

講座

2025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

イオンモール八千代緑が丘

体験・受講・新規ご入会
お申し込み受付中

まなび

ジャンル豊富に、大人・こども

150講座以上の習いごと

発行: 南十字星カルチャー事業部

発行月: 2025年8月

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

☎047-480-0911

【電話受付】10:00～20:00

〒276-0049 千葉県八千代市緑が丘2丁目1-3
イオンモール八千代緑が丘3F

WEBから予約OK!
10:00～20:00

当会場のTOPページはこちらから
「特価・体験コース」や「総合ニュース」も是非ご覧ください

検索 JEUGIAカルチャー

https://culture.jeugia.co.jp

▼詳細はこちら

10/31(金)まで

体験当日または体験なしの入会で

新規ご入会

入会金半額

シニアの方・会員の新たな受講申込で抽選会参加のチャンスあり!

※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

イオンモール八千代緑が丘

3階 フロアMAP

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

～はじめてでも安心～
やさしいカリンバ

【初心者】

講師 加藤歩美

おてがるカリンバ協会認定講師

籍指で奏でるやさしい音色。
癒されながら、脳トレも。そんな魔法の楽器カリンバを始めませんか?

第2・4(木) 10:30～11:30

月額6,160円(税込)

【教材費】 初回のみ1,650円

体験 10/9(火) 10:30～

【教材費】 2,200円

体験時楽器レンタル無料

NEW

くどうさとし透明水彩教室

講師 くどうさとし

水彩画家 日本透明水彩会会員

透明水彩で主に風景を描きます。
ステップごとに講師が丁寧に説明、1回で1枚絵が完成します。

第4(火)

13:00～16:00

月額4,620円(税込)

【教材費】 月額500円

体験 9/23(火) 13:00～

【教材費】 3,850円

【教材費】 500円

NEW

色鉛筆とパンパステル画教室

講師 高田達也

イラストレーター

あなたのお気に入りの色鉛筆とパンパステルで描きましょう! ゆっくり楽しく進めていきます。

第2・4(木)

10:15～12:15

月額6,490円(税込)

【教材費】 月額550円

体験 9/11(木)、9/25(木) 10:15～

【教材費】 2,860円

【教材費】 330円

色鉛筆画&めり絵教室

※好きな方をお選び下さい

講師 釘本 緑

色鉛筆イラストレーター

身近で手軽な色鉛筆を使って「自分の世界」を広げてみませんか。自分のペースに合わせて進めます。脳の活性化にもよ。

第2・4(月) 13:00～15:00

第1・3(金) 10:30～12:30

第1(金) 13:00～15:00

月額6,490円(税込)

【教材費】 月額330円

随時体験可

【教材費】 2,860円

【教材費】 200円

大人の絵画教室

(アクリル・水彩・パステル画)

講師 福岡 均

東京美術大学
アクリル絵画専攻

アクリル絵の具や水彩、パステルで静物や風景、人物を描きます。モノなど著名画家の作品模写も行ないます。様々なモチーフを通じて、描く楽しさを広げましょう。

第1・3(金) 10:00～12:00

月額7,590円(税込)

【教材費】 500円位※モチーフによって異なります。

随時体験可

【教材費】 3,410円

羊毛フェルトで作るかわいいペットたち

講師 篠田恵子

ウール・ジュエリー・ストラクター
ニードルフェルトアーティスト

写真を見ながら、毛色にこだわったオリジナル羊毛でかわいいペットを作ります。ポーズのかわいい立体、飛び出す迫力の3Dフレームからお選びください。

第1(火) 13:00～15:30

月額5,610円(税込)

【教材費】 1体4,180円位

随時体験可

【教材費】 4,840円

【教材費】 1,940円

NEW

セルフジェルネイル

講師 Norico

ネイリスト

自分の好きな時に好きなデザインで好きなように爪を彩りませんか! 手軽にネイルを楽しみましょう!

第3(金)

10:30～12:30

月額4,070円(税込)

【教材費】 月額1,100円

体験 9/19(金) 10:30～

【教材費】 3,300円

【教材費】 1,100円

NEW

本格テーブルマナー講座

～フランス式/イギリス式～

講師 Mayumi

マナー&プロトコール講師

ナプキン・カトラリー・グラスの正しい使い方や持ち方などの基本マナーを身に付けましょう。自ずと所作は美しく、立ち振る舞いはエレガントとなり品格が上がります。実践を交えたレッスンです。

第2(金) 13:30～15:00

全6回20,460円(税込)

【教材費】 月額1,500円(テキスト・料理・飲み物代込)

体験 9/12(金) 13:30～

【教材費】 2,640円

【教材費】 1,500円

NEW

6つの基本でタイ料理7変化

全6回

講師 下関崇子

All About毎日のタイ料理ガイド

ガバオ＝鶏挽肉炒めと思われていますが、タイでは牛・豚・魚・鶏・加工品と種類が豊富。カレーやヤムも同じです。そこで6つの基本料理でたくさんのレパートリーを学びます。

第2(火) 10:10～12:10

全6回23,760円(税込)

【教材費】 月額1,500円

体験 9/9(火) 10:10～

【教材費】 3,190円

【教材費】 1,500円

心と身体ととのえYoga

講師 Sachi

NPO法人国際ヨガ協会 学園長

「体ってこんなに楽になるの!」ほぐしにたっぷり時間を使い、あなた自身の体の声に耳を傾けるヨガです。初めての方も、体が硬い方も、全く心配いりません。自分を大切にし、毎日をもっと楽しむ力をここで身につけませんか?

第1・3(木) 12:15～13:45

月額5,324円(税込)

随時体験可

【教材費】 2,255円

～しなやかに動ける体づくり～
はじめてのピラティス

講師 木戸史奈子

PTマットピラティスベテランインストラクター
ピラティス/クイックインストラクター

身体の硬さや年齢は関係なく、楽しく身体を整え、姿勢改善からあらゆる不調をなくし、健康で強い身体を作ります。筋力アップで動ける体、体を動かしリフレッシュしましょう!

第1・3(日) 10:30～11:45

月額5,654円(税込)

随時体験可

【教材費】 2,420円

～ボールですっきり! ヨガビリー～
マイナス5才健康ヨガ

講師 山越かおり

ヨガビリー認定講師

東洋医学とヨガを合わせたレッスンです。ツボを押して自分の体と向き合い、ヨガの動きで心と身体のリフレッシュ!

第1・3(火) 13:30～15:00

月額5,764円(税込)

【教材費】 初回ボール代3,300円

随時体験可

【教材費】 2,475円

NEW

楽しい! おもしろい!
こどもアート教室

【小1～】

講師 森高光広

東京未来大学通信教育課程特任教授

絵を描いたり、型紙を活用した版画から、ちょっと動く工作など! 1回完結で制作を通して感性を育て、発想を広げて、色彩感覚や、構成力を育てます。題材は全てオリジナルです。

第2・4(土) 13:30～15:00

月額6,160円(税込)

【教材費】 月額1,000円

体験 9/13(土)、9/27(土) 13:30～

【教材費】 2,695円

【教材費】 1,000円

NEW

大人のためのディスコダンス

講師 Chinami

ダンスインストラクター

懐かしいディスコミュージックで心身共に若返り! ダンスを日常生活に取り入れる事で運動習慣を身に付けましょう。懐メロは脳を活性化させ、アンチエイジング効果が得られます!

第2・4(水) 10:30～11:30

月額5,214円(税込)

体験 9/10(水)、9/24(水) 10:30～

【教材費】 1,100円

ALOHA(アロハ) プルメリアフラ

【経験者】

講師 高橋美知子

プルメリアフラスタジオ主宰

明るく、美しく、豊かなフラを目指してベジックス・トップ・ハンドモーションを大切にレッスンします。ハワイの風を感じながら笑顔で踊ると心も心もフレッシュします。一緒にフラを楽しみましょう!

(金) 14:15～15:30

月額8,514円(税込)

随時体験可

【教材費】 1,925円

NEW

アートフィッシュフラワー入門

講師 大宮雅子

アートフィッシュフラワーリスト

アートフィッシュフラワーの基礎テクニックを学び、オリジナルの作品を作りましょう。プレゼントにも最適です。

第3(土) 15:30～17:30

月額3,520円(税込)

【教材費】 3,000円位

随時体験可

【教材費】 2,750円

【教材費】 2,500円

はじめてのシュガークラフト

講師 中野はる美

英国シュガークラフトギルド会員

誰かにあげたくなるかわいいケーキ。半永久鑑賞可の砂糖の芸術です。作って飾って食べて楽しむことができます。

第3(金) 13:00～15:00

月額4,730円(税込)

【教材費】 3,500円前後

随時体験可

【教材費】 3,960円

【教材費】 3,500円前後

～シュガークラフト～
砂糖で作るクリスマスのミニケーキ

【小学生～】

講師 中野はる美

シュガーアートドール協会認定講師

イギリス発祥の作って食べて楽しい子供から大人まで楽しめるシュガークラフト。レッスンでは鑑賞用でつくりますが、覚えた技法はご家庭での菓子作りにも活かれます。かわいくクリスマスケーキをつくりましょう!

12/14(日) 13:00～15:00

受講料 3,300円(税込)

【教材費】 3,200円(税込)

随時体験可

【教材費】 3,300円(税込)

【教材費】 3,200円(税込)

楽しいオカリナレッスン

講師 酒井清志

トランペット・オカリナ奏者

オカリナはどなたでも気軽に吹ける楽器です。楽譜が読めなくてもOK! 初心者大歓迎。ゆっくり楽しく色々なジャンルの名曲を吹きます。腹式呼吸で心も体も健康に!

第1・3(木) 10:30～11:40

月額6,820円(税込)

随時体験可

【教材費】 2,200円

楽しいサクソ教室

講師 常世田美里

東京音楽大学卒業サクソ講師

一緒に音楽を楽しみましょう! はじめての方でも経験者の方でも大歓迎です。

第1・3(日)

10:15～16:00(1回45分)

月額9,790円(税込)

【教材費】 楽器レンタル500円、リード代

随時体験可

※時間はお問い合わせ下さい

【教材費】 2,200円

休日のピアノレッスン

講師 澤田寛子

大阪音楽大学卒

好きな音楽を個性豊かに奏でる。初心者から経験者まで個人のペースに合わせた楽しいレッスンです。

第1・3(日)

10:15～17:30(1回45分)

10:15～17:30(1回30分)

月額9,790円(税込)

月額7,370円(税込)

随時体験可

※時間はお問い合わせ下さい

【教材費】 2,200円

シニアのためのパソコン教室

講師 常見敦之

パソコンインストラクター

パソコンを通じて脳と手先を使うことは、世界を広げ人生を豊かにします。他教室と違い、目的を持って能動的に学習することを重視しています。その方法を具体的にお伝えします。

第2・4(木) 15:00～16:30

月額5,940円(税込)

随時体験可

【教材費】 2,585円

はじめての落語教室

講師 瀧川健朗

落語家(真打)

日常の空いた時間で落語を習ってみませんか。古典落語を覚たい方には、丁寧な創作落語を習うことができます。創作落語を作りたい方には書き方を指導します。

第2・4(火)

18:45～20:45

月額6,820円(税込)

随時体験可

【教材費】 3,025円

しあわせ気分になれるコラージュワーク

講師 丁野雪子

ハッピーライフコーチ

好きな写真やシル等切って貼るだけの簡単な作業を通してなぜか「しあわせ」を感じるようになります。そのヒントの心理教育も紹介します。

10/26(日)

13:30～15:30

受講料 3,300円(税込)

【教材費】 200円(税込)

【入会金不要】

英国デザート作り講座～サマープディング～

講師 Mayumi

日本紅茶協会認定ティーインストラクター

「プディング」はデザートという意味で、夏の果実であるベリー類をふんだんに使った甘味と酸味のあるさっぱりとした冷たいデザートです。生クリームまたはアイスクリームを添えていただきます。レッスン後は試食と美味しい紅茶をご用意しております!

10/11(木)

13:30～15:30

受講料 2,640円(税込)

【教材費】 2,000円(税込)

【入会金不要】

英国デザート作り講座～スコーン～

講師 Mayumi

日本紅茶協会認定ティーインストラクター

外はサクサク、中はしっとりふわふわの腹割れスコーンを自宅でも手軽に焼けるコッをお教えします。市販のホットケーキミックス粉は使わない、本格スコーンとなります。レッスン後は試食と美味しい紅茶をご用意しております!

10/9(木)

13:30～15:30

受講料 2,640円(税込)

【教材費】 1,000円(税込)

【入会金不要】

～バラコードで作る～
わんちゃんリード&スマホホルダー

講師 相馬 亮

日本バラコードクリエイター協会認定作家

バラコードの様々なカラーで世界で一つしかない特別な愛犬リード、スマホホルダーを作成しましょう!

9/5(金)、11/7(金)

10:15～13:15

受講料 2,750円(税込)

【教材費】 1,500円(税込)

【入会金不要】

似合うがわかる! 顔タイプ診断

講師 横山あさみ

日本顔タイプ診断協会認定講師
イメージコンサルタント

お顔を分析してあなただけの「似合う色?」と分かって、いつもモノトーンばかりの方にオスメの講座です。

9/19(金)

10/17(金)

13:00～16:00(1回30分)

11/25(火) 10:30～13:00(1回30分)

受講料 5,500円(税込)

【教材費】 100円(税込)

【入会金不要】

はじめてさんのパッチワーク

講師 大倉裕美

日本手芸普及協会パッチワーク指導員
ミニキルト講師 刺しゅう指導員

はじめて針を持つ方から楽しく生活の中で使えるパッチワークを制作していきます。資格取得も可能です。

第1(月) 10:15～12:15

月額4,510円(税込)

【教材費】 月額1,000円程度

随時体験可

【教材費】 1,100円

【教材費】 400円

和の香りを楽しむお香講座～秋の香りの匂い袋～

講師 松尾九晴

香司

金木犀や香の匂い袋を2袋作ります。雅な香りをお楽しみいただけます。

10/4(土)

10:30～12:00

受講料 2,970円(税込)

【教材費】 1,800円(税込)

【入会金不要】

和の香りを楽しむお香講座～邪気を祓うお香 塗香～

講師 松尾九晴

香司

白檀を用いて、古代より身を清め、邪気を祓うとされる「香りのお守り」塗香(ごま)を作ります。

11/1(土)

10:30～12:00

受講料 2,970円(税込)

【教材費】 1,800円(税込)

【入会金不要】

季節の観光地ベスト100

講師 市川友英

秀明大学観光ビジネス学部教授

【どうしても行きたい温泉ランキン】
温泉ランキンベスト100とおすめ秘湯を紹介いたします。

9/2(火) 10:15～12:15

受講料 2,750円(税込)

【どうしても見たい日本の珠玉の紅葉と巨樹】
講師が実際に足を運んだ日本全国の人気ランキンの紅葉と巨樹を紹介いたします。

10/7(火) 10:15～12:15

受講料 2,750円(税込)

【教材費】 100円(税込)

【入会金不要】

楽しく学ぶこども書道

【年中～】

講師 兎倉暢花

日本書道院理事 日本書道研究会一先会師範
読売書道展評議員

元気よく、正しい文字が書けるように指導します。作品を通して達成感を得る喜びを感じましょう。

第2・4(火)

16:30～17:30

17:40～18:40

月額4,950円(税込)

随時体験可

【教材費】 2,090円

将棋教室

【年長～】

講師 齋藤久男

日本将棋連盟普及指導員

集中力を養い、右脳左脳をも鍛えます。相手の考えを理解する力を身につけ自分を飛躍させましょう。

第1・3(火)

16:15～17:45

第1・3(土)

13:00～14:30

【レベルアップ】15:00～17:00

【入門】 月額4,510円(税込)

【レベルアップ】 月額4,950円(税込)

随時体験可

【教材費】 1,870円

【レベルアップ】 12,090円

そろばん教室

【こども】

講師 緑川 都

チャレンジくらぶそろばん教室講師

珠算技術の取得、算、集中力、忍耐力、計算力の強化、右脳開発が目的の教室です。

幼児【4歳～】

(火) 16:30～17:00

月額4,862円(税込)

小学生【小3～】

(火) 17:15～18:15

月額7,062円(税込)

随時体験可

【教材費】 1,023円

【教材費】 1,573円

パワーピース®
耳つぼ&カラセラピー体験

講師 高萩玲子

パワーピース®セラピー認定講師
TCカラーセラピーマスタートレーナー
アロマセラピーセラピスト

話題の耳つぼピースを体験しよう! お好きなカラまたはヒーリングカラーのパワーピースをリフトアップのツボに貼ります。是非、この機会にお試し下さい。

9/25(木)、10/23(木)

13:00～16:00(個人1回30分)

受講料 2,200円(税込)

【教材費】 3,300円(税込)

【入会金不要】

パワーピース®セラピー認定講座

講師 高萩玲子

AROMA COLOR主宰
パワーピース®セラピー認定講師

パワーピース®セラピーは耳を華やかに彩りながら「耳つぼ」を利用して、いつの間にか「あれ、何だか調子がいいな!」と感ずられるような健康法です。ピースを付けているよう、おしなをしながらセルフケアを受講後は講師として活躍できます。

9/28(日)

10:30～16:30(休憩含む)

受講料 16,500円(税込)

【教材費】 17,380円(税込)

※希望者のみ認定料22,000円(税込)

【入会金不要】

TCカラーセラピスト講座

講師 高萩玲子

TCマスタートレーナー、TCプラチナトレーナー
AROMA COLOR主宰

ご自身や家族のストレスケアやカラセラピストとしての活動など、副業やボランティアなどで活動が可能です。

10/26(日)

10:30～16:30(休憩含む)

受講料 9,900円(税込)

【教材費】 11,000円(税込)

【入会金不要】

～ようこそ夢の国へ!～
Kidsテーマパークダンス

【年中～】

講師 Aimi

ATSU・DANCESTUDIO

テーマパークの曲に合わせて、表情や表現力、そして楽しむ気持ちを大切にするクラスです!

第1・2・4(日)

10:15～11:15【入門】

11:20～12:20【初級】

月額6,985円(税込)

随時体験可

【教材費】 2,057円

アイドルダンス

講師 Rina

ダンスインストラクター

憧れのアイドルのように可愛く! 明るく! 楽しく! 心から楽しんで踊ることを大切にしています。踊るのが初めてでも大歓迎! アイドルの曲に合わせて楽しく踊りましょう!

エンジェル【年中～小2】

(水) 16:30～17:20

月額7,854円(税込)

ジュニア【小3～】

(水) 17:35～18:35

月額7,854円(税込)

随時体験可

【教材費】 1,100円

キッズダンス

講師 Rina

ダンスインストラクター

色々なジャンルを基礎から学びダンスの楽しさを味わってもらいます。ダンスを始めたときどき何から始めたらいいのかわからない、迷っている方におすすです。

第1・2・3(土)

エンジェル【年少～小2】 16:30～17:30

ジュニア【小学生】 17:40～18:40

月額6,325円(税込)

随時体験可

【教材費】 1,100円

爪切り指導士認定資格講座

講師 一般社団法人アスリートネイル協会認定講師

100歳になっても運動できる健康爪づくりを! 健康は正しい爪から! 「爪切り指導士」とは、日本において爪の適切な切り方を指導する専門の職業です。本講座を受講されますと、爪の形状、健康状態を見極め、爪の重要性を伝える活動ができるようになります。

9/14(日)

10:30～17:30(休憩含む)

受講料 16,500円(税込)

【教材費】 16,500円(税込・認定証発行費込)

【入会金不要】

整理収納アドバイザー2級認定講座

講師 長谷川朋子

ハウス・キングダム協会
整理収納アドバイザー2級認定講師

家庭や職場での整理の基本と実践的な収納のコツが学べます。1日の受講で資格を取ることができます。

9/21(日)

10/19(日)

11/16(日)

10:30～17:30(休憩含む)

受講料 17,600円(税込)

【教材費】 7,100円(税込)

【入会金不要】

発達支援教育士認定講座

講師 桑原美栄子

発達支援教育士認定講師

特性のある「子ども」の自立を促すために、子どもとのコミュニケーションを円滑にしながら、身だしなみや生活の使い方をサポートする方法を学びます。

10/12(日)、11/30(日)

10:30～17:00(休憩含む)

受講料 18,700円(税込)

【教材費】 7,700円(税込)

【入会金不要】

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。

ダンス・舞踊・武道	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW 大人のためのディスコダンス	Chinami	第2・4(水) 10:30～11:30 5,214円
レッツ エンターテイメント!!	Gattsu	第2・4(火) 10:00～12:00 7,524円
はじめてのベリーダンス	SAKI	1・3(火) 19:30～20:30 5,544円
はじめてのストリートダンス	RUI	第1・3(火) 14:30～16:00 5,764円
Let'sダンス・ダンス!	HONOKA	第1・2・3(月) 19:15～20:45 7,315円
はじめてのバレエ入門	明音	第1・3(火) 10:00～11:30 5,984円
大人のバレエ	小林綾美	第2・4(水) (トウシューズ有レッスン) 17:00～19:00 7,304円
		第2・4(水) (トウシューズ無しレッスン) 17:00～18:30 5,984円
		(金) 12:30～13:45 9,086円
		第1・3(金) 12:30～13:45 5,764円
		第2・4(金) 12:30～13:45 5,324円
		第2・4(月) 12:00～13:15 5,324円
		第2・4(金) 19:30～20:45 5,324円
～こども同伴可能クラス～ フラダンス入門・初級クラス	永澤ひとみ	第1・2・3(土) 13:20～14:35 7,315円
ココロも踊るフラレッシン	MASUMI	第1・3(月) 12:30～13:45 6,424円
素敵なフラダンス	坂本京子	第1・3・4(水) 10:30～12:00 8,635円
フラダンス(シニア・初心者クラス)	春川範子	(火) 13:00～14:15 8,866円
フラダンス	HANA	第2・3・4(木) 19:30～21:00 8,635円
ALOHA(アロハ)ブルメリアフラ	経験者 高橋美知子	(金) 14:15～15:30 8,514円
タップダンス	Aimi	(土) 13:30～14:30 9,306円
情熱のフラメンコ	辰井浩美	第1・3(水) 19:15～20:15 7,194円
テコンドー	金 容星	第1・2・3(土) 11:10～12:10 7,150円
空手教室(昇級審査あり)	吉永一俊 土井洋彦	(土) 16:00～17:00 8,866円
ロシア武術システム	三本木秀作	第2・4(土) 19:00～20:30 6,974円
フィリピン武術エスクリマ(カリ)	鈴木廣二	第1・3(土) 10:00～11:30 6,424円
フィリピン武術エスクリマ(カリ)	MSD護心道 専任講師	第2・4(土) 19:00～20:30 5,874円
アート&クラフト	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW くどうさとし透明水彩教室	くどうさとし	第4(火) 13:00～16:00 4,620円
NEW 色鉛筆とパンパステル画教室	高田達也	第2・4(木) 10:15～12:15 6,490円
はじめてのモルタルデコ(全6回)	table-leaf	第1(日) 10:10～13:00 (休憩あり) 全6回 27,060円
水引あそび	飯塚ふみ子	第3(金) 13:30～15:30 3,960円
3色バステルアート	池田有佳	第1(土) 15:30～17:30 3,960円
羊毛フェルトで作る かわいいベットたち	篠田恵子	第1(火) 13:00～15:30 5,610円
～自然の色を楽しむ～押し花サロン	黒川千代	第2・4(月) 10:30～12:30 6,490円
金繕い入門	白鳥由加利	第2(金) 10:00～12:00 5,060円
～光のアート～ステンドグラス教室	浜田人志	第2・4(土) 10:00～12:30 7,590円
奏筆みなみ教室	渡邊みなみ	第4(火) 10:30～12:00 3,740円
色鉛筆画&ぬり絵教室 ※お好きな方をお選び下さい	釘本 緑	第2・4(月) 13:00～15:00 6,490円
		第1・3(金) 10:30～12:30 3,795円
		第1(金) 13:00～15:00 7,590円
大人の絵画教室 (アクリル・水彩・パステル画)	福岡 均	第1・3(金) 10:00～12:00 7,590円
～紙の芸術～ペーパークイリング	山崎訓世	第2(金) 13:30～15:30 4,070円
仏像彫刻(初級)	小倉正道	第3(火) 13:00～16:00 5,830円
スクラップブックング(アルバム作り)	平田昌美	第1(火) 10:30～12:30 3,520円
くらしを彩るトールペイント	高辻由利子	第1・3(月) 10:00～12:30 6,490円
ゲヴェルツデコ	海法安紀子	第2(水) 10:30～12:30 4,070円
美容・健康・癒し	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
～ボールですっきりヨガガビリー～ マイナス5才健康ヨガ	山越かおり	第1・3(火) 13:30～15:00 5,764円
カンフーフィットネス	再田昌弘	第1・3(日) 14:10～15:10 5,764円
キックとパンチでストレス解消! ムエタイエクササイズ	下関崇子	第2・4(金) 10:30～11:30 5,764円
～更年期以降の不調をセルフケア～ 50歳からのヨガ	高橋織恵	第1・3(木) 13:00～14:15 5,654円
		第2・4(木) 13:00～14:15 5,654円
はじめてのメンズヨガ	高橋織恵	第2・4(土) 12:00～13:15 5,654円
心と身体とのえYoga	Sachi	第1・3(木) 12:15～13:45 5,324円
夜のリラクxスヨガ	Sachi	(金) 19:30～21:00 9,306円
すっきり!土曜の朝ヨガ	相川久美子	第2・4(土) 10:00～11:30 5,434円
～しなやかに動ける体づくり～ はじめてのピラティス	木戸史奈子	第1・3(日) 10:30～11:45 5,654円
しなやか美BODYピラティス	木戸史奈子	第1・3(土) 12:00～13:15 5,654円
やさしいピラティス	小林綾美	第2・4(月) 13:00～14:00 4,774円
100歳まで歩ける身体づくり	田中栄吉	第2・3・4(金) 13:30～14:30 8,734円
～元気で丈夫な身体づくり～ 健やか体操	田中栄吉	第2・3・4(金) 14:35～15:35 5,500円
正しい姿勢のウォーキング講座	田中栄吉	第1(月) 10:00～11:30 3,454円
～骨格から養う健康法～ 新骨格ストレッチ体操	CHIKAKO	第1・3(金) 10:00～11:30 5,984円
健康促進! 卓球教室	八千代 卓球連盟 推薦指導員	第1・3(月) 10:00～12:00 13:00～15:00 5,984円
踊るフロアストレッチ パー・アスティエ	小柴由美	第1・3(水) 10:00～11:15 6,314円
やさしい健康太極拳(楊名時)	柴田正子	第2・4(月) 10:00～11:30 4,884円
		第1・3(木) 10:00～11:30 4,884円
		第2・4(木) 10:00～11:30 4,884円
和太鼓のバチを使った バチエクササイズ	中髙幸子	第2・4(木) 10:15～11:15 7,634円
刀やお扇子を使った 剣舞エクササイズ	中髙千翔	第2・4(木) 11:30～12:30 7,634円

生活文化	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW セルフジェルネイル	Norico	第3(金) 10:30～12:30 4,070円
NEW 6つの基本でタイ料理七変化 (全6回)	下関崇子	第2(火) 10:10～12:10 全6回 23,760円
英国式紅茶の世界	Mayumi	第4(金) 13:30～15:30 3,410円
有結流テーブル茶道	安本明美	第4(金) 10:10～12:10 3,960円
はじめてのシュガークラフト	中野はる美	第3(金) 13:00～15:00 4,730円
Renewal はじめてさんのパッチワーク	大倉裕美	第1(月) 10:15～12:15 4,510円
人形呉服店でふてふ堂の ドール和裁教室	わたなべいこ	第3(月) 10:10～12:10 3,960円
つまみ細工	わたなべいこ	第3(月) 13:00～15:00 4,510円
～自分メイドのお気に入り～ 楽しい編み物教室	編ミ〜ゴ前田	第1・3(木) 10:00～12:00 6,490円
戸塚刺しゅう(フランス刺しゅう)	厨 重子	第1・3(木) 13:00～15:30 6,490円
		第2・4(月) 10:00～12:30 6,490円
洋裁&着物リメイク教室	成本信子	第4(金) 13:00～15:30 5,060円
大人優美なペン字・実用書	鬼倉暢花	第2・4(水) 13:00～15:00 (1科目) 6,160円 (2科目) 6,820円
実用書&古筆(ペン・書道)	瀧井喜泉	第1・3(火) 10:00～12:00 6,490円
実用毛筆(実用書・書道・ペン・かな書道)	塚原月華	第1・3(水) (1部) 14:00～16:00 (2部) 16:10～18:10 (1科目) 6,490円 (2科目) 8,690円
お勤め帰りの実用毛筆 (実用書・書道・ペン・かな書道)	塚原月華	第1・3(水) 18:30～20:30 6,490円 (2科目) 8,690円
永田紗戀の花咲く書道®	井上伴子	第3(火) 10:30～12:00 3,520円
～暮らしで楽しむ日本文化～ 池坊いけばなアート	阿部順華	第1(月) 13:00～15:00 3,960円
～花を楽しむ～フラワーデザイン	山崎エミ	第2(日) 10:30～12:30 4,070円
フランスの花あしらひ COCOフローラル	山田明子	第4(水) 10:10～12:10 4,070円
アーティフィシャルフラワー入門	大宮雅子	第3(土) 15:30～17:30 3,520円
～きものdeキレイ～ 着付け教室(全12回)	三室千代子	第2・4(水) 10:10～12:10 全12回 29,568円
音 楽	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW ～はじめてでも安心～ やさしいカリンバ	初心者 加藤歩美	第2・4(木) 10:30～11:30 6,160円
飯田久美子のボーカル講座	飯田久美子	第2・4(火) 15:00～17:00 (1回30分) 7,810円
ボイストレーニング	大塚 桂	第2・4(月) 13:00～20:00 (1回30分) 7,590円
第1・3(水) 13:00～18:30 (1回30分)		
第1・3(火) 12:45～20:30 (1回40分)		
～楽器を始めたい方におすすめ～ カホンを叩こう!!	小滝コージ	第1・3(火) 12:45～20:30 (1回40分) 7,590円
～脳トレ・筋トレ・歌で健康作り～ ピアノにあわせて歌う会	諸澤美加	第2・4(木) 12:00～13:30 5,280円
ゴスペルを歌おう	大塚 桂	第1・3(水) 19:25～20:55 6,490円
中高年から始める 「らくらくピアノ」	田邊ちくさ	第1・3(火) 10:30～13:30 (1回30分) 6,490円
シニアピアノ/グループレッスン	小島雅美	第1・3(水) 13:00～14:30 6,380円
60歳からのシニアピアノ	小島雅美	第1・3(火) 10:00～13:00 (1回30分) 6,490円
個人ボーカルレッスン& ピアノレッスン	諸澤美加	第2・4(木) 14:00～15:30 (1回30分) 7,480円
月曜のピアノ	内海久恵	(月) 15:00～21:00 (1回30分) 3ヶ月10回 35,090円
火曜のピアノ	内海久恵	(火) 15:00～21:00 (1回30分) 3ヶ月10回 35,090円
水曜のピアノ	内海久恵	(水) 15:00～21:00 (1回30分) 3ヶ月10回 35,090円
ピアノレッスン	戸田淳子	第2・4(金) 10:00～14:00 (1回30分) 7,590円
		第2・4(土) 13:00～17:00 (1回30分) 6,490円
		第1・3(日) 10:15～17:30 (1回45分) 9,790円
休日のピアノレッスン	澤田寛子	小学生まで 10:15～17:30 (1回30分) 7,370円
大人のためのジャズピアノ入門	橋本正也	第1・3(木) 15:00～21:00 (1回30分) 8,690円
楽しい鍵盤ハーモニカ	橋本正也	第1・3(木) 15:00～21:00 (1回30分) 8,690円
楽しいサクソ教室	常世田美里	第1・3(日) 10:15～16:00 (1回45分) 9,790円
楽しいオカリナレッスン	酒井清志	第1・3(木) 10:30～11:40 6,820円
音楽の喜びマンドリン	田村恵子	第2・4(金) 10:30～12:00 7,590円
ギター&ウクレレアンサンブル	鯉淵大輔	13:00～14:30 15:00～16:30 7,590円
さわってみよう・弾いてみよう♪ ギター講座(入門編)	鯉淵大輔	第2・4(水) 16:40～20:40 (1回40分) 9,460円
エレキ・アコギ・ウクレレを 楽しもう♪	AKKle (アッキー)	第1・3(月) 16:30～20:40 (1回50分) 10,890円
クラシックギターレッスン	田口美和子	第1・3(木) 16:00～20:55 (1回45分) 10,780円
津軽三味線	北村貴徹	第1・3(土) 18:00～21:00 (1回30分) 8,580円
楽しい二胡	曾我部由里	(中級) 13:30～14:45 (初級) 15:00～16:15 (入門) 12:30～13:15 6,600円
癒しの音色を楽しむ はじめての二胡	八木田真理	第1・3(月) 13:30～14:45 6,600円
プライベートレッスンで 音色を磨く二胡	八木田真理	第1・3(月) 14:55～16:05 (1回30分) 6,600円
趣味教養	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
NEW 本格テーブルマナー講座(全6回) ～フランス式・イギリス式～	Mayumi	第2(金) 13:30～15:00 全6回 20,460円
はじめての中国語	張 佳新	第1・3(水) 10:30～12:00 8,030円
はじめての落語教室	瀧川鯉明	第2・4(火) 18:45～20:45 6,820円
朗読サロン	森田清香	第2(火) 10:10～12:10 4,070円
～占ってみませんか～ はじめてのタロットカード	銀河アステル	第2(日) 15:20～16:20 3,960円
易しい手相占い♪	銀河アステル	第2(日) 13:30～15:00 4,510円
大人囲碁クラブ	宮崎祐治	(初級) 10:00～12:00 (入門) 11:15～12:30 5,940円
初歩からの俳句	坂本茉莉	第3(火) 10:00～12:30 5,060円
パソコン基礎講座	常見敦之	第2・4(木) 13:00～14:30 6,380円
シニアのためのパソコン教室	常見敦之	第2・4(木) 15:00～16:30 5,940円
女性のための健康マージャン入門	塚本邦博	第1・3(木) 10:00～12:30 6,490円
楽しい麻雀教室	塚本邦博	第1・3(木) 13:00～15:30 6,490円

こども	講 師	受講料(月額) (税込・運営費込)
笑顔はじける! チアダンス	後藤マナミ	(金) 16:00～16:50 6,974円
		(ジュニア)小3～ 17:00～18:00 7,854円
		(ジュニア)小3～ 18:05～19:15 8,294円
		(ジュニア)小3～ 16:30～17:20 6,974円
		(ジュニア)小3～ 17:30～18:30 7,854円
アイドルダンス	Rina	(水) 16:30～17:30 7,634円
		(ジュニア)小3～ 17:35～18:35 7,854円
キッズダンス	Rina	第1・2・3 (土) 16:30～17:30 6,325円
Renewal ～ようこそ夢の国へ～ Kidsテーマパークダンス 年中～小学生	Aimi	第1・2・4 (日) 10:15～11:15 (入門) 11:20～12:20 6,985円
キッズ HIP HOP DANCE	RUI	(火) 16:30～17:20 8,074円
		(ステップアップ)小3～小6 17:30～18:30 8,294円
K-POPダンス	HONOKA	(水) 13:00～14:00 4,444円
		(ステップアップ) 15:20～16:50 4,994円
Let's ダンス・ダンス!	HONOKA	(木) 17:00～18:00 7,854円
		(ジュニア)小3～小6 18:10～19:10 8,074円
キッズハワイアンフラ	永澤ひとみ	第1・2・3(土) 12:15～13:15 5,335円
タップダンス	Aimi	(土) 13:30～14:30 9,306円
		(ステップアップ) 14:30～15:45 9,306円
こどもクラシックバレエ入門	茂木知美 小室紀香	(金) 16:00～17:00 8,514円
		(ジュニア)小2～中3 17:15～18:45 9,614円
キッズカンフー～少林武術～	再田昌弘	第1・3(日) 13:00～14:00 5,434円
月曜キッズ卓球教室	小島章子	(月) 16:30～17:30 8,734円
		17:40～18:40 8,734円
こども空手(昇級審査あり)	吉永一俊 土井洋彦	(土) 15:00～16:00 8,514円
		(初級) 16:00～17:00 (中級) 16:00～17:00
キッズ・テコンドー	金 容星	第1・2・3(土) 10:00～11:00 6,160円
そろばん教室	緑川 都	(火) 16:30～17:00 4,862円
		(幼児)4歳～ 16:30～17:00 (小学生) 17:15～18:15 7,062円
子どものためのプログラミング	常見敦之	(入門) 第2・4(木) 17:00～18:30 (入門) 第2・4(月) 17:00～18:30 (初級) 第1・3(土) 13:00～14:30 6,050円
こどもの毛筆・硬筆	東京書芸協会 講師	第1・3(火) 16:30～17:45 5,060円
		第1・3(木) 16:30～17:45 5,060円
こども書道・硬筆教室	坂本世和	第1・2・3 (金) 16:30～17:45 6,776円
楽しく学ぶこども書道	鬼倉暢花	第2・4(火) 16:30～17:30 4,950円
		17:40～18:40 4,950円
こども書き方教室	鬼倉暢花	第2・4(土) 10:00～11:00 4,950円
		11:15～12:15 4,950円
こども書道教室	瀧井喜泉	第2・4(水) 16:30～17:30 4,950円
		17:40～18:40 4,950円
		第2・4(土) 14:15～15:15 5,610円
NEW 楽しいおもしろい! こどもアート教室	森高光広	第2・4(土) 13:30～15:00 6,160円
子ども絵画・造形教室	船木大輔	第2・4(金) 16:30～18:30 6,160円
子ども絵画教室	船木大輔	第1・3(月) 17:00～19:00 6,160円
キッズアート教室	イチロー	第1・3(土) 10:30～12:00 6,160円
		第1・3(水) 16:15～17:45 4,510円
		(入門) 13:00～14:30 (レベルアップ) 15:00～17:00 4,950円
		第1・3(水) 18:00～20:00 4,950円
月曜のピアノ	内海久恵	(月) 15:00～21:00 (1回30分) 3ヶ月10回 34,100円
火曜のピアノ	内海久恵	(火) 15:00～21:00 (1回30分) 3ヶ月10回 34,100円
水曜のピアノ	内海久恵	(水) 15:00～21:00 (1回30分) 3ヶ月10回 34,100円
ピアノレッスン	戸田淳子	第2・4(土) 13:00～17:00 7,260円
休日のピアノレッスン	澤田寛子	第1・3(日) 10:15～17:30 (1回30分) 7,370円
クラシックギターレッスン	田口美和子	第1・3(木) 16:00～20:55 (1回45分) 10,780円
さわってみよう・弾いてみよう♪ ギター講座(入門編)	鯉淵大輔	第2・4(水) 16:40～20:40 (1回40分) 9,130円
エレキ・アコギ・ウクレレを 楽しもう♪	AKKle (アッキー)	第1・3(月) 16:30～20:40 (1回50分) 10,890円
～アニソンからJ-POP、ボカロまで～ キッズボーカルグループレッスン	諸澤美加	第2・4(木) 17:00～18:30 4,950円
パワフル!!ボイストレーニング	小滝コージ	第1・3(火) 12:45～20:30 (1回40分) 7,590円
～楽器を始めたい方におすすめ～ カホンを叩こう!!	小滝コージ	第1・3(火) 12:45～20:30 (1回40分) 7,590円
ボイストレーニング	大塚 桂	第2・4(月) 13:00～20:00 (1回30分) 7,590円
		第1・3(水) 13:00～18:30 (1回30分) 7,590円