

講座

2026秋期号

案内

● 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

ジュージャ

BIGHOP印西

お申し込み
受付中

ジャンル豊富に、大人・こども 100 講座以上の習いごと

発行: ㈱十字屋 カルチャー事業部 発行月: 2026年8月



藤工芸



水引きあそび



オカリナ



合気道

●体験・見学・受講等、事前のご予約をお願いいたします● ホームページからもお申し込み承ります。

☎0476-40-7022

【電話受付】
10:00～20:00

《お客様へ》当社から、教室の出席確認や講座情報や各種サービスのお知らせ、イベント案内のご案内を差し上げる場合がございますので、ご了承ください。

〒270-1335 千葉県印西市原1-2 ビッグホップガーデンモール印西2F

当会場のTOPページはこちら

総合TOPページはこちら

「特集・いまコレ」や「総合ニュース」も是非ご覧ください

検索 JEUGIAカルチャー

体験・見学・受講申込 WEB予約できます

秋の ゴ入会キャンペーン

体験当日または体験なしでの新規ご入会で必ず当たる! ワクワク抽選あり!

最大 3,000円分のギフトカードプレゼント!

【期間】2026.10/31(土)まで

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

月1リフレッシュピラティス

講師

TAKAYO マットピラティスインストラクター

心と身体は一体です。ですが生活習慣によってこれらが一致なくなり、肩こり・腰痛など痛みとなって現れます。ピラティスは再び調和がとれるよう自分を教育する効果的な運動です。



第1 (水) 10:30～11:45 月額4,378円 (税込)

体験 9/2・10/7・11/4 (水) 体験料 3,564円

NEW

やさしく始める練功十八法&太極拳

講師

田中洋子 日本健康太極拳協会準師範・日本練功十八法協会普及指導員

ゆっくりとした動きと深い呼吸で、心と体をリフレッシュしてみませんか。運動が久しぶりな方や体力に自信のない方、腰やひざが気になる方も無理のない範囲でご参加いただけます。



第2・4 (水) 10:30～11:45 月額5,214円 (税込)

体験 8/26・9/9・9/23 (水) 体験料 2,200円

NEW

シニアのためのやさしい健康体操

講師

芳澤結衣 (株) Franke認定インストラクター 【中高年】

無理なく楽しく身体を動かしながら、健康づくりや体力維持を目指していくクラスです。初めての方でも安心してご参加いただけます。



第1・3 (木) 11:00～12:00 月額6,094円 (税込)

体験 8/20・9/3・9/17 (木) 体験料 2,640円

NEW

めぐりを整える養生ヨガ

講師

ひかる ヨガインストラクター 女性限定

中医学に基づいた季節の養生をしていくクラスです。ヨガのポーズで経路にアプローチしていきます。季節の過ごし方、毎日を健やかに過ごしたい方におすすめです!



第2・4 (火) 10:30～11:30 月額4,564円 (税込)

体験 8/25・9/8・9/22 (火) 体験料 1,500円

NEW

やさしく始める陰ヨガ

講師

ひかる ヨガインストラクター 女性限定

1分～3分ほどポーズをキープし、筋膜の癒着をはがし、経路の流れを促していきます。体に意識を向ける静かな時間。マインドフルネスに興味がある方にもおすすめです。



第2・4 (火) 13:00～14:00 月額4,564円 (税込)

体験 8/25・9/8・9/22 (火) 体験料 1,500円

NEW

私のホロスコープを読む

講師

MARIKO 星読み講師・アロマセラピー講師

星から読み解く、自分らしさと未来のヒント! 自分をもっと知りた方や、西洋占星術に興味がある方におすすめです。



第1 (火) ①10:30～11:45 ②13:00～14:15 月額3,770円 (税込)

体験 9/1・10/6・11/3 (火) 体験料 2,500円

NEW

おしゃれ万能ポーチ作り

講師

紫恩 紫恩倶楽部主宰

好きな柄で、オリジナル万能ポーチを作りましょう! 自分用はもちろん、プレゼントにもおすすめです!



第4 (木) 15:00～18:00 月額4,730円 (税込)

体験 8/27・9/24・10/22 (木) 体験料 3,960円

Pick Up

MOVE ON! BOY'S HIPHOP

Kids

講師 Runa ダンスインストラクター 【小学生～中学生】

「できた!」「踊れた!」という成功体験を重ねることで、自然と前向きな気持ちや自己肯定感が育っていきます。仲間と一緒に踊る楽しさ、音楽に体を任せて表現するワクワク感をぜひこの教室で体験してみてください。



第1・2・3 (火) 17:30～18:30 月額7,414円 (税込)

体験 8/18・9/1・9/8 (火) 体験料 2,200円

Pick Up

はじめてのカルンバ

講師

加藤歩美 おてがるカルンバ協会® 認定講師 【小学生～大人】

楽譜が読めなくても大丈夫! 手軽に始められる簡単メロディーから練習していきます。楽器が初めての方も気軽に楽しめます。



第2・4 (日) 13:30～14:30 月額6,160円 (税込)

体験 8/23・9/13・9/27 (日) 体験料 2,200円

Pick Up

リトルバレエ

Kids

講師 青木ひろみ HIROMIバレエスクール主宰 【3歳～年長】

音楽に合わせて楽しく体を動かしながら、バレエの基礎を身につけます。ストレッチや簡単なステップを通じて、柔軟性・バランス感覚・姿勢の美しさを自然に育てます。



第1・2・3 (日) 10:15～11:15 月額6,754円 (税込)

体験 8/23・9/6・9/13 (日) 体験料 1,980円

Pick Up

bramley tea 紅茶教室

講師

鈴木佐保 日本紅茶協会認定ティーインストラクター brambleytea紅茶教室主宰

紅茶のある暮らしをテーマに、紅茶のおいしいいれ方から、英国のティータイム文化まで楽しく学びます。



第2 (木) 11:00～13:00 月額3,500円 (税込)

体験 9/10・10/8・11/12 (木) 体験料 2,730円

Pick Up

初めてのセルフケア薬膳

講師

江原由美子 薬膳くりえみ 国際薬膳師 【成人】

毎回使用する身近な食材は7～10品。1年を通して学ぶことで、各季節の食養生と、レシピ例、約100種類の食材を知ることが出来ます。楽しく、おいしく、健康に役立つ『薬膳』を毎日の料理に活かしましょう!



第3 (火) 13:00～15:00 月額4,070円 (税込)

体験 8/18・9/15・10/20 (火) 体験料 3,300円 材料費 1,500円

Pick Up

50歳から初めてのフラメンコ

講師

五十嵐 香 日本健康生活推進協会健康マスター フラメンコスタジオディスターノ主宰

踊るための基礎や姿勢を学びながら春祭りの踊り「セビージャナス」の振付をゆっくり進めていきます。フラメンコを楽しみましょう!



第1・3 (金) ①10:10～11:25 (初心者) ②11:35～12:50 (経験者) 月額5,544円 (税込)

体験 8/21・9/4・9/18 (金) 体験料 2,365円

Pick Up

～気軽に楽しむ裏千家茶道～ テーブル茶道

講師

水田宗翠 裏千家茶道専任講師

茶道が初めての方や正座が苦手な方でも、気軽にお茶を楽しめる「テーブル茶道」。季節のお菓子とお抹茶で、至福のひとときを一緒に過ごしましょう。



第1 (日) 13:00～15:00 月額4,840円 (税込)

体験 9/6・10/4・11/1 (日) 体験料 2,200円 水屋料 1,650円

★入会金不要で受講できる! 特別講座特集★

2DAYS講座 資格取得 入会金不要

レクリエーション介護士 2級講座 全2回

講師 一般社団法人日本アクティブコミュニティー協会認定講師

【1日目】介護レクリエーションの意義と役割、高齢者のこころとからだの変化、症状、グループワークでの企画書作成【2日目】講師による介護レクリエーションの実践、ワークショップ企画書発表

9/9・23 (水) 11/11・25 (水) 10:30～17:30 受講料 38,500円 (税込/受講料・教材費・認定料込)

1DAY講座 資格取得 入会金不要

JFA認定資格講座 福祉ビューティスト

講師 菊地幸子 JFA認定講師

介護を必要としている高齢者の方へおしゃれの提供ができるプロをめざすために、パーソナルカラー診断士とネイリストを同時に学べる資格講座です。

8/26 (水)・9/22 (火)・10/28 (水) 14:00～18:00 受講料 15,000円 (税込) 教材費 18,000円 (税込/認定料・動画・コンサルティング・アフターフォロー付)

1DAY講座 資格取得 入会金不要

JFA認定資格講座 認知症心理士

講師 菊地幸子 JFA認定講師

認知症のメカニズムや、予防に役立つ知識と正しい接し方までのスキルを身につけることで、様々な場面で活かせる注目の資格です。

8/26 (水)・9/22 (火)・10/28 (水) 10:30～13:30 受講料 11,000円 (税込) 教材費 11,000円 (税込/認定証発行料込)

1DAY講座 資格取得 入会金不要

発達障がい空間支援士

講師 桑原美栄子 整理収納教育士・発達支援教育士・健康住宅アドバイザー等

発達障がいの感覚過敏(五感)などを知り、暮らし支援を考えた安心と暮らしを彩るインテリアを提案できる講座です。建築業界の方、住宅提案力を高めたい方、差別化を目指すリフォーム業の方にもおすすめです!

9/4 (金)・10/14 (水) 10:30～13:30 受講料 12,650円 (税込) 教材費 9,350円 (税込/テキスト・修了証書込)

1DAY講座 資格取得 入会金不要

発達障がい食環境支援士

講師 桑原美栄子 整理収納教育士・発達支援教育士・健康住宅アドバイザー等

偏食がち、座ってられない、朝起きられない、集団行動ができないなど、「もしかして発達障がいかも」と思われる気になる行動。「栄養環境」という新しい考えを取り入れて、悩める親御さんと子どもがラクになれる知識を学びます。

9/4 (金)・10/14 (水) 14:30～17:30 受講料 12,650円 (税込) 教材費 10,450円 (税込/修了証書込)

1DAY講座 資格取得 入会金不要

マクラメで作るハンギング飾り

講師 アトリエティストYOKO 学習フォーラム本部講師・一般社団法人人生生進学習開発財団講師

マクラメ糸を使い、吊るして使えるハンギングを作ります。器をセッとし、植物や文房具等を入れて部屋に飾れます。

第3 (水) 13:00～15:00 受講料 1,760円 (税込) 材料費 1,200円 (税込)

1DAY講座 資格取得 入会金不要

気軽に体験! ゆったり写経・写仏講座

講師 程田香雪 日本書道院理事・産経国際書展奨励賞他多数受賞

文字を書く「写経」と、仏様のお姿をなぞって描く「写仏」を、どちらも気軽に体験できる講座です。

8/31 (月)・9/28 (月)・10/26 (月) 11:00～12:00 受講料 2,640円 (税込) 教材費 300円 (税込)

【入会と受講のご案内】●入会金は5,500円(税込)で何講座でも受講できます。●ご家族の方は入会金が半額になります。●満70歳以上の方は、入会金が無料になります。また満65歳～69歳の方は入会金が半額になります。(年齢確認のできる身分証明書等のご提示をお願いします) ●受講料は金融機関からの1ヶ月毎の自動引き落としでの納入をお願いします。※自動引き落としの手続きが完了するまでに1～2ヶ月程度を要します。●受講料には運営費として1講座につき月額770円(税込)が含まれております。また一部の講座では別途傷害保険料も含まれております。●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。別途要する場合がございますのでお問い合わせください。●記載の金額は消費税を含みます。●参加人数が一定に満たない場合、体験や講座開講を延期または中止することがあります。

随時ご入会受付中 体験・見学も承ります! チラシに掲載の他にも各種講座がございます。 詳細はホームページをご覧ください。 JEUGIAカルチャーセンターは全国47会場あります。 【㈱十字屋/本社:京都市】

随時ご入会受付中 体験・見学も承ります! **JEUGIA**カルチャーセンター-BIGHOP印西 **0476-40-7022**

※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。**《体験・見学・受講等、事前のご予約をお願いいたします》**

右記のコードをスマートフォンで読み取ると
当会場のホームページをご覧いただけます。
講座の詳細、ニュースなど是非ご覧ください



美容・健康・癒し		講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW	やさしく始める 練功十八法&太極拳	田中洋子	第2・4(水) 10:30～11:45 5,214円
NEW	～体が硬くて運動がツライを克服～ 月1リフレッシュピラティス	TAKAYO	第1(水) 10:30～11:45 4,378円
	心と体の癒しの セラピーヨガ	MIKO	第2・4(木) 10:30～11:30 5,324円
NEW	めぐりを整える 養生ヨガ	ひかる	第2・4(火) 10:30～11:30 4,564円
NEW	やさしく始める陰ヨガ	ひかる	第2・4(火) 13:00～14:00 4,564円
NEW	シニアのための やさしい健康体操	芳澤結衣	第1・3(木) 11:00～12:00 6,094円
	運動不足解消! 健康卓球教室 ～健康づくりを手軽に楽しく～	八千代 卓球連盟 推薦指導員	第2・4(水) 10:30～12:30 5,984円
	～姿勢と体の不調を整える～ 美容ストレッチ	青木ひろみ	月1回(日) 14:30～15:30 3,114円
ダンス・舞踊・武道			
		講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW	ゆるっと楽しむ 大人JAZZダンス	芳澤結衣	月3～4回(木) 13:30～14:30 8,734円
	超入門 ハワイアンフラ	有賀佐和	第1・3(月) 12:00～13:15 6,424円
	楽しく優雅に! ハワイアンフラ	有賀佐和	第1・3(月) 13:20～14:35 6,424円
	ちょっぴりバレリーナ	青木ひろみ	月4回 11:50～13:20 12,254円
	クラシックバレエ ボワントクラス	青木ひろみ	月4回 13:30～14:00 6,754円
	大人リーナ	青木ひろみ	月4回 11:50～14:00 18,414円
	HIPHOP	Runa	第1・3(火) 10:30～11:30 6,424円
	～美しくエレガントに～ ベリーダンス	Saqlra	第1・3(木) 【入門基礎】 11:15～12:15 【経験者】 10:10～11:10 6,864円
	50歳から初めての フラメンコ	五十嵐 香	第1・3(金) 【初心者】 10:10～11:25 【経験者】 11:35～12:50 5,544円
	タップダンス	やすよ	第1・3(水) 10:10～11:10 6,424円
	藤間流日本舞踊教室 (個人30分)	藤間宗圓	第2・4(火) 16:30～18:30 第2・4(土)お問合せください。 6,534円
	紅琳館 空手教室(形・組み手)	紅ケン	第1・3(月) 18:30～19:30 第1・3(土) 11:20～12:20 6,424円
	合気道教室	AYAKO	月4回(金) 18:40～19:40 9,614円
アート&クラフト			
		講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
	仏像彫刻	大谷文進	第2・4(月) 10:10～13:10 7,920円
	籐工芸(小物作り)	伊藤富美	第2・4(金) 10:10～12:40 6,600円

はじめての水墨画	飯田守和	第2・4(金)	10:30～12:30	6,380円
描くヨガ ゼンタングル®	山本未希 (やん)	第1(水)	10:30～13:00	4,510円
楽しい絵画教室	豊田サチ子	第2(金)	13:00～16:00	5,830円
大人の美術教室	箱岩美喜	第1・3(日)	10:30～12:30	7,040円
NEW 心ほぐれる 3色パステルアート	加藤歩美	第2(日)	10:30～12:30	3,960円
暮らしに彩りを! トールペイント	高辻由利子	第1・3(金)	13:00～15:00	5,940円
吉祥花文字	く～ぶ～緑	第1(火)	10:30～12:30 10:30～15:30	4,730円 6,710円
水引あそび	飯塚ふみ子	第2(金)	13:30～15:30	3,960円
ステンドグラス	湯沢和枝	第2(火) 第4(火) 第2(土) 第2(日) 第4(日)	10:10～16:10	7,810円
手作りレザーアート	野川武子	第1・3(木)	13:00～16:00	7,920円
ビーズジュエリー講座	小坂あや子	第1・3(木)	10:10～12:10	6,160円
マクラメジュエリー	アトリエ ティスト YOKO	第3(水)	13:00～15:00	4,510円
韓国スタイルで華やかに! フラワーデコレーション ラッピング (全3回)	かげみちこ	第2(木)	10:30～12:30	(全3回) 22,110円
生活文化				
	講 師			受講料(月額) (税込・運営費込)
実用書道・ペン習字	岡田崇花	第2・4(木)	10:10～12:10 13:00～15:00	6,380円
はじめての 書道レッスン	坂本美映	第2・4(木)	13:00～15:00	6,380円
アメリカンフラワー	中鉢博子	第3(日) 第3(金)	10:10～16:00 13:00～16:00	7,260円 4,235円
ふしぎな花俱樂部 (押し花)	風岡明美	第2(火)	10:30～12:30	4,070円
おしゃれな花空間	菅澤紀子	第4(水)	19:00～20:00	4,510円
初めての方のシックな フラワーアレンジメント	菅澤紀子	第2・4(水)	【初等科】 19:00～20:00 【高等科】 19:00～20:00	5,940円 7,590円
楽しむつまみ細工	鈴木きよみ	第1・3(水)	10:10～12:10	7,920円
バルーンフラワー	鈴木きよみ	第4(日)	10:10～12:10	4,070円
インテリア茶箱・ カルトナーージュ	アトリエ ティスト YOKO	第3(水)	13:00～15:00	4,510円
NEW おしゃれ万能ポーチ 作り	紫恩	第4(木)	15:00～18:00	4,730円
やさしく楽しく手編み	風岡明美	第2(火)	13:00～15:00	4,015円

基礎から学ぶ 着付け教室	海老根則子	第2・4(金)	10:10～12:10 【専攻科】 10:10～12:10 【師範科】 10:10～12:10	5,170円 7,480円 12,980円
bramleytea 紅茶教室	鈴木佐保	第2(木)	11:00～13:00	3,500円
気軽に楽しむ裏千家茶道 テーブル茶道	水田宗翠	第1(日)	13:00～15:00	4,840円
初めての セルフケア薬膳	江原由美子	第3(火)	13:00～15:00	4,070円
趣味教養				
講師		受講料(月額) (税込/運営費込)		
運を掴みたい人の 開運気学入門(個人60分)	瑚城紫恩	第4(木)	10:30～14:30	7,260円
私のほろスコープを 読む ～人生の輝き☆自分らしさ～	MARIKO	第1(火)	10:30～11:45 13:00～14:15	3,770円
	ユーヤン 于阳	第1・3(月)	10:30～12:00	8,580円
旅先で役立つ中国語	ユーヤン 于阳	第1・3(月)	10:30～12:00	8,580円
基礎からのパソコン	常見敦之	第2・4(水)	15:00～16:30	6,380円
パソコン教室 (個人60分)	北阪陽子	(木)・(日)	※時間はお相談 ください。	3,960円
楽しく脳トレ♪ はじめての 健康マージャン教室	松宮 均	月4回(月)	13:00～16:00	4,770円
		月4回(土)	10:10～13:10	
将棋初心者教室 (大人)	和田三治	月4回(土)	13:40～15:40	6,490円
みんなの囲碁くらぶ	廣田基栄	月4回(土)	15:30～17:30	5,830円
音 楽				
講師		受講料(月額) (税込/運営費込)		
～気軽に楽しむ癒し音楽～ はじめてのカリンバ	加藤歩美	第2・4(日)	13:30～14:30	6,160円
ウクレレアンサンブル	AKKie	第1・3(水)	13:00～14:00	7,480円
ギターアンサンブル	AKKie	第1・3(水)	14:30～15:30	7,480円
イスに座って楽しむ 生田流箏曲 (個人30分)	飯田智奈美	第1・3(火)	13:00～18:00	8,580円
たのしいオカリナ (個人40分)	齊藤矩美	第1・3(金)	12:00～18:00	6,600円
シニアのための 脳トレピアノ®	深井純子	第1・3(木)	10:30～12:00	7,480円
脳トレピアノ®認定 指導講師養成講座(全4回)	深井純子	お問い合わせください		【全4回】 36,740円
月曜ピアノ (個人30分)	福田ゆかり	第2・4(月)	15:30～18:00	8,580円
木曜日のピアノレッスン ～脳トレピアノ®～ (個人30分)	古川恵子	第1・2・3(木)	15:00～19:00	10,670円
初めての ボイストレーニング (個人30分)	大塚 桂	第1・3(月)	11:00～16:30	7,480円
			※時間はお問合せ 下さい (個人60分)	7,920円
カンテ(フラメンコの歌)	森 薫里	第2(月)	11:00～17:00	6,160円
懐かしの 昭和歌謡を楽しもう ～歌って倶楽部～	深井純子	第1・3(木)	12:10～13:40	5,720円

こども		講 師	受講料(月額) (税込/通室費込)
プレバレエクラス 3歳～年長	山田 由香	第2・3・4(土) 13:00～13:30	7,084円
リトルバレエ 3歳～年長	青木 ひろみ	第1・2・3(日) 10:15～11:15	6,754円
プリティーバレエ 小学生	青木 ひろみ	月4回(日) 10:15～11:40	10,494円
GIRL'S HIPHOP	Runa	月4回(金) 3歳半～小1 17:00～17:45 小2～中学生 18:00～19:00	7,194円
最新ヒットソングで パフォーマンス! ジャンルミックス ダンス教室	NOZOMI	第2・4(水) 年中～小2 17:00～17:45 小3～中学生 18:00～19:00	5,984円
BIG SMILE☆ キッズチアダンス	明日香	第2・4(日) 年中～初心者 10:10～11:00 小学生～中学生 11:00～12:00 年中～小学生 第2・4(水)(木) 16:30～17:30	6,204円
藤間流日本舞踊 こども教室 (個人30分) 4歳～小6	藤間 宗園	第2・4(火) 16:30～18:30 第2・4(土) お問合せください。	5,104円
やる気スイッチグループ 忍者ナイン	忍者ナイン インストラクター	(土) 【中忍】年中～年長 14:00～15:25 【上忍】小学生 14:55～16:20	10,714円
紅琳館 空手教室(形・組み手) 4～12歳	紅ケン	第1・3(月) 17:30～18:30 第1・3(土) 10:10～11:10	4,334円
合気道教室 5歳～小6	AYAKO	月4回(金) 17:40～18:40	7,194円
こどもの美術教室	箱岩 美喜	第1・3(土) 小1～中学生 14:00～15:30 第1・3(日) 年中～年長 10:30～11:30 小学生 10:30～12:00	6,204円
こどもお絵かき教室 年長～小学生	アトリエ Colors	第2・4(金) 16:30～18:00	6,314円
こどものお習字(月) 小1～中3	程田香雪	第1・3・4(月) 16:00～19:30	6,050円
こどものお習字(水) 年中～中3	鬼倉暢花	第1・3(水) 16:30～19:30	4,930円
こどもの毛筆・硬筆 小1～中3	坂本 美映	第1・2・4(木) 16:00～19:30 第1・2・4(金)	6,050円
こども将棋教室 年長～	和田三治	月4回(土) 13:40～15:40	6,270円
はじめての プログラミング 小3～中2	常見敦之	第2・4(水) 17:00～18:30	6,380円
月曜ピアノ (個人30分) 4歳～	福田ゆかり	第2・4(月) 15:30～19:15	7,480円
どれみ親子らんど ～脳トレピアノ®kids～ 1歳～3歳	古川 恵子	第2(木) 11:00～11:45	4,070円
木曜日の ピアノレッスン ～脳トレピアノ®kids～ 1歳～	古川 恵子	第1・2・3(木) 15:00～19:00	10,670円
MOVE ON! BOYS HIPHOP 小学生～ 中学生	Runa	第1・2・3(火) 17:30～18:30	7,414円