔になる〜 スロー空手道	小島新一	月4回(金) 13:30〜15:00 6,974円
はじめての日本舞踊	藤間穂菜茂	月3回(金) 13:30〜15:00 7,414円
中高年と初心者楽しく踊れるフラメンコ 〜かんたんに踊れるフラメンコ〜	服部俊幸	月4回(木) 20:10〜21:10 11,066円
レディーズサルサ	第1・3(木)	19:25〜20:10 9,314円
カスタネットdeフラメンコ	第2・4(火)	13:00〜14:10 8,294円
「スーパーフラメンコ」を踊ろう	山本ゆかり	第2・4(火) 14:20〜15:30 7,964円
情熱のナイトフラメンコ		第2・4(火) 19:00〜20:10 8,514円

大人のためのボディメイクバレエ	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
すてきなフラダンス 〜レアルークラス〜	早野美香 本田真里	第2・4(土) 11:00〜12:00 6,204円
すてきなフラダンス	牧田順子	第1・3・4(金) 10:15〜11:30 7,414円
はじめようハワイアンフラ	早野美香	第1・3(土) 13:30〜14:45 6,644円
週末のすてきなフラダンス	牧田順子 本田真里	第2・4(土) 15:30〜16:45 6,644円 親子参加も可能 4,004円
美と健康のベリーダンス	Yumi	月3〜4回(火)19:00〜20:00 7,183円〜
ストリートダンス(ロックダンス他)	NAOTO	月2回(日) 17:30〜18:30 6,094円
ZUMBA®	野原 渚	月2回(水) 20:10〜21:10 6,644円 月4回(水) 20:10〜21:10 8,866円
極真空手教室	伊藤 慎	月3〜4回(土)11:15〜12:15 7,909円〜
テコンドー	坪井功次	月4回(金) 20:15〜21:15 8,206円
合気道教室	河合由利子	月4回(土) 17:00〜18:00 7,722円
フィリピン武術・KALI(初級)	小谷野仁	第2・4(月) 19:30〜21:00 5,984円 第1・3(火) 19:50〜21:20

生活文化	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW バラのある暮らしを愉しむ ローズシンフォニー開花道®	田中朝代	第4(水) 13:30〜15:30 2,970円 2,970円 3,520円
NEW 花のある暮らしを愉しむ 開花道®(全3回)		4/9(木)・5/14(木)・6/11(木) 13:30〜15:00 10,560円
〜自分サイズで楽しむ〜 自由な服づくり	榎谷智子	第1・3(火) 10:00〜12:00 6,930円 第1・3(土) 15:00〜17:00
ゼロから始める書道 〜筆ペン・ボールペンにも対応します〜	大橋開山	月3回(金) 10:30〜12:00 7,106円
日曜習字教室	小1〜大人	月3回(日) 13:00〜14:30 4,961円
楽しく美文字(ペン字・筆ペン)	林 佳瑩	第2・4(木) 10:00〜11:30 5,170円
エレガントメッシュバッグ(全3回)	伊藤衣里子	(全3回) 13:30〜15:30 全3回 ※日程はお問い合わせ ※講師都合で変更する 場合がございます
〜楽しみながら学ぶ〜 暮らしの書	小川東歩	第2・4(水) 18:30〜20:00 4,620円 第2・4(土) 10:30〜11:30 4,840円
基礎からのペン習字		第2(水) 10:30〜12:00 3,520円
遊び文字アート教室	高島美保子 堀川千賀子	第2・4(水) 14:00〜16:00 6,380円
描いて楽しい書画教室	岡本ちか	第2・4(水) 14:00〜16:00 5,390円
心と美と技 着付と現代マナー (資格修得可)	石井千鶴子 堀 悦子 山田文子	月4回(木) 14:00〜16:00 7,942円 第1・3(木) 18:00〜20:00 5,390円
〜普段着からフォーマルの装い〜着こなし〜 着付けとマナー(資格取得可)	堀口千代子	第2・4(火) 13:00〜15:00 5,390円 基本 5,390円 フォーマル初級 6,490円 フォーマル上級 7,590円
楽しむ茶の湯表千家	清水宗恵	第1・3(月) 13:30〜15:30 4,840円 18:30〜20:30
〜小笠原家茶道古流〜 椅子席で楽しむ茶の湯	堀口千代子	第2・4(火) 15:15〜17:15 5,390円
いけばな草月流	宮川京子	第1(水) 14:00〜16:00 3,850円
いけばな池坊	溝口清子	第1・3(木) 19:00〜21:00 5,390円 第2・4(土) 10:30〜12:30 第1・3(金) 19:00〜21:00
〜資格取得可〜 東京マナコフラワー フラワーアレンジメント(フレッシュ他)	山田百合子	第1(火) 13:30〜15:30 3,300円 第1・3(火) 13:30〜15:30 4,400円
東京マナコ ブリザーブドブライダルコース (資格取得可)	石川悦子	第2(木) 19:00〜21:00 3,410円 第2・4(木) 19:00〜21:00 5,170円 第4(木) 19:00〜21:00 2,860円
東京マナコ フレッシュフラワーアレンジメント		第2・4(木) 19:00〜21:00 4,400円
楽しいブリザーブドフラワー	足立有子	第2(土) 13:00〜14:30 3,300円
癒しの花(季節・行事の花)	浅野和美	第3(土) 13:30〜15:00 2,970円
ラッピング(フラワー&ギフト) 〜資格対応〜	石川悦子	第3(月) 13:30〜15:30 3,300円 19:00〜21:00
はじめての「つまみ細工」	浅野貴子	第1(木) 10:30〜12:30 5,060円

ボビンレース	山中麻里	第1・3(土) 14:30〜16:30 5,720円
戸塚刺しゅう	大野てる子	第1・3(月) 10:00〜12:00 5,500円
パッチワーク&ステッチ	小林光代	第1・3(水) 10:00〜12:00 5,390円
パッチワークキルト	岡野裕子	第2・4(水) 10:30〜12:30 5,390円
手編み	川瀬裕子	第2・4(月) 10:00〜12:00 5,390円
楽しい手編み	第4(土)	10:30〜12:30 3,520円
オーストリアの刺しゅう(ブチポアン)	第4(土)	10:30〜12:30 3,520円
手作りブリザーブドフラワーと 自然素材のアレンジ	高橋誠子	第3(木) 10:30〜12:00 2,970円
アート&クラフト	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
絵画・造形教室	中川知洋	第1・3(日) 14:30〜16:00 7,260円
〜繊細で幻想的〜 竹灯籠を創る	高橋 肇	第4(火) 13:00〜14:30 3,740円
〜切り絵〜 極彩の美を切り割る	相模屋藤兵衛	第1・3(日) 13:00〜15:00 6,380円
キラキラ笑顔を繋ぐ 吉祥花文字	花文字ソムリエ協会 認定作家	第1(土) 10:00〜11:30 4,290円 12:00〜13:30
楽しい絵手紙・おどろきの水彩画	横山寿美子	第4(月) 10:00〜12:00 3,960円
心をつなぐ絵手紙	久保田陽子	第3(金) 13:30〜15:30 3,520円
かんたんすてきなバステル 優遊(ゆうゆう)アート	高橋由紀子	第2・4(月) 10:30〜12:00 6,380円
美術系・学校受験のための デッサン講座	松原 遼	第2・4(木) 19:00〜21:00 6,600円 20:00〜21:00 8,910円
楽しい絵画教室	高橋正明	第2・4(木) 19:00〜21:00 6,600円
スケッチ・水彩画を楽しむ	第2・4(月)	15:30〜17:00 5,720円
〜大切な器をよみがえらせる〜 金継ぎ	北川美穂	第2(水) 13:30〜16:00 5,170円
押し花アート	足利直子	第3(木) 13:30〜15:30 3,520円
びっくりアート「わた絵」	長尾よしみ	第4(水) 10:00〜12:00 3,960円
〜クレイで咲かせる〜 マスコアートの花	坂本陽子	第2(土) 13:00〜15:00 4,070円 13:00〜17:00 5,940円

レザークラフト	藤塚仁美	第1・3(水) 13:00〜15:00 5,720円 第2・4(水) 10:00〜12:00
手作りステンドグラス	伊佐地陽子	第2(金) 14:00〜16:00 2,970円
トールペイント&デコパージュ	北村和代	第2・4(火) 10:30〜12:30 6,490円 月3回(土) 18:30〜20:30 8,657円
〜大人が楽しむ〜 わたしの色めりえ	小倉 宗	第1・3(月) 10:00〜12:00 5,610円
ソウタシエジュエリー	富田 香	第1(月) 10:30〜12:30 4,070円
折り紙教室	五十川武	第4(金) 13:30〜15:30 2,420円
水墨画・墨絵入門	河合翠山	第2・4(月) 13:00〜15:00 4,730円
初めての似顔絵	五加知瑛子	第2・4(火) 10:30〜11:30 3,630円
紙で彩る巻いて楽しむ♪ ペーパークイリング	かのん	第3(土) 10:30〜12:30 4,070円

趣味教養	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW くらしの心理学 〜トラウマ解消法〜(全3回)	SAYAKA	4/27(月)・5/25(月)・6/22(月) 13:00〜14:30 全3回 12,210円
NEW 〜好運の明示〜五行易(全8回)	齋藤哲光	第2・4(土) 14:30〜16:30 全8回 29,480円
マジック教室	大上信彦	第2・4(日) 13:00〜15:00 5,830円
〜人前で話す基本〜 伝わる話し方講座	福田恵依子	第4(火) 20:00〜21:00 6,160円
易学手相入門	第3(水)	11:00〜12:30 5,060円
易学四柱推命(中級)	大村馨寛	第3(水) 12:45〜14:15 7,260円
易学四柱推命(初級)	第3(水)	14:30〜16:00 7,260円
易学九星気学(初級)	第3(水)	16:15〜17:45 5,060円
家系図作成講座(初級)	大西博雄 大西久美子	第1(金) 10:00〜12:00 5,060円
レディーズマージャン教室	若松正和	第1・3(木) 10:30〜12:30 5,390円
健康マージャン教室	第1・3(水)	13:30〜15:30 5,390円
俳句教室	鹿会さち子	第2・4(木) 10:00〜12:00 5,500円

話したくなる英会話		月4回(月) 13:10〜14:10 8,602円 14:20〜15:20
アクティブ英会話	酒井八千代	月4回(月) 19:30〜20:30 9,922円
はじめての旅行英会話	第1・3(木)	10:00〜11:00 5,280円
はじめてのキノ英会話	第1・3(木)	11:10〜12:10 5,280円
話そう韓国語	熊 瑞香	第2・4(火) 19:00〜20:00 5,500円
やさしく覚える韓国語(基礎編)	文 香順	月3回(火) 14:00〜15:30 8,195円
南京玉すだれ	八房美都香	第2(金) 10:30〜12:30 4,620円
〜季節感を楽しむ〜 ラッピングコーディネーター	水谷友絵	第2・4(木) 10:30〜12:30 5,390円
朗読語りに挑戦!	火風水	第2・4(木) 13:00〜14:30 6,270円

音 楽	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW 民謡入門(全6回) 〜ソ〜ラン節から始めよう〜	塚田陵子	第2・4(火) 13:30〜15:00 全6回 22,110円
おでかる! 楽しい! はじめてのカリンバ	岡 千景	第1・3(木) 13:00〜14:00 5,720円
フルート個人レッスン	松本知佳	第1・3(月) 13:00〜20:00 9,240円 (内40分)
フルートグループレッスン	第1・3(月)	13:00〜20:00 6,820円 (内60分)
歌って倶楽部ーUTAKURAー	第2・4(木)	14:45〜15:45 6,600円
シニアのための脳トレピアノ®	岡山美紀	第2・4(木) 13:00〜14:30 7,480円

癒しの音オカリナ	三宅良美	第1・3(火) 10:15〜11:45 5,280円 12:00〜13:00 13:15〜14:15
ピアノレッスン	SENGOKU Music Room ピアノ講師	第1・3(火) 10:30〜13:30 7,480円 (1回30分) 17:30〜19:30 (1回30分)

楽しく上達!ピアノ/レッスン♪	國枝千加	第1・3(金) 15:00〜20:30 8,580円 (1回45分) 第1・3(日) 9:35〜20:30 (1回45分) 第2・4(日) 9:35〜13:30 (1回45分)
-----------------	------	---

ピアノの時間♪	山崎久仁子	第1・3(木) 11:00〜15:30 8,360円 (1回30分)
ピアノ教室	薛田 純	第2・4(水) 10:00〜21:00 8,580円 (1回30分)
JAZZヴォーカルにチャレンジ♪(全5回)	Chia	第3(日) 10:30〜12:00 全5回 23,100円
はじめてのJAZZヴォーカル(全5回)	第3(日)	13:00〜14:30 全5回 23,100円
〜思い出の歌・心の歌〜 童謡・唱歌を歌いましょう	宮嶋小百合	第2・4(金) 13:00〜14:30 5,280円
唄・うた・歌	若園文子	第2・4(火) 10:30〜13:30 7,920円 (1回30分)
はじめてのシャンソン	藤田富士子	第3(水) 13:00〜14:30 3,960円
女性カラオケ教室	児玉和子	第2・4(水) 13:30〜15:30 5,170円
心に灯をともし二胡	薛田徹信	第2・4(月) 14:00〜15:00 8,800円
バイオリン教室	薛田 純	第2・4(水) 10:00〜21:00 8,580円 (1回30分)

アコースティックギター・ エレキギター教室	薛田 純	第2・4(水) 10:00〜21:00 8,580円 (1回30分)
ウクレレ教室	市岡大輔	第2・4(日) 14:00〜21:00 8,690円 (1回30分)
エレキギター教室	第2・4(日)	14:00〜21:00 8,690円 (1回30分)
大人のギター教室	第2・4(日)	14:00〜21:00 8,690円 (1回30分)
ヴァイオリン	有田有希	第2・4(木) 17:00〜19:00 7,810円 (1回30分)
ギター&ウクレレ	服部 靖	第1・3(土) 10:30〜13:00 7,700円 (1回30分)
ハーモニカ個人レッスン	第2・4(土)	10:00〜13:30 7,590円 (1回30分)〜8,690円
みんなで吹こう!! 複音ハーモニカ	第2・4(土)	13:30〜15:00 7,040円
ちいさなハープを奏でましょう	藤本弓依	第1(水) 13:00〜14:00 5,570円
〜どどんと上達!〜 クラリネットレッスン	三摩恵里	第2・4(木) 17:30〜21:00 8,030円 (1回40分)
サクソフォン	堤 純花	月2回(金) 10:00〜15:00 11,330円 (1回45分)

こども	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW こどもフランドンス	阿部享子	月3回(日) 10:00〜11:00 6,064円
こどもの絵画・造形教室	中川知洋	第1・3(日) 13:00〜14:30 5,060円 13:00〜16:00 6,160円
こどもマンガ・イラスト描き方教室	五加知瑛子	第2(日) 10:30〜12:00 3,190円 第1(火) 17:00〜18:30

キッズ★チアダンス	緒方れみ	第2・4(土) 13:00〜13:30 4,774円 13:30〜14:30 14:30〜15:30
子供クラシックバレエ教室	林 葉子	月4回(水) 16:30〜17:30 7,282円 17:30〜18:30 7,766円
こどもクラシックバレエ	川島ナナ バレエ研究所	月4回(木) 16:30〜17:30 7,282円 17:30〜18:30
松岡伶子バレエ団 クラシックバレエ	近藤麻弥	月4回(金) 17:00〜18:00 7,282円 18:00〜19:00 8,382円
ストリートダンス	NAOTO	月2回(日) 15:30〜16:30 5,764円 16:30〜17:30

バルクールスクール 〜速く!高く!美しく!〜 逆上がり・跳び箱6段程度開脚跳びができる小学生男女		月3〜4回(月)18:00〜18:50 7,876円〜
スキップ体育教室	スポーツ フットリ スキップ講師 江原直紀	月3〜4回(月) 16:00〜16:50 7,282円〜 17:00〜17:50
スキップ運動療育教室	坪井功次	月3〜4回(火) 16:00〜16:50 7,282円〜 17:00〜17:50
キッズテコンドー	河合由利子	月4回(金) 19:15〜20:15 6,534円
子供合気道教室	伊藤 慎	月4回(土) 16:00〜17:00 6,314円
極真空手教室	大石健太郎	月3〜4回(土)10:00〜11:00 7,612円〜 家族割引有
〜集中力を高めるそろばん〜 SOROBANトレーニング	大橋開山	月3〜4回(月)16:30〜18:00 5,060円〜 (内50分間)
日曜習字教室	仁井萌園	月3回(日) 13:00〜14:30 4,961円
〜ぐんぐん上達〜 こども書道(毛筆・硬筆)	林 佳瑩	第2・3・4(金) 17:15〜18:30 4,961円
きらきらこども書道教室	高橋正明	第1・3(土) 16:00〜18:00 4,730円 (内1時間)

〜楽しく描こう〜 親子絵画・子ども絵画	高橋正明	第2・4(月) 17:00〜18:30 子どものみ 5,390円 親子の場合 6,490円
キッズアートスタジオ	岡田ゆみ	第1・3(木) 17:00〜18:30 6,050円
わくわくこどもアート教室	第2・4(日)	15:30〜17:00 5,170円
こどもアトリエ	松原 遼	第2・4(木) 17:30〜19:00 5,830円
〜集まれ未来の棋士〜 楽しいこども将棋	富田國夫	月2回(火) 17:00〜18:30 3,960円
〜地頭を鍛えろ!〜 脳トレピアノ®Kids	木村亜希世	第2・4(金) 12:00〜12:45 6,930円
ピアノレッスン	SENGOKU Music Room ピアノ講師	第1・3(火) 10:30〜13:30 7,480円 (1回30分) 17:30〜19:30 (1回30分)
ピアノ/教室	薛田 純	第2・4(水) 10:00〜21:00 8,580円 (1回45分)

楽しく上達!ピアノ/レッスン♪	國枝千加	第1・3(金) 15:00〜20:30 8,580円 (1回45分) 第1・3(日) 9:35〜20:30 (1回45分) 第2・4(日) 9:35〜13:30 (1回45分)
〜ドレミから始める♪〜 わくわくピアノ	北 広美	第1・3(土) 15:00〜18:30 7,150円 (1回30分)
子どものバイオリン教室	薛田 純	第2・4(水) 10:00〜21:00 8,580円 (1回30分)
ヴァイオリン	有田有希	第2・4(木) 17:00〜19:00 7,810円 (1回30分)
オカリナきずっ	三宅良美	第2・4(日) 10:30〜11:30 4,620円
アコースティックギター・ エレキギター教室	薛田 純	第2・4(水) 10:00〜21:00 8,580円 (1回30分)
こどものギター教室	市岡大輔	第2・4(日) 14:00〜21:00 8,690円 (1回30分)
こどものウクレレ教室	第2・4(日)	14:00〜21:00 8,690円 (1回30分)
フルート個人レッスン	松本知佳	第1・3(月) 13:00〜20:0