

# ● 見つけよう 新しい自分 素敵な仲間 ● まなび ジャンル豊富に、大人・子ども 180講座以上の習いごと

## JEUGIAカルチャーセンター イオンモールむさし村山

〒208-0022 東京都武蔵村山市榎1丁目1-3 イオンモールむさし村山3F TEL.042-590-0355

【電話受付】10:00～20:00 検索 JEUGIAカルチャー

体験・受講・新規ご入会

お申し込み受付中

受講・体験・見学のお申し込みは  
事前のご予約をお願いします。

### JEUGIAカルチャーセンター 秋の「ご入会キャンペーン」

体験当日または体験なしでの  
**必ず当たる! 新規ご入会で**  
**ワクワク抽選** あい! 10/31(土)まで  
**最大 3,000円分**  
**ギフトカードプレゼント!**  
シニア割・家族割ご利用の方も**お得あり!**  
※他の特典併用はご利用いただけません。※一部対象外の講座・会場あり。

### NEW ロシア古武術システム

第1・3(水) 19:00～20:30

講師 黒崎ゆい 南Frankel認定インストラクター

★40～50代が目玉★初心者歓迎★  
音楽に合わせて体を動かすことで、気分もリフレッシュ。怪力のK-POPダンスを楽しむながら、無理なく運動習慣を始めてみませんか?

### NEW 大人のやさしいJ-POPダンス

第1・3(金) 13:00～14:00

講師 Yumi 現役パーソナルトレーナー 現役キックボクシングトレーナー

シニアへはじめての方もOK!  
ストレッチ・筋トレ・体幹などファンクショナルトレーニングを取り入れながら筋力アップ・日常生活の怪我予防・スポーツパフォーマンスを上げます。筋力は体重やフィットネスバンドなどを取り入れ、多岐にわたる内容で筋力増強だけでなく、引き締め・基礎代謝アップ・生活習慣病予防・腰痛予防・腰痛改善などありとあらゆる効果を出す内容となっております。

### NEW K-1 FIT FIGHT (K-1 フィットファイト)

第2・4(金) 11:00～12:00

講師 Yumi K-1認定インストラクター/元K-1ジムトレーナー

初心者の方からシニアまで楽しくキック!  
K-1のパンチ・キック・ヒザ蹴り動作を音楽のリズムに合わせて脂肪燃焼エクササイズです。また、シェイプアップや体の引き締め、ストレス解消にも有効です。

### NEW ぶにぶにふわふわ キッズスクイーズ教室

第4(水) 13:30～15:00

講師 今井富士子 彩り文字・認定講師

一期一会の作品を一緒に描いてみませんか?  
顔彩を使って、色鮮やかな文字を描きます。二度書きも何でもOK、お手本を見ながら描けるので、初めての方から、書道経験のある方も、楽しんでいただけます。

### チョコアート(オイル/パステル)で描く自分の世界

第1(土) 10:30～12:30

講師 高木裕美 Art-DesignアトリエBoo主宰

初心者でも大丈夫!  
何か趣味を持ちたいなーと思っている方。絵を描くのが苦手で、こちらで用意した絵を転写して塗り絵感覚でお楽しみいただけます。チョコアートとはオイル・パステルという画材を使ってボードに描くアートです。お子さまと一緒に受講可能です!

## 秋講座ピックアップ! 秋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

### NEW ゆるっとはじめるK-POPダンス

～ゆっくり楽しく、自分のペースで～

講師 黒崎ゆい 南Frankel認定インストラクター

★40～50代が目玉★初心者歓迎★  
音楽に合わせて体を動かすことで、気分もリフレッシュ。怪力のK-POPダンスを楽しむながら、無理なく運動習慣を始めてみませんか?

### NEW ロシア古武術システム

【中学生以上】

講師 岸 孝 モスクワ本部公認インストラクター

呼吸法を軸とした武術!  
古代ルーシの戦士の技と修道士の呼吸法から生まれた、1,000年の歴史を持つと言われる武術です。20年の経験と積んだ講師が、参加者1人1人の個性に合わせて基本から丁寧に指導します。

### NEW 大人のやさしいJ-POPダンス

～ゆっくり覚えて、楽しくリフレッシュ～

講師 黒崎ゆい 南Frankel認定インストラクター

★40～50代が目玉★初心者歓迎★  
「ダンスは初めて」「運動は久しぶり」という方も大歓迎! 難しいテクニックよりも、音楽に合わせて気持ちよく体を動かすことを大切に、一つひとつの動きをゆっくり丁寧に伝えます。

### NEW フィリピン武術アーニス(エスクリマ/カリ)

【中学生以上】

講師 岸 孝 民俗武術研究館古会代表

ハリウッド映画や人気アニメにも使われる伝統武術!  
スベイン剣術にルーツを持ちながら、フィリピン土着の文化と融合し、多彩な応用テクニックが展開し続けている。欧米でも人気の高い伝統武術です。

### NEW K-1 FIT FIGHT (K-1 フィットファイト)

第2・4(水) 11:00～12:00

講師 Yumi K-1認定インストラクター/元K-1ジムトレーナー

初心者の方からシニアまで楽しくキック!  
K-1のパンチ・キック・ヒザ蹴り動作を音楽のリズムに合わせて脂肪燃焼エクササイズです。また、シェイプアップや体の引き締め、ストレス解消にも有効です。

### NEW 彩り文字を描こう

～色鮮やかに、文字を描く～

講師 今井富士子 彩り文字・認定講師

一期一会の作品を一緒に描いてみませんか?  
顔彩を使って、色鮮やかな文字を描きます。二度書きも何でもOK、お手本を見ながら描けるので、初めての方から、書道経験のある方も、楽しんでいただけます。

### NEW 筆使いから学ぶ書道へペン習字

講師 込谷陽香 (財) 独立書人団所属南陽書道会主宰

その人その人に合わせた指導  
用具の扱い方、筆の運び方、基本を学び古典籍を通して技量を高めていきます。基本を身に付けることで、目標に近づきます。丁寧にゆっくり指導させていただきます。

### Pick Up ニールズヤードパートナーシップ認定 アロマセラピー基礎クラス 全6回

講師 専門筆子 AEA認定アロマセラピスト ニールズヤードPSアロマセラピー認定講師

ニールズヤードスクール本邦と併しカリキュラムにアロマセラピー基礎クラスを学ぶことが出来ます。アロマセラピー1級検定内容に対応。毎回クイズやゲームも楽しめます。ハーブティーのサービス付きです。※来会員のの方は別途入会金がかかります。

### NEW ぶにぶにふわふわ キッズスクイーズ教室

【年中～小学生】

講師 平澤久美子 日本スクイーズ協会認定講師

「ぶにぶにふわふわのスクイーズ」イベントやお店で見かけたことがある、あのスクイーズを自分で手作りしてみませんか? 毎月少しずつ違うスクイーズ作品を作っていくます! 好きな色で作ったり、マスコットの顔を描いたり... 手作りのスクイーズは、きっと宝物になること間違いなし!

### NEW 連弾・Bossa Novaピアノ～Let's Play The PIANO!! (個人40分)

講師 山崎陽子 ピアニスト・キーボーディスト・作曲家

〈連弾コース〉  
連弾に特化したレッスンです。ピアノ演奏の基礎となる指のトレーニングを行いながら、お互いの音を聴き合い、グルーブや呼吸を合わせ、一つの音楽を創り上げていきます。音の歌わね方や表現力、細かな演奏テクニックも丁寧にレッスンします。

### NEW 山崎晴美 山小みどり監修 羊毛フェルトで愛犬・愛猫を作ろう

講師 山崎晴美 山小みどり認定講師

リアルなペットの作品を作ってみませんか。羊毛を特殊な針を使って写真を見ながら小さな愛犬・愛猫を(体長15cm)を3回で1体作ります。※未会員のの方は別途入会金がかかります。

## こどもの将来の力を育てる人気の習い事!

### Pick Up 子ども運動教室(グリーンキッズ)

講師 名嘉友梨 グリーンキッズ代表

月2回だから通いやすい!  
子ども達の素直な感情を大切に、走る・跳ぶ・体操・ボール種目など、どんな時もワクワク楽しい運動(遊び)が出来ます。様々な運動スキルを身に付けていきます。

### Let's do KARATE たのしく学べる糸東流空手(キッズジュニア)

講師 宮崎秀樹 全空連公認三段

気道1歩のあたる動きがカッコイイ!  
楽しく稽古をしいじめから身を守る。優しい心を養い文武両道と忍耐が身に付きます。ほめることを大切に、ネイティブな英語が得意な先生です。

### 子ども合気道教室

講師 橋本恭代 合気会(経団連)西院

健全な身体作りを目指しよう!  
合気道の稽古を通じて、集中力・品格を養い、自分の身を守る術も身に付きます。

### たのしい新体操【幼児・小学生】

講師 内藤花奈 ヒューマNRGインストラクター

未来のフェアリー・ジャン集まれ!  
リボンやフープ・ボール等を使って音楽に合わせて楽しく踊ります。柔軟性が身ににつき姿勢も良くなります。

### 〜少人数制グループレッスン〜 プレクラシックバレエ

講師 Mari 元劇団四季

バレエステップを通して基礎から学びます。美しい姿勢・柔軟性・感性も育てます。少人数制クラスなのでしっかり学べます。ストレッチ・バレエ・クラシック・バレエステップなど幅広く指導します。

### 楽しいピアノレッスン 【4歳〜】

講師 いわさきふみな 国立音楽大学ピアノ科卒

素敵な曲を通してピアノに触れてみましょう。スモールステップでゆっくり無理なく始められます。お子様から大人の趣味のピアノまで、ご希望に沿ってレッスン致します。

### 旅行&日常英会話 個人レッスン

講師 Minako 英語講師

海外でのシーンを始め、日常生活での会話も練習していきます。楽しみながら旅行・留学・日本でもおもしろい英会話など、様々な角度から楽しみながら学べます。

### はじめてのデジタルイラスト教室

講師 キタカミコノ ミック画材デモンストレーター コピック

はじめてでも大丈夫! デジタルで描く楽しさを体験しよう! 絵を描くのが好き! タブレットでイラストを描いてみたい! そんなお子さまに向けた、初心者のためのデジタルイラスト講座です。※オンライン中継講座

### マンガキャラの上手な描き方レッスン

講師 キタカミコノ ミック画材デモンストレーター コピック

コツを知ればもっと楽しく! マンガキャラの顔を上手に描くことがマンガキャラの顔がパッと目立つようになります。髪毛の質感を表現する描き方も、基本の作画技術が楽しく学べます! ※オンライン中継講座

## どなたでも気軽に楽しめる1日講座

### 虹色カラーセラピー☆サンキャッチャー作り

講師 Hikari カラーセラピー認定講師

お部屋に光を呼び込むサンキャッチャー作り! 虹色カラーセラピー☆サンキャッチャー作り! 虹色の光の力で、心がほっとするひとときを楽しく過ごしてみませんか? 出来上がった作品をお部屋に飾るとキラキラと輝きます。

### 暗記ゼロ! 絵を見るだけで始める初心者向けタロット講座

講師 池田沙織 開運fortune沙織

暗記は一切なし! 絵を見るだけで占える。ゼロからのタロット1DAY講座! タロットカードについて難しさを「見えること」が多すぎて「そう思う」で済ませるか? 自分の毎日の運勢を占えるコツをキュッと3時間で凝縮してお伝えします。

### 腸活! 薬膳ランチの会

講師 長谷川まりな 漢方養生指導士

「薬膳」腸活! 「発酵」をテーマに、季節ごとに薬膳や調理方法、腸内細菌や発酵食品のお話など... 美と健康のために良い食事を摂りたいけれど... 忙しくて手間がたかぬ方におススメ!

### 14色の色彩メッセージ講座

講師 細野恵美 一般財団法人JADP認定 カラーセラピスト

14色のそれぞれの意味や心理的なメッセージをやさしく解説します。最近気になる色や惹かれる色はありませんか? その意味を知り、毎日の暮らしに気軽に取り入れる「色のヒント」が学べます。

### 気軽に楽しむカラーセラピー【個人30分】

講師 細野恵美 一般財団法人JADP認定 カラーセラピスト

選んだ色で、今の心の状態をわかりやすく知ることが出来る個人セッションです。心理カウンセラーの視点も取り入れながら、初めての方でも安心して受けていただけます。

### 身近な「あるある心理」のおはなし講座

講師 細野恵美 一般財団法人JADP認定 カラーセラピスト

・なんとなく気疲れしやすい方  
・人の言葉や態度が気になる方  
・心理に興味はあるけど堅苦しいのは苦手な方  
自分の傾向を知ってみたい方など、身近な「あるある心理」をぜひ聞きたい! していただきたい!

## 自分時間を楽しむ大人におすすめの講座!

### 癒され楽しいカリンバ教室

講師 横田都美 カリンバ講師

「カリンバ」は「親指ピアノ」や「ハンドオルゴール」とも言われ、美しくきれいな音色で聴く人の心を癒してくれます。カリンバの優しい音色に癒されながら音楽を楽しみましょう!

### 楽しいクラフトバンド・PPバンド〜雑貨・バッグ作り〜

講師 宮崎千絵子 (一社)クラフトバンドエコロジー協会認定講師 chic craft主宰

雑貨・バッグ等の実用的な物から、インテリア小物などエコな素材クラフトバンド・PPバンドで可愛いものも豊富に制作します。初めてでも安心して学べます。簡単な作品から大作まで色々な編み方で楽しく作れます。

### ハワイアンキルト

講師 白坂玲恵 ハワイアンキルト講師

何かはじめてみたい方、手芸など作ることが好きな方にオススメ!  
初心者の方も必ず作りたいものが形になります。お気に入りのハワイの植物を自分だけのオリジナルに仕立てましょう。

### 耳つぼジュエリー資格取得講座

講師 横 晴美 JCA耳つぼジュエリーインストラクター

話題の耳つぼジュエリーの資格を取得できる講座です。お仕事として施設で内容を指導致します。リフトアップ・健康増進等・様々な効果を得られます。お仕事にも活用できます。

### 介護タッチケア&ボディメカニクス2級講座

講師 伊藤加代子 介護aliveアカデミー認定講師

日常の中で何気なく行う、立ち上がる・起き上がる・重い荷物運ぶなどの動作。人間の「ボディメカニクス」を上手に使うと自分の身体を守りながら効率よく動かすことができます。「むくみ」の解消法も学べます。

### 絵本読み語り2級講座

講師 伊藤加代子 マザー・ボーン認定講師

赤ちゃんや子供とのコミュニケーション、絆を深めていくための読み語りについて学びます。読み聞かせのボランティア、ご家庭での絵本の読み語りなど、自信をもって開催出来るようになります。

### 心も体も癒されるはじめての氣功&ヒーリング

講師 旭 麗華 日本全才科学功協会 インストラクター・高級氣功師

ゆったりとした動きに呼吸とイメージを合わせ、全身にいい気を巡らせ、瞑想で心を静めます。さらにヒーリングで心身すっきり! ささら中国崑崙山少林寺の秘伝氣功と癒しののどとを一緒に。

### 頑張らない体幹トレーニング

講師 藤井ふさよ 日本コンディショニング協会インストラクター

バランスボールやバンド・椅子等を使い、姿勢を整え、筋肉を再教育し、肩こり、腰痛、膝痛を予防・改善します。元氣アップ! 介護予防はお早め!

### 大人が楽しむバレエレッスン

講師 関根 清 関根バレエスタジオ主宰

バレエが初めての方でも安心して楽しめるレッスンです。大人のための初級クラスです。バレエ経験のない方でも基礎から学べるバレエの要素を取り入れ、綺麗な姿勢とボディラインを作っていきます。

### レクリエーション介護士2級認定講座 全2回

講師 浅田直美 日本ケア福祉コミュニティ協会認定講師

あなたの趣味や特技を高齢化社会で活かしてみませんか? 介護や高齢者に対する基礎知識や介護レクリエーションを企画・提案・実施できるようにすることを目的とした資格です。介護に携わっている方はもちろん、介護業界に興味のある方や、ボランティアをしたい方にオススメです。

### ペットシッター士資格認定講座【中継会場】 全2回

講師 日本ペットシッター協会講師

「あなたを待っているペット達がいま!」飼主とペットの架け橋になるペットシッター。2日間の講座でペットシッター士を取得すると、実務経験を積む動物取扱業(保管と訓練)を取得できるようになります。

### カリキュラム

第1回 動物看護学とその他の法令  
第2回 ペットの健康管理  
第3回 犬・猫・小動物の習性  
第4回 犬のしつけ及び飼育管理  
第5回 実務上の電話応対  
第6回 打ち合わせ・契約書・報告書  
第7回 留守番・留守番・留守番  
第8回 犬・猫の健康管理  
第9回 犬・猫の健康管理  
第10回 犬・猫の健康管理

随時ご入会受付中 体験・見学も承ります! 事前のご予約をお願いいたします。お電話、教室受付、ホームページからもお申し込み承ります。 検索 JEUGIAカルチャー

※受講料は税込で表記しております。また運営費(一部講座では傷害保険料)が含まれております。 ※受講料には特に明記した他は、教材費・材料費・試験料・認定料・その他費用は含まれておりません。

| 美容・健康・癒し                                   | 講 師           |                                                                | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)       |
|--------------------------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------|----------------------------|
| 健康太極拳                                      | 原田和江          | 第2・4(水) 10:30～12:00                                            | 6,754円                     |
| 心も体も癒される<br>はじめての氣功&ヒーリング                  | 旭麗華           | 第2・4(木) 10:30～11:30                                            | 7,414円<br>月1回コース<br>4,114円 |
| 頑張らない体幹トレーニング                              | 藤井ふさよ         | 月3回(月) 10:30～12:00                                             | 7,854円                     |
| ゆったり基本のヨガ                                  | 近藤友紀子         | 月3回(火) 10:30～12:00                                             | 7,964円                     |
| シニアヨガ                                      | 内藤真理子         | 第1・3(水) 10:30～11:45                                            | 6,424円                     |
| ～心身を自由に羽ばたかせよう!～<br>フラップヨガ                 | 吉田智子          | 月3回(水) 13:45～15:15                                             | 7,744円                     |
| ～ストレッチ・ヨガから軽い筋トレまで～<br>トータルボディビューティー       | nana          | 第1・3(金) 11:00～12:15                                            | 6,534円                     |
| NEW ボディメイクレッスン                             | Yumi          | 第1・3(火)<br>第2・4(火) 13:00～14:00<br>第1～4(火)                      | 6,314円<br>9,814円           |
| NEW K-1 FIT FIGHT (K-1 フィットファイト)           |               | 第2・4(金) 11:00～12:00                                            | 7,634円                     |
| マットピラティス入門                                 | 橋井恭代          | 第1・3(木) 15:00～16:00                                            | 6,534円                     |
| フローヨガ～動的眼瞑想～                               | YUKA          | 第2・4(金) 10:30～11:30                                            | 5,984円                     |
| 週末のマインドフルネス瞑想&<br>リストラティブヨガ                |               | 第4(金) 12:30～13:30                                              | 4,554円                     |
| ～香りを楽しみ、暮らしを彩る～<br>アロマハーブクラフト講座            | 寺門華子          | 第4(金) 10:30～12:30                                              | 3,960円                     |
| ダンス・舞踊・武道                                  | 講 師           |                                                                | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)       |
| 大人が楽しむバレエレッスン                              | 関根 清          | 月4回(月) 14:00～15:15                                             | 8,734円                     |
| はじめての大人のバレエ                                | Mari          | 第2・4(水) 60分コース<br>10:30～11:30<br>第2・4(水) 90分コース<br>10:30～12:00 | 6,424円<br>7,304円           |
| Ballet プライベートレッスン                          |               | 第1・3(土) 15:45～18:45<br>(1回45分) 時間はお問い合わせ下さい                    | 9,834円                     |
| ダンスレッスン中高生                                 | TEN           | 月4回(水) 19:00～20:00                                             | 8,074円                     |
| アイドルダンス中高生                                 | SUZUNA        | 月4回(木) 19:00～20:00                                             | 8,734円                     |
| HIP HOP JAZZ                               | AKI           | 月4回(金) 18:50～19:50                                             | 9,504円                     |
| ～現役A級プロに習う!!～<br>社交ダンス                     | 本多 覚          | 第1・3(金) 10:30～11:45                                            | 7,524円                     |
| ～子供から大人まで一緒に楽しめる～<br>マカナラニのフラレッスン          | Makanalani 公代 | 第2・4(土) 10:30～12:00                                            | 6,974円                     |
| 美しく舞うベリーダンス                                | ソフィー          | 第2・4(金) 11:00～12:00                                            | 6,864円                     |
| はじめてみよう!フラメンコ                              | Misuzu        | 第1・3(土) 19:15～20:35                                            | 7,414円                     |
| タップダンス                                     | 大嶋奈緒美         | 第2・4(土) 17:00～18:00<br>経験者<br>17:15～18:15                      | 7,524円                     |
| NEW 大人のやさしいJ-POPダンス<br>～ゆっくり覚えて、楽しくリフレッシュ～ | 黒崎ゆい          | 第1・3(金) 13:00～14:00                                            | 6,094円                     |
| NEW ゆるっとはじめるK-POPダンス<br>～ゆっくり楽しく、自分のペースで～  |               | 第1・3(金) 14:00～15:00                                            | 6,094円                     |
| NEW Let's do KARATE<br>たのしく学べる糸東流空手        | 宮崎秀樹          | 第1～4(月) 20:00～21:00                                            | 6,644円                     |
| 女性のための合気道                                  | 橋井 恭代         | 第1～4(火) 18:40～19:30                                            | 6,534円                     |
| NEW ロシア古武術システム                             | 岸 孝           | 第1・3(水) 19:00～20:30                                            | 7,524円                     |
| NEW フィリピン武術アーニス<br>(エスクリマ/カリ)              |               | 第2・4(水) 19:00～20:30                                            | 7,524円                     |
| 生活文化                                       | 講 師           |                                                                | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)       |
| 親子で習える「大人の書道」                              | 千田富美代         | 第2・4(火) 17:00～19:00<br>(1回90分)                                 | 6,380円                     |
| 大人の書道・ペン習字                                 |               | 第2・4(火) 18:30～20:00<br>(1回90分)                                 | 6,380円                     |
| 実用毛筆                                       | 新井柏秀          | 第1・3(木) 13:30～15:30<br>2項目<br>8,690円                           | 6,820円                     |
| ～お好きな部門で気軽にレッスン～<br>実用毛筆・ペン習字・書道           |               | 第4(木) 13:30～15:30<br>2項目<br>5,390円                             | 4,180円                     |
| 楽しく学ぼうペン習字・書道                              | 大谷峯悦          | 第1・3(金) 10:30～12:30                                            | 6,820円                     |
| お勤め帰りの実用毛筆                                 | 柴田世夏          | 第2・4(金) 19:00～21:00                                            | 6,820円                     |
| NEW 楽しい書道教室                                |               | 月3回(木) 16:00～19:00<br>(1回1時間)                                  | 6,820円                     |
| NEW 土曜の書道・硬筆                               | 野澤圭萌          | 月3回(土) 16:00～19:00<br>(1回1時間)                                  | 6,820円                     |
| NEW 日曜の書道・硬筆                               |               | 第2・4(日) 10:30～12:00                                            | 6,820円                     |
| NEW 心が整う写経と美しい文字                           | 込谷陽香          | 第3(水) 10:30～12:00                                              | 4,620円                     |
| NEW 筆使いから学ぶ書道～ペン習字                         |               | 第1・3(月) 10:30～12:00                                            | 7,810円                     |
| 季節をたのしむカリグラフィー                             | 高田果歩          | 第4(金) 13:30～15:30                                              | 4,070円                     |
| いけばな小原流                                    | 矢野華梢          | 第3(木) 10:30～12:00                                              | 4,070円                     |
|                                            |               | 第1・3(木) 10:30～12:00                                            | 7,040円                     |
| ゆっくり楽しむ戸塚刺しゅう                              | 長船つる子         | 第4(木) 10:30～12:30                                              | 4,070円                     |
| 糸と針でつくる大人のビーズリング&<br>ビーズ刺しゅう               | 遠藤早苗          | 第3(火) 10:30～12:30                                              | 4,070円                     |
| はじめての加賀ゆびぬき                                | 田中朋子          | 第2(木) 10:30～12:30                                              | 4,730円                     |
| 可愛く使えるあみぐるみと<br>旬の編み物                      | minao         | 第1(水) 10:15～12:15                                              | 4,510円                     |
| はじめてのパンチニードル                               | 山中久子          | 第1(火) 13:30～15:30                                              | 4,070円                     |
| たのしいタティングレース                               | 横山祥子          | 第2(金) 10:30～13:00                                              | 5,610円                     |
| 洋裁教室<br>～小物からジャケット・フォーマルまで～                | 福田美穂          | 10:30～12:30<br>13:00～15:00                                     | 7,150円                     |
| 洋裁教室<br>～着物・ネクタイリフォームコース～                  |               | 10:30～12:30<br>13:00～15:00                                     | 7,700円                     |
| はじめてのパッチワーク                                | 山中久子          | 第1(火) 10:30～12:30                                              | 4,070円                     |
| ハワイアンキルト                                   | 白坂玲恵          | 第2・4(木) 10:30～12:30                                            | 6,380円                     |
| ハワイアンリボンレイ                                 | 小澤千絵          | 第2(火) 10:30～12:30                                              | 4,070円                     |
| 中山みどり監修<br>羊毛フェルトで愛犬・愛猫を作ろう<br>(全3回)       | 山崎晴美          | 第4(土) 10:30～13:30                                              | 3ヵ月全回<br>16,830円           |
| 立礼茶道                                       | 小林宗里          | 第4(水) 10:30～12:30                                              | 4,070円                     |
| あんフラワー® 全3回                                | 松田枝里          | 第2(金) 13:30～15:30                                              | 12,540円                    |
| くらし薬膳                                      | 寺門華子          | 第3(木) 13:00～15:00                                              | 4,290円                     |

| 趣味教養                                              | 講 師    |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)                    |
|---------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 旅行&日常英会話                                          | Minako | 月4回(水) 19:00～20:00                                                                                                                                                                                                                                               | 10,780円                                 |
|                                                   |        | 月4回(水) 16:00～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                       | 11,440円                                 |
| 物語を声にして楽しむ朗読                                      | 矢内佑奈   | 第3(土) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| はじめての朗読                                           |        | 第3(土) 13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| ～声優・You Tuberへの第一歩～<br>声のトレーニング                   | 伊藤 巧   | 第1(土) 16:00～16:50<br>第1・3(土) 17:00～18:00<br>(1回30分)                                                                                                                                                                                                              | 5,830円<br>7,480円                        |
| パーソナルカラー講座<br>～似合う色を軸としたコーデ実践レッスン～                | 富澤早苗   | 第2・4(火) 10:30～12:00                                                                                                                                                                                                                                              | 全6回<br>22,440円                          |
| はじめてのレディース健康マージャン                                 | 町田志織   | 第1・3(火) 13:00～15:00                                                                                                                                                                                                                                              | 6,380円                                  |
| 数秘初級講座(全4回)                                       | 近藤友紀子  | 第1・3(火) 13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                              | 全4回<br>15,290円                          |
| 資格取得                                              | 講 師    |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)                    |
| 3級FP技能士講座(全10回)                                   | 田中章五   | 第1・3・5(木) 18:45～20:45                                                                                                                                                                                                                                            | 5ヵ月全10回<br>29,150円                      |
| ニールズヤードパートナーシップ<br>認定アロマセラピー基礎クラス                 | 寺門華子   | 詳細はお問い合わせください<br>日程相談可                                                                                                                                                                                                                                           | 全6回<br>32,010円                          |
| アート&クラフト                                          | 講 師    |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)                    |
| はじめての日本画                                          | 尾山篤二郎  | 第1・3(月) 13:45～15:45                                                                                                                                                                                                                                              | 6,490円                                  |
| いちから始める水彩レッスン                                     | すずき陽子  | 第4(火) 10:30～13:00                                                                                                                                                                                                                                                | 4,510円                                  |
| やさしい水彩スケッチ                                        | 青山一樹   | 第1(火) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,400円                                  |
| 水彩色鉛筆画・水彩画教室                                      | 椿 吾郎   | 第1(木) 13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| 初めての鉛筆デッサン                                        | 牧野光一   | 第3(日) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| イラスト教室                                            | 片桐慶子   | 第3(日) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,510円                                  |
| デザイン教室                                            | 片桐慶子   | 第1(日) 13:30～16:00                                                                                                                                                                                                                                                | 3,960円                                  |
| NEW チョークアート(オイルパステル)で<br>描く自分の世界                  | 高木裕美   | 第1(土) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,510円                                  |
| ～描くヨガ・マインドフルネス～ゼンタングル                             | 高増祐子   | 第3(土) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| 「ハタでいい、ハタがいい」の気持ちで<br>はじめての絵手紙教室                  | 山口祝子   | 10:30～12:30<br>13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                       | 4,070円                                  |
| 鮎裕の和のイラスト                                         | 渡辺智美   | 第1(火) 13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,290円                                  |
| 夢中になる己書                                           | いわせゆかこ | 第4(水) 13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                                | 3,850円                                  |
| NEW 彩り文字を描こう<br>色鮮やかに、文字を描く                       | 今井富士子  | 第2(水) 10:30～12:00                                                                                                                                                                                                                                                | 4,950円                                  |
| 花のペイント ～Flowery Paint～                            | 田島和子   | 第1(土) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,290円                                  |
| ポーセラーツ                                            | 木村香織   | 第3(火) 14:00～16:00                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| ステンドグラス                                           | 岡本 明子  | 10:30～12:30<br>13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                       | 8,690円                                  |
| アメリカンフラワー                                         | 中鉢博子   | 第1(木) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,290円                                  |
| 七宝教室                                              | 乙幡チヒロ  | 第1(月) 10:30～13:00                                                                                                                                                                                                                                                | 初級<br>3,960円<br>中級<br>5,280円            |
| 七宝教室午後のアトリエ                                       |        | 第1(月) 14:00～16:30                                                                                                                                                                                                                                                | 5,280円                                  |
| 私の一閑張り                                            | 山口祝子   | 第4(火) 13:30～15:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| 楽しいクラフトバンド・PPバンド<br>～雑貨・バッグ作り～                    | 宮崎千絵子  | 第1(金) 13:00～15:00                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| 感動するレザークラフト教室                                     | 大久保かつえ | 第4(月) 14:00～16:30                                                                                                                                                                                                                                                | 5,060円                                  |
| よくばりさんのクラフト教室                                     | 芳賀直子   | 第2(土) 10:30～12:30                                                                                                                                                                                                                                                | 4,070円                                  |
| 音 楽                                               | 講 師    |                                                                                                                                                                                                                                                                  | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)                    |
| ハーモニカ ブルース/<br>クロマチック                             | 波木克己   | 第2・4(火) 10:30～11:30<br>【ブルースハーブ】<br>10:30～11:30<br>【クロマチック】<br>12:00～13:00                                                                                                                                                                                       | 6,820円                                  |
| NEW やさしい二胡入門                                      | 志村美代子  | 第2・4(金) 10:30～11:30<br>第2・4(金) 11:40～12:45<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                               | 7,480円                                  |
| 癒され楽しいカリンバ教室                                      | 横田郁美   | 第1(金) 10:30～12:00                                                                                                                                                                                                                                                | 4,180円                                  |
| ボーカル&ボイストレーニング                                    | 大谷祐子   | 第2・4(水) 18:15～19:45<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 7,590円                                  |
| 楽しいボーカルレッスン                                       | 大嶋奈緒美  | 第2・4(金) 10:30～15:30<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 7,590円                                  |
| ボーカルレッスン                                          | 大嶋奈緒美  | 第2・4(土) 15:00～21:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 7,480円                                  |
| ボーカル個人レッスン                                        | 林 里花   | 第2・4(木) 14:45～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 7,590円                                  |
| 懐かしい童謡・唱歌                                         | 児島瑞江   | 第1・3(火) 10:30～12:00                                                                                                                                                                                                                                              | 6,490円                                  |
| ～発音を大切に～ 英語で歌おう                                   | 黒田清美   | 第1・3(水) 19:00～20:30                                                                                                                                                                                                                                              | 7,810円                                  |
| ゴスペルコーラス(グループレッスン)                                | 黒田潮文   | 第1・3(月) 16:45～17:45                                                                                                                                                                                                                                              | 7,370円                                  |
| ～ポピュラーからクラシックまで～<br>大人のピアノ                        |        | 第1・3(水) 14:00～20:30<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい<br>第2・4(水) 10:30～12:00                                                                                                                                                                                               | 7,590円                                  |
| 土曜日のピアノレッスン                                       | 川鍋ひとみ  | 第1・3(土) 10:30～20:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい<br>第2・4(土) 10:30～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい<br>月4回(土) 10:30～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい<br>ステップアップコース<br>月2回(土) 10:30～20:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい<br>ステップアップコース<br>月4回(土) 10:30～20:00<br>(1回60分) 時間はお問い合わせ下さい | 7,590円<br>13,200円<br>13,090円<br>19,800円 |
| NEW ～連弾・Bossa Novaピアノ～<br>Lets' Play The PIANO !! | 山崎陽子   | 第2・4(木) 10:30～14:00<br>(1回40分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 10,010円                                 |
| 楽しく学べるクラシックギター                                    | 石川直純   | 第2・4(月) 16:30～21:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 初級<br>8,690円<br>中級<br>9,790円            |
| 初級・中級<br>エレキ・アコースティックギター                          | 上野高史   | 第1・3(火) 17:00～21:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 9,790円                                  |
| 基礎から学ぶフラメンコギター                                    | 伊藤 巧   | 第1・3(土) 18:00～18:50                                                                                                                                                                                                                                              | 7,260円                                  |
| ～癒しの音色～<br>はじめてのウクレレ                              | 小山葉子   | 中級<br>10:30～11:45<br>11:50～13:05                                                                                                                                                                                                                                 | 7,590円                                  |
| ～今日から始める～<br>マンドリン                                | 都筑文子   | 第1・3(金) 18:00～19:15                                                                                                                                                                                                                                              | 9,020円                                  |
| アイリッシュハーブ                                         | 真由美    | 第2・4(火) 14:00～19:30<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 7,590円                                  |
| 楽しいフルート                                           | 片切葉子   | 第1・3(水) 12:30～18:00<br>(1回40分) 時間はお問い合わせ下さい                                                                                                                                                                                                                      | 7,590円                                  |

| 楽しいリコーダーアンサンブル                      | 片切葉子                  | 第1・3(水) 10:45～12:15                                                                   | 5,830円                      |
|-------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 楽しいリコーダー                            |                       | 第1・3(水) 12:30～18:00<br>(1回40分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 6,490円                      |
| こども                                 | 講 師                   |                                                                                       | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)        |
| エンジェルパレエ                            | 関根実紀子                 | 月4回(月) 15:50～16:30                                                                    | 8,404円                      |
| プチバレリーナクラス                          | 小1～小4                 | 月4回(月) 16:45～18:00                                                                    | 8,404円                      |
| ～少人数制グループレッスン～<br>プレクラシックパレエ        | Mari                  | 幼児～小学生<br>13:00～13:50<br>小学生～<br>14:00～15:00                                          | 6,314円                      |
| Ballet プライベートレッスン                   |                       | 第1・3(土) 15:10～18:10<br>(1回45分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 9,504円                      |
| 楽しいHIPHOP                           | FAMI                  | 10:30～16:55<br>16:15～16:55<br>【キッズ】6歳～小4<br>17:05～17:55<br>【ジュニア】小4～中2<br>18:05～19:20 | 8,074円<br>8,954円<br>9,394円  |
| ダンスレッスン                             | TEN                   | 【キッズ】年中～小2<br>17:00～17:50<br>【ジュニア】小2～小6<br>17:55～18:55                               | 7,194円<br>7,634円            |
| アイドルダンス                             | SUZUNA                | 年長～小3<br>17:00～17:50<br>小3～小6<br>18:00～18:50                                          | 7,964円                      |
| HIP HOP JAZZ                        | AKI                   | 【キッズ】小1～小5<br>16:30～17:30<br>【ジュニア】小4～小1<br>17:40～18:40                               | 8,734円<br>8,734円            |
| What's up HIPHOP                    | wai☆                  | 第2・4(土) 14:55～15:55                                                                   | 6,314円                      |
| たのしい新体操                             | 内藤花奈                  | 年少～年長<br>13:45～14:35<br>小学生<br>14:45～15:55                                            | 8,624円<br>8,624円            |
| タップダンス                              | 大嶋奈緒美                 | 初心者<br>17:00～18:00<br>経験者<br>17:15～18:15                                              | 7,524円                      |
| NEW Let's do KARATE<br>たのしく学べる糸東流空手 | 宮崎秀樹                  | 【キッズ】年中～小3<br>17:00～18:00<br>【ジュニア】小4～中学生<br>18:15～19:45                              | 6,314円<br>6,974円            |
| 子ども合気道教室                            | 橋井恭代                  | 【キッズ】年中～小3<br>16:30～17:20<br>【ジュニア】小4～小6<br>17:30～18:30                               | 6,314円                      |
| のびのび体育教室                            | 土方一成                  | 【キッズ】年中～小2<br>16:30～17:20<br>【ジュニア】小1～小6<br>17:30～18:30                               | 6,644円                      |
| 子ども運動教室(グリンキッズ)                     | 名嘉友梨                  | 年少～年長<br>10:30～11:15<br>小1～小3<br>11:25～12:10<br>小4～小6<br>12:20～13:20                  | 4,994円<br>5,434円            |
| キッズアクロバット                           | RYO                   | 月3回(土) 16:30～17:45                                                                    | 8,294円                      |
| 超マイペースなアクロバット                       |                       | 第3(土) 19:10～20:10                                                                     | 3,564円                      |
| 楽しく学ぼう!卓球教室                         | FLT卓球スタジオ<br>インストラクター | 第2・4(日) 10:30～11:30                                                                   | 5,984円                      |
| 子どものアトリエ                            | 尾山篤二郎                 | 第1・3(月) 16:30～18:00                                                                   | 6,160円                      |
| ～すぐに上達!コンクール入賞への近道～<br>子ども絵画教室      | 椿 吾郎                  | 第1(木) 16:00～17:30<br>第2(土) 13:30～15:00<br>第3(土) 13:30～15:00                           | 3,740円                      |
| 初めての鉛筆デッサン                          | 牧野光一                  | 第3(日) 10:30～12:30                                                                     | 3,850円                      |
| イラスト教室                              | 片桐慶子                  | 第3(日) 10:30～12:30                                                                     | 4,290円                      |
| デザイン教室                              | 片桐慶子                  | 第1(日) 10:30～13:00<br>小5～大人<br>第1(日) 13:30～16:00<br>年少～小学生<br>第3(日) 13:30～16:00        | 3,740円                      |
| NEW チョークアート(オイルパステル)で<br>描く自分の世界    | 高木裕美                  | 第1(土) 10:30～12:30                                                                     | 4,070円                      |
| NEW ぶにぶにふわふわ<br>キッズスクイーズ教室          | 平澤久美子                 | 第4(土) 13:30～15:00                                                                     | 3,520円                      |
| 日曜の書道・硬筆                            | 野澤圭萌                  | 第2・4(日) 10:30～12:00                                                                   | 6,050円                      |
| 火曜のお習字教室                            | 千田富美代                 | 第2・4(火) 17:00～19:00<br>(1回1時間)                                                        | 6,050円                      |
| 子供お習字教室                             | 墓田明美                  | 月3回(水) 16:30～19:00<br>(1回1時間)                                                         | 6,050円                      |
| 楽しい書道教室                             | 野澤圭萌                  | 月3回(木) 16:00～19:00<br>(1回1時間)                                                         | 6,050円                      |
| 子供書道・子供硬筆                           | 柴田世夏                  | 月3回(金) 16:30～19:00<br>(1回1時間)                                                         | 6,050円                      |
| 土曜の書道・硬筆                            | 野澤圭萌                  | 月3回(土) 16:00～19:00<br>(1回1時間)                                                         | 6,050円                      |
| 科学実験教室                              | ウラン先生                 | 第4(土) 18:00～19:30                                                                     | 3,784円                      |
| そろばん教室                              | 日野原至                  | 月4回(金) 17:40～18:30<br>(金)・(土) 時間はお問い合わせ<br>ください<br>15:00～15:50                        | 6,160円<br>10,780円<br>6,160円 |
| 旅行&日常英会話 個人レッスン                     | Minako                | 月4回(水) 16:00～19:00<br>(1回30分) 時間はお問合せ下さい                                              | 11,440円                     |
| ～声優・You Tuberへの第一歩～<br>声のトレーニング     | 伊藤 巧                  | 第1(土) 16:00～16:50<br>第1・3(土) 17:00～18:00<br>(1回30分)                                   | 5,830円<br>7,480円            |
| ボーカル&ボイストレーニング                      | 大谷祐子                  | 第2・4(水) 18:15～19:45<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 7,590円                      |
| 子どものボーカルレッスン                        | 小中学生                  | 第2・4(水) 17:00～18:00                                                                   | 6,160円                      |
| ボーカルレッスン                            | 大嶋奈緒美                 | 第2・4(土) 15:00～21:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 7,150円                      |
| ボーカル個人レッスン                          | 林 里花                  | 第2・4(木) 14:45～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 7,590円                      |
| 優しいピアノレッスン                          | 児島 瑞江                 | 月4回(月) 15:00～19:20<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                            | 10,670円                     |
| 子供のピアノ                              | 川鍋ひとみ                 | 月4回(水) 14:00～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                            | 10,670円                     |
| 楽しいピアノレッスン                          | いわさきふみな               | 月4回(木) 15:25～19:25<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                            | 10,670円                     |
| 土曜日のピアノレッスン                         | 川鍋ひとみ                 | 第1・3(土) 10:30～19:00<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ<br>下さい                                       | 7,260円<br>10,670円           |
| 初級・中級<br>エレキ・アコースティックギター            | 上野高史                  | 第1・3(火) 17:00～20:30<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 8,360円                      |
| アイリッシュハーブ                           | 真由美                   | 第2・4(火) 14:00～19:30<br>(1回30分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 7,590円                      |
| 楽しいフルート                             | 片切葉子                  | 第1・3(水) 12:30～18:00<br>(1回40分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 7,260円                      |
| 楽しいリコーダー                            |                       | 第1・3(水) 12:30～18:00<br>(1回40分) 時間はお問い合わせ下さい                                           | 6,160円                      |