

● 見つけよう 新しい自分 素敵なか仲間 ●

講座

2026春期号

案内

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

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!

当会場の  
TOPページは  
こちらから

総合TOPページは  
こちらから  
「特価・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

https://culture.jeugia.co.jp

3F

イオンモール八千代緑が丘  
3階 フロアMAP

2026春 新しいこと はじめよう!

キャンペーン

最大 5,000円分の  
ギフトカードが当たる!

体験日  
お申し込み  
入会  
※他の特典利用はご利用いただけません。※一部対象外の講座・会場あり。  
シニア・家族制・再入会・複数受講でお申し込みの方もお得あり!

▼詳細はこちら  
2026  
3/31  
(火)まで

春講座ピックアップ!

春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 J-POPダンス

【年長〜】

講師 Rina ダンスインストラクター

J-POPのダンスの曲に合わせて楽しく踊るクラスです!心が踊るダンスをしましょう!ご参加お待ちしております!

第1・2・3(土) 15:15〜16:15 月額6,325円(税込)

体験 3/7(土)、3/14(土)、3/21(土) 15:15〜 体験料 1,100円

NEW アイドルダンスステップアップクラス

【小3〜】

講師 Rina ダンスインストラクター

アイドルダンスの技や動きの研究をしたリダンスに必要な筋力や体感をつけていくクラスです。レッスンを通してより自分自身を好きになってもらえたら嬉しいです!

第2・4(水) 19:00〜20:30 月額6,322円(税込)

体験 3/4(水)、3/25(水) 19:00〜 体験料 1,100円

NEW キッズダンスステップアップクラス

【小3〜】

講師 Rina ダンスインストラクター

ジャンル問わずダンスのレベルを上げたい、始めるからには本気で挑みたいなど高い意思を持つ、そんなあなたのためのクラスです。

第1・3(土) 19:00〜20:30 月額6,322円(税込)

体験 3/7(土)、3/21(土) 19:00〜 体験料 1,100円

NEW 紅茶とスコーンの楽しみ方

講師 Mayumi 日本紅茶協会認定ティースタッフ・マース&プロコル講師

——華やかに香るローズティーとともに味わう、気品あふれる英国スタイルタイム—— マナー講師が、紅茶とスコーンのいただき方をモントレーション形式でわかりやすくご紹介!します。気品のある華やかな香りのローズティーの作りか、ティータイムをいこう優雅に彩ります。「なぜこうするの?」そのマナーの始まりは?など、歴史や背景を交えながら、紅茶の世界へご案内します。「赤毛のアン」の物語の雰囲気の中で、優雅に、そして楽しく、「英国の午後」を一緒に味わいましょう。

1回目 4/29(水・祝) 13:30〜15:00 会場)アトリエ&カフェ 赤毛のアン (千葉県市川市大野町3-1940) 受講料 【会員】4,960円(税込/運営費・材料費込) 【一般】5,070円(税込/運営費・材料費込) ※アレルギーをお持ちの方はお知らせください。

落語家が案内する寄席ツアー

講師 瀧川 鯉朝 落語家(真打)

江戸時代からの話芸である「落語」で笑ってみませんか。当日は春風亭柳昇一門の瀧川鯉朝師匠(芸歴33年)がご案内いたしますので、初心者の方も安心してご覧いただけます。また歴史ある末廣亭内の装飾解説も鯉朝師匠がいたします。寄席芸能で明らかなにお楽しみください。

1回目 6/12(金) 11:30〜16:00 会場)11:20 新宿末廣亭前 (東京都新宿区新宿3丁目6-12) 受講料 【会員】6,520円(税込/運営費・入場料込) 【一般】6,740円(税込/運営費・入場料込) (入会金不要)

NEW こども書道教室

【小1〜】

講師 鬼倉 暢花 日本書道院理事 日本書学研究会一先会師範 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(水) 16:30〜17:30、17:40〜18:40 月額4,950円(税込) 教材費 教本代半年3,900円

体験 4/8(水)、4/22(水) 16:30〜、17:40〜 体験料 2,090円

NEW はじめてのあみぐるみ

講師 白田 和香子 あみぐるみ作家・あみぐるみ教室W'works主宰

ひよこで基本を学んだあとは好きな編み図でかわいいあみぐるみを編んでみませんか。編んでみたいを叶えます。

第3(金) 10:15〜12:45 月額4,620円(税込) 体験 3/20(金) 10:15〜 体験料 3,850円(税込/材料費込) 1,100円

NEW 看護師と笑顔で書く 緑デイングノート

全6回

講師 斉藤 愛 育食看護師 読売健康コンサルタント

緑デイングノートは亡くなった後のことを書くノートだけじゃない。これからの人生を楽しむための計画書です。

第1・3(木) 13:00〜15:00 全6回18,810円(税込) 教材費 初回2,000円 月額200円

4/2(木)開講予定

永田紗戀の花咲く書道®

講師 井上 伴子 花咲く書道認定講師

気持ち伝わる、絵のような書道。初めてでも大丈夫夫婦しあいの楽しい書道。これが花咲く書道です。

第3(火) 10:30〜12:00 月額3,520円(税込) 教材費 基本セット11,220円、ハガキ代572円

随時体験可 体験料 2,750円 道具レンタル550円

筋膜リリースボールケア

講師 瀧美香子 株式会社Youu認定講師

絶妙な弾力性専用ボールと自重で体の固さをゆるめ、コリや痛みを和らげ、心と身体を癒し整えていきます。身体をボールにあずけて心地よさに身をゆだねるだけで運動が苦手な方やお疲れの方にもおススメです。

第2・4(月) 10:00〜11:30 月額5,764円(税込) ボール代8,800円

随時体験可 体験料 2,475円 ボール代300円

NEW 中国茶から入る 中国語

講師 張 佳新 中国語講師

中国語が初めての方や中国茶に関心を持つ方対象の基礎から学ぶ中国語クラスです。中国茶の茶具、茶葉の色、香り、味など五感で文化を楽しみながネイティブ中国語を学びたい方、わかりやすく、やさしく指導します。

第2・4(木) 13:30〜15:00 月額8,030円(税込)

体験 3/12(木)、3/26(木) 13:30〜 体験料 3,630円(税込) コピー代

NEW 楽しいヴァイオリン

【4歳〜大人】

講師 西田 Michiko ヴァイオリン講師

と一緒に楽しくヴァイオリンを始めませんか。お子様、親御さん、高齢者の方にも喜ばれています。ヴァイオリンは習えば初めから良い音で弾けます!

3ヶ月10回 37,310円(税込)

体験 3/18(水)、3/25(水) ※時間はお問合せ下さい 体験料 2,200円 体験時楽器レンタル無料

NEW はじめてのベリーダンス

講師 SAKI "Hearing"サイイ インストラクター

お腹を出さなくて大丈夫です!アラブの音楽を聞きながら楽しく体を動かしましょう。初めての方対象です。

1・3(火) 19:30〜20:30 月額5,544円(税込)

随時体験可 体験料 1,100円

大人のバレエレッスン

講師 小林 綾美 バレエ講師

憧れのバレエを、今からでも。バレエが初めての方や基礎から学びなおしたい大人の方のための、やさしいクラスです。

第2・4(水) 17:00〜18:30 月額5,984円(税込)

随時体験可 体験料 2,585円

〜更年期以降の不調をセルフケア〜 50歳からのヨガ

講師 高橋 織恵 イントゥーガ インストラクター

肩こり・疲労感・イライラ・不眠・尿トラブル...そんなお悩みを取り除き、人生後半をもっと楽しく快適に!

第1・3(木) 13:00〜14:15 第2・4(木) 13:00〜14:15 月額5,654円(税込)

随時体験可 体験料 2,420円

おすすめこども講座

笑顔はじける!チアダンス

講師 後藤 マナミ 元読売巨人軍チアダンサー

素敵な笑顔でみんなを元気にしちゃう!感情表現が豊かなり協調性を兼ね備えます。人を励まし感謝する気持ちを育てます。

①リトル(年中) ②ジュニア(小3〜) ③シニア(小5〜) (金)16:00〜16:50 (金)17:00〜18:00 (金)18:05〜19:15 (月)16:30〜17:20 (月)17:30〜18:30 月額8,294円(税込) 月額7,854円(税込) 月額7,854円(税込)

随時体験可 体験料 ①1,540円 ②1,760円 ③1,870円

キッズHIP HOP DANCE

講師 RUI ダンスインストラクター

初めてでも大歓迎!みんなで楽しみなからスキルアップできるように頑張らしましょう!

①入門【年中〜小2】 (火)16:30〜17:20 月額8,074円(税込) ②ステップアップ【小3〜小6】 (火)17:30〜18:30 月額8,294円(税込)

随時体験可 体験料 ①1,815円 ②1,870円

キッズハワイアンフラ

講師 澤澤 ひとみ Halau Na Keapua Mālie主宰 【年少〜小6】

笑顔が弾けるお教室で、思いやり協調性アロハの心を育てます。とても楽しいお稽古事です。

第1・2・3(土) 12:15〜13:10 月額5,335円(税込)

随時体験可 体験料 1,507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

講師 諸澤 美加 ボーカル・ピアノ講師 【小1〜中3】

正しい発声をもつて、音楽を楽しむレッスンです。ボストレーニングから一曲仕上げるまで、ピアノ、カラオケを使ってレッスンします。流行の歌を上手に歌いましょう!

第2・4(木) 17:00〜18:30 月額4,950円(税込) 教材費 月額200円

随時体験可 体験料 2,090円

クラシックギターレッスン

講師 田口 美和子 ギタリスト 【5歳〜】

クラシックギター専門のクラスです。ギターの魅力をお楽しみ下さい。

第1・3(木) 16:00〜20:55 (1回45分) 月額10,780円(税込)

随時体験可 ※時間はお問い合わせ下さい 体験料 2,200円

①月曜のピアノ ②火曜のピアノ

講師 内海 久恵 ピアノ講師 【3歳〜】

就学前のお子様からシニアの方まで、生徒様にあった楽しいレッスンを約束します。

①(月) 15:00〜21:00(1回30分) ②(火) 15:00〜21:00(1回30分) 3ヶ月10回 34,100円(税込)

随時体験可 ※時間はお問い合わせ下さい 体験料 2,200円

楽しい!おもしろい! こどもアート教室

講師 森高 光広 東京東大大学通信教育課程 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

随時体験可 体験料 2,695円 教材費 1,000円

子ども絵画教室

講師 船木 大輔 美術家 【7歳〜】

どうしたらもっと絵が上手になるんだろう。そんな魔法の使い方を教えます。絵が上手になり、いろいろなことを学べます。

第1・3(月) 17:00〜19:00 月額6,160円(税込) 教材費 月額700円

随時体験可 体験料 2,695円 教材費 350円

将棋教室

講師 齋藤 久男 日本将棋連盟普及指導員 【年長〜】

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

①入門 ②レベルアップ 第1・3(水) 16:15〜17:45 第1・3(土) 15:00〜17:00 第1・3(日) 13:00〜14:30 第1・3(水) 18:00〜20:00 月額4,510円(税込) 月額4,950円(税込)

随時体験可 体験料 ①1,870円 ②2,090円

子ども空手(昇級審査あり)

講師 吉永一俊・土井 洋彦 公益社団法人日本空手協会 公認講師

強い心と身体づくりを通して子供の健全な成長を図り、礼儀と正しい挨拶ができるように指導します。

【初級】 (土) 15:00〜16:00 (中上級) (土) 16:00〜17:00 月額8,514円(税込)

随時体験可 体験料 1,925円

キッズ・テコンドー

講師 金 容里 世界テコンドー連盟公認6段国際級・審判

体力練習や柔軟、ミット打ちなど楽しみながら運動できる内容です。韓国語での挨拶や礼儀も学びます。

第1・2・3(土) 10:00〜11:00 月額6,160円(税込)

随時体験可 体験料 1,782円

キッズカンフー〜少林武術〜

講師 再田 昌弘 全日本少林寺気功協会所属指導員 【小学生〜】

1,500年の歴史あるカンフー。総本山の型を取り入れた世界ブランドの少林伝統武功をベースに基本練習を行います。心身を鍛えながら、カンフーに必要な筋力、体力を養い、心も強く、集中力や気力も養います。

第1・3(日) 13:00〜14:00 月額5,434円(税込)

随時体験可 体験料 2,310円

さくらのパンとお花見しよう! さくらあんぱん

講師 先家 浩子 日々のパン講師

春が近づくと、なんだかワクワク!さくらの形がかわいいあんぱんを持ってお花見はいいですが?日々のパン、かわいいお花の形のパンも簡単に作れます!

1回目 3/29(日) 10:30〜12:00 受講料 2,000円(税込) (兄弟児受講+1,000円(税込)) 材料費 1,500円(税込) (兄弟児受講+1,500円(税込))

春休みかけっこ教室

講師 田中 栄吉 NPO法人日本キッズスポーツ協会 会員 【新小学生〜】

かけっこに大切なスタートダッシュ。誰もが得意になれるポイントがあります。これを伝授いたします!

1回目 3/30(月) 10:15〜11:15 受講料 2,530円(税込) 保険料 110円 (入会金不要)

春休み鉄棒教室

講師 田中 栄吉 NPO法人日本キッズスポーツ協会 会員 【新小学生〜】

逆上がりが出るコツと、上達するための練習方法を伝えます。

1回目 3/30(月) 11:25〜12:25 受講料 2,530円(税込) 保険料 110円 (入会金不要)

ペットの肉球べったんで作る 肉球ハンコアート

講師 浅沼 希望 肉球アート部副部長 獣医師

大好きなペットの肉球をそのままだ「べったん」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!

1回目 3/22(日) 13:30〜15:00 受講料 2,970円(税込) 材料費 2,000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!

1回目 3/6(金)、6/5(金) 10:15〜13:15 受講料 2,750円(税込) 材料費 1,500円(税込) (入会金不要)

お家で打てる本格手打ち蕎麦

講師 蕎麦がき 悦ちゃん 全蕎麦5段位、江戸ソバイェルック

蕎麦はGI値の低い健康食品。身近にある道具を使って本格的な蕎麦を打ってみませんか。蕎麦のアレンジレシピもお教えします。

1回目 4/12(日) 5/10(日) 10:30〜13:00 受講料 2,750円(税込) 材料費 1,800円(税込) (入会金不要)

しあわせ気分になれる コラーージュワーク

講師 丁野 雪子 ハッピーライフコーチ

好きな写真やシー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」が生まれることができます。そのヒントの心理教育も紹介します。

1回目 5/10(日) 13:30〜15:30 受講料 3,300円(税込) 材料費 200円(税込) (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

パーソナルカラー診断士と福祉ネイルの2種類が1セットの資格です。パーソナルカラー診断士は、個々の持つ肌色に似合う色を選ぶことが出来る診断士を目指します。福祉ネイルは、高齢者の方にマニキュアを施すための技法や対応法など幅広く学びます。単体としても活用できる個人開業、高齢者施設で活躍したい方にオススメです。

1回目 4/14(火) 13:00〜16:00 受講料 15,000円(税込) 教材費 18,000円(税込/認定料込) (入会金不要)

JFA認定資格講座 パーソナルカラー診断

講師 あい マスターパーソナルデザインアドバイザー

「私を素敵に見せる色ってどんな色?」と分からなくて、いつもモヤモヤとばかりの方にオススメです。講座です。

1回目 3/24(火)、4/24(金) 10:30〜13:00(1回30分) 受講料 5,500円(税込)

JFA認定資格講座 介護ビューティーセラピスト

講師 菊地 幸子 JFA認定講師

ドライヘッドマッサーとハンドマッサー、2つの技術が1日で学べる資格講座です。座位で行う主要な中心に学びますが、寝た姿勢でも対応できるよう丁寧に指導いたします。介護や医療の現場はもちろん、サロンメニューの追加や個人開業など、幅広い分野で活用可能です。進出し、磨き、技術を身につけた方へのための講座です。

1回目 5/12(火) 13:00〜16:00 受講料 15,000円(税込) 教材費 18,000円(税込/認定料込) (入会金不要)

JFA認定資格講座 発達支援教育士認定講座

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資格です。

1回目 6/9(火) 13:00〜16:00 受講料 11,000円(税込) 教材費 11,000円(税込/認定料込) (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)<br>(税込・運営費込)                               |
|------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------|
| 大人のためのディスコダンス                      | Chinami              | 5,214円                                               |
| レッツエンターテイメント!!                     | Gattsu               | 7,524円                                               |
| はじめてのベリーダンス                        | SAKI                 | 5,544円                                               |
| はじめてのストリートダンス                      | RUI                  | 5,764円                                               |
| Let'sダンス・ダンス!                      | HONOKA               | 7,315円                                               |
| はじめてのバレエ入門                         | 明音                   | 5,984円                                               |
| 大人のバレエレッスン                         | 小林綾美                 | 5,984円                                               |
| いやしのフラダンス                          | 永澤ひとみ                | (金) 12:30～13:45<br>9,086円                            |
|                                    |                      | 第1・3(金) 12:30～13:45<br>5,764円                        |
|                                    |                      | 第2・4(金) 12:30～13:45<br>5,324円                        |
|                                    |                      | 第2・4(月) 12:00～13:15<br>第2・4(金) 19:30～20:45           |
| ～こども同伴可能クラス～<br>フラダンス入門・初級クラス      | 永澤ひとみ                | 7,315円                                               |
| ココロも踊るフラレッスン                       | MASUMI               | 6,424円                                               |
| 素敵なフラダンス                           | 坂本京子                 | 8,635円                                               |
| フラダンス(シニア・初心者クラス)                  | 春川範子                 | 8,866円                                               |
| フラダンス                              | HANA                 | 8,635円                                               |
| ALOHA(アロハ)ブルメリアフラ                  | 高橋美知子                | 5,324円                                               |
| タップダンス                             | Aimi                 | 9,306円                                               |
| 情熱のフラメンコ                           | 辰井浩美                 | 7,194円                                               |
| テコンドー                              | 金 容星                 | 7,150円                                               |
| 空手教室(昇級審査あり)                       | 吉永一俊<br>土井洋彦         | 8,866円                                               |
| ロシア武術システム                          | 三本木秀作                | 6,974円                                               |
| フィリピン武術エスクリマ(カリ)                   | 鈴木廣二                 | 6,424円                                               |
| フィリピン武術エスクリマ(カリ)<br>(夜クラス)         | MSD護心道<br>専任講師       | 5,874円                                               |
| アート&クラフト                           | 講 師                  | 受 講 料(月額)<br>(税込・運営費込)                               |
| 水引あそび                              | 飯塚ふみ子                | 3,960円                                               |
| 3色パステルアート                          | 池田有佳                 | 3,960円                                               |
| 羊毛フェルトで作る<br>かわいいベッたち              | 篠田恵子                 | 5,610円                                               |
| ～自然の色を楽しむ～ 押し花サロン                  | 黒川千代                 | 6,490円                                               |
| 金繕い入門                              | 白鳥由加利                | 5,060円                                               |
| ～光のアート～ ステンドグラス教室                  | 浜田人志                 | 7,590円                                               |
| 色鉛筆画&めり絵教室<br>※好きな方をお選び下さい         | 釘本 緑                 | 第2・4(月) 13:00～15:00<br>6,490円                        |
|                                    |                      | 第1・3(金) 10:30～12:30<br>3,795円                        |
|                                    |                      | 第1(金) 13:00～15:00                                    |
| 大人の絵画教室<br>(アクリル・水彩・パステル画)         | 福岡 均                 | 7,590円                                               |
| くどうさとし透明水彩教室                       | くどうさとし               | 4,620円                                               |
| 色鉛筆とパンパステル画教室                      | 高田達也                 | 6,490円                                               |
| ～紙の芸術～ ペーパークイリング                   | 山崎訓世                 | 4,070円                                               |
| 仏像彫刻(初級)                           | 小倉正道                 | 5,830円                                               |
| スクラップブックング(アルバム作り)                 | 平田昌美                 | 3,520円                                               |
| くらしを彩るトールペイント                      | 高辻由利子                | 6,490円                                               |
| ゲヴェルツデコ                            | 海法安紀子                | 4,070円                                               |
| 美容・健康・癒し                           | 講 師                  | 受 講 料(月額)<br>(税込・運営費込)                               |
| NEW ～座って楽しく喉トレ・脳トレ～<br>健康声ヨガ       | 渡邊昌実                 | 第1・3(火) 10:30～11:30<br>6,314円                        |
| 筋膜リリースボールケア                        | 渥美香予                 | 第2・4(月) 10:00～11:30<br>5,764円                        |
| ～ボールですっきりヨガガビリー～<br>マイナス5才健康ヨガ     | 山越かおり                | 第1・3(火) 13:30～15:00<br>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<br>5,764円                        |
| キックとパンチでストレス解消!<br>ムエタイエクササイズ      | 下関崇子                 | 第2・4(金) 10:30～11:30<br>5,764円                        |
| ～更年期以降の不調をセルフケア～<br>50歳からのヨガ       | 高橋織恵                 | 第1・3(木) 13:00～14:15<br>第2・4(木) 13:00～14:15<br>5,654円 |
| 思考を休めるヨガ<br>ー男性も安心して参加できる はじめてのヨガー | 高橋織恵                 | 第2・4(土) 12:00～13:15<br>5,654円                        |
| 心と身体とのえYoga                        | Sachi                | 第1・3(木) 12:15～13:45<br>5,324円                        |
| 夜のリラックスヨガ                          | Sachi                | (金) 19:30～21:00<br>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<br>5,434円                        |
| ～しなやかに動ける体づくり～<br>はじめてのピラティス       | 木戸史奈子                | 第1・3(日) 10:30～11:45<br>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<br>5,654円                        |
| 身体目覚める!<br>コンディショニングピラティス          | 小林綾美                 | 第2・4(月) 13:00～14:00<br>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<br>8,734円                      |
| ～元気で丈夫な身体づくり～<br>健やか体操             | 田中栄吉                 | 第2・3・4(金) 14:35～15:35<br>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<br>3,454円                          |
| ～骨格から養う健康法～<br>新骨格ストレッチ体操          | CHIKAKO              | 第1・3(金) 10:00～11:30<br>5,984円                        |
| 健康促進!卓球教室                          | 八千代<br>卓球連盟<br>推薦指導員 | 第1・3(月)<br>10:00～12:00<br>13:00～15:00                |
|                                    |                      | 第2・4(火)<br>10:00～12:00<br>13:00～15:00                |
|                                    |                      | 第1・3(水) 13:00～15:00                                  |
|                                    |                      | 第2・4(水) 13:00～15:00                                  |
| 踊るフロアストレッチ<br>パー・アスティエ             | 小柴由美                 | 第1・3(水) 10:00～11:15<br>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                                  |
|                                    |                      | 第1・3(木) 10:00～11:30                                  |
|                                    |                      | 第2・4(木) 10:00～11:30                                  |
| 和太鼓のバチを使った<br>バチエクササイズ             | 中髙幸子                 | 第2・4(木) 10:15～11:15<br>7,634円                        |
| 刀やお扇子を使った<br>剣舞エクササイズ              | 中髙千翔                 | 第2・4(木) 11:30～12:30<br>7,634円                        |

| 生活文化                                      | 講 師             | 受 講 料(月額)<br>(税込・運営費込)                                            |
|-------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------|
| NEW はじめてのあみぐるみ                            | 白田和香子           | 第3(金) 10:15～12:45<br>4,620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<br>全6回<br>23,760円                               |
| 英国式紅茶の世界                                  | Mayumi          | 第4(金) 13:30～15:30<br>3,410円                                       |
| 有結流テーブル茶道                                 | 安本明美            | 第4(金) 10:10～12:10<br>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<br>4,730円                                       |
| はじめてさんのパッチワーク                             | 大倉裕美            | 第1(月) 10:15～12:15<br>4,510円                                       |
| 人形呉服店でふてぶ堂の<br>ドール和裁教室                    | わたなべけいこ         | 第3(月) 10:10～12:10<br>3,960円                                       |
| つまみ細工                                     | わたなべけいこ         | 第3(月) 13:00～15:00<br>4,510円                                       |
| ～自分メイドのお気に入り～<br>楽しい編み物教室                 | 編ミ～ゴ前田          | 第1・3(木) 10:00～12:00<br>6,490円                                     |
| 洋裁&着物リメイク教室                               | 成本信子            | 第4(金) 13:00～15:30<br>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<br>(1科目)<br>6,160円<br>(2科目)<br>6,820円         |
|                                           |                 | 第1・3(火) 10:00～12:00<br>6,490円                                     |
| 実用書&古筆(ペン・書道)                             | 瀧井喜泉            | 第1・3(水) 14:00～16:00<br>(1級)<br>14:00～16:00<br>(2級)<br>16:10～18:10 |
| 実用毛筆<br>(実用書・書道・ペン・かな書道)                  | 塚原月華            | 第1・3(水) 18:30～20:30<br>(1科目)<br>6,490円<br>(2科目)<br>8,690円         |
| お勤め帰りの実用毛筆<br>(実用書・書道・ペン・かな書道)            | 塚原月華            | 第3(火) 10:30～12:00<br>3,520円                                       |
| 永田紗戀の花咲く書道®                               | 井上伴子            | 第1(月) 13:00～15:00<br>3,960円                                       |
| ～暮らしで楽しむ日本文化～<br>池坊いけばなアート                | 阿部順華            | 第2(日) 10:30～12:30<br>4,070円                                       |
| ～花を楽しむ～ フラワーデザイン                          | 山崎エミ            | 第4(水) 10:10～12:10<br>4,070円                                       |
| フランスの花あしらひ<br>COCOフローラル                   | 山田明子            | 第3(土) 15:30～17:30<br>3,520円                                       |
| アーティフィシャルフラワー入門                           | 大宮雅子            | 第2・4(水) 10:10～12:10<br>全12回<br>29,568円                            |
| ～きものdeキレイ～<br>着付け教室(全12回)                 | 三室千代子           | (水) 15:00～20:00<br>(1回30分)<br>3ヶ月10回<br>37,310円                   |
| 音 楽                                       | 講 師             | 受 講 料(月額)<br>(税込・運営費込)                                            |
| NEW 楽しいヴァイオリン                             | 西田Michiko       | 第2・4(木) 10:15～11:15<br>初級<br>10:15～11:15<br>入門<br>11:30～12:30     |
| ～はじめてでも安心～<br>やさしいカリンバ                    | 加藤歩美            | 第2・4(月) 13:00～20:00<br>(1回30分)<br>第1・3(水) 13:00～18:30<br>(1回30分)  |
| 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<br>(1回30分)                                    |
| ボイストレーニング                                 | 大塚 桂            | 第2・4(木) 14:00～15:30<br>(1回30分)                                    |
| 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<br>(1回40分)                                    |
| ～楽器を始めたい方におすすめ～<br>カホンを叩こう!!              | 小滝コージ           | 第2・4(木) 12:00～13:30<br>5,280円                                     |
| ～脳トレ・筋トレ・歌で健康作り～<br>ピアノにあわせて歌う会           | 諸澤美加            | 第1・3(水) 19:25～20:55<br>6,490円                                     |
| ゴスペルを歌おう                                  | 大塚 桂            | 第1・3(火) 10:30～13:30<br>(1回30分)                                    |
| 中高年から始める「らくらくピアノ」®                        | 田邊ちくさ           | 第1・3(水) 13:00～14:30<br>6,380円                                     |
| シニアピアノ/グルーブレッスン                           | 小島雅美            | 第1・3(火) 10:00～13:00<br>(1回30分)                                    |
| 60歳からのシニアピアノ                              | 小島雅美            | 第2・4(木) 14:00～15:30<br>(1回30分)                                    |
| 個人ボーカルレッスン&<br>ピアノレッスン                    | 諸澤美加            | (月) 15:00～21:00<br>(1回30分)<br>(火) 15:00～21:00<br>(1回30分)          |
| 月曜のピアノ                                    | 内海久恵            | 第2・4(金) 10:00～14:00<br>(1回30分)                                    |
| 火曜のピアノ                                    | 内海久恵            | 第2・4(土) 13:00～17:00<br>(1回30分)                                    |
| ピアノレッスン                                   | 戸田淳子            | 10:15～17:30<br>(1回45分)<br>10:15～17:30<br>(1回30分)                  |
| 休日のピアノレッスン                                | 澤田寛子            | 第1・3(木) 15:00～21:00<br>(1回30分)                                    |
| 大人のためのジャズピアノ入門                            | 橋本正也            | 第1・3(火) 15:00～21:00<br>(1回30分)                                    |
| 楽しい鍵盤ハーモニカ                                | 橋本正也            | 第1・3(日) 10:15～16:00<br>(1回45分)                                    |
| 楽しいサクソ教室                                  | 常世田美里           | 第1・3(木) 10:30～11:40<br>6,820円                                     |
| 楽しいオカリナレッスン                               | 酒井清志            | 第2・4(金) 10:30～12:00<br>7,590円                                     |
| 音楽の喜びマンドリン                                | 田村恵子            | 13:00～14:30<br>15:00～16:30                                        |
| ギター&ウクレレアンサンブル                            | 鯉淵大輔            | 第2・4(水) 16:40～20:40<br>(1回30分)                                    |
| さわってみよう・弾いてみよう♪<br>ギター講座(入門編)             | 鯉淵大輔            | 第1・3(月) 16:30～20:40<br>(1回50分)                                    |
| エレキ・アコギ・ウクレレを楽しもう♪                        | AKKIE<br>(アッキー) | 第1・3(木) 16:00～20:55<br>(1回45分)                                    |
| クラシックギターレッスン                              | 田口美和子           | 第1・3(土) 18:00～21:00<br>(1回30分)                                    |
| 津軽三味線                                     | 北村貴徹            | (中級)<br>13:30～14:45<br>(初級)<br>15:00～16:15<br>(入門)<br>12:30～13:15 |
| 楽しい二胡                                     | 曾我部由里           | 第1・3(月) 13:30～14:45<br>6,600円                                     |
| 癒しの音色を楽しむ<br>はじめての二胡                      | 八木田真理           | 第1・3(月) 14:55～16:05<br>(1回30分)                                    |
| プライベートレッスンで<br>音色を磨く二胡                    | 八木田真理           | 第1・3(木) 13:00～15:00<br>18,810円                                    |
| 趣味教養                                      | 講 師             | 受 講 料(月額)<br>(税込・運営費込)                                            |
| NEW 看護師と笑顔で書く<br>縁デイングノート<br>～もしもじやなく今から～ | 斉藤 愛            | 第2・4(木) 13:30～15:00<br>8,030円                                     |
| NEW 中国茶から入る中国語                            | 張 佳新            | 第1・3(水) 10:30～12:00<br>8,030円                                     |
| はじめての中国語                                  | 張 佳新            | 第2(金) 13:30～15:00<br>全6回<br>20,460円                               |
| 本格テーブルマナー講座(全6回)<br>～フランス式/イギリス式～         | Mayumi          | 第2・4(火) 18:45～20:45<br>6,820円                                     |
| はじめての落語教室                                 | 瀧川鯉明            | 第2(火) 10:10～12:10<br>4,070円                                       |
| 朗読サロン                                     | 森田清香            | 第2(日) 15:20～16:20<br>3,960円                                       |
| ～占ってみませんか～<br>はじめてのタロットカード                | 銀河アステル          | 第2(日) 13:30～15:00<br>4,510円                                       |
| 易しい手相占い♪                                  | 銀河アステル          | 第1・3(水) 10:00～12:00<br>(初級)<br>10:00～12:00<br>(入門)<br>11:15～12:30 |
| 大人囲碁クラブ                                   | 宮崎祐治            | 第3(火) 10:00～12:30<br>5,060円                                       |
| 初歩からの俳句                                   | 坂本茉莉            | 第2・4(木) 13:00～14:30<br>6,380円                                     |
| パソコン基礎講座                                  | 常見敦之            | 第2・4(木) 15:00～16:30<br>5,940円                                     |
| シニアのためのパソコン教室                             | 常見敦之            | 第1・3(木) 10:00～12:30<br>6,490円                                     |
| 女性のための健康マージャン入門                           | 塚本邦博            | 第1・3(木) 13:00～15:30<br>6,490円                                     |
| 楽しい麻雀教室                                   | 塚本邦博            |                                                                   |

| こども                                    | 講 師               | 受 講 料(月額)<br>(税込・運営費込)                                                                              |
|----------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| NEW J-POPダンス                           | Rina              | 第1・2・3(土) 15:15～16:15<br>6,325円                                                                     |
| 笑顔はじける! チアダンス                          | 後藤マナミ             | (リトル) 年中～<br>16:00～16:50<br>(ジュニア) 小3～<br>17:00～18:00<br>7,854円                                     |
|                                        |                   | (シニア) 小6～<br>18:05～19:15<br>8,294円                                                                  |
|                                        |                   | (リトル) 年中～<br>16:30～17:20<br>(ジュニア) 小3～<br>17:30～18:30<br>6,974円                                     |
|                                        |                   | (ジュニア) 年中～小2<br>16:30～17:20<br>(ジュニア) 小3～<br>17:35～18:35<br>7,634円                                  |
| アイドルダンス                                | Rina              | 第2・4(水)<br>19:00～20:30<br>6,322円                                                                    |
| キッズダンス                                 | Rina              | 第1・2・3(土)<br>16:30～17:30<br>6,325円                                                                  |
|                                        |                   | NEW 第1・3(土)<br>19:00～20:30<br>6,322円                                                                |
| ～ようこそ夢の国へ～<br>Kidsテーマパークダンス            | Aimi              | (入門)<br>10:15～11:15<br>(初級)<br>11:20～12:20<br>6,985円                                                |
| キッズHIP HOP DANCE                       | RUI               | (入門) 年中～小2<br>16:30～17:20<br>(ステップアップ) 小3～小6<br>17:30～18:30<br>8,294円                               |
| K-POPダンス                               | HONOKA            | (入門)<br>13:00～14:00<br>(入門)<br>14:10～15:10<br>(ステップアップ)<br>15:20～16:50<br>4,444円                    |
| Let's ダンス・ダンス!                         | HONOKA            | (リトルクラス) 年中～小2<br>17:00～18:00<br>(ジュニアクラス) 小3～小6<br>18:10～19:10<br>7,854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<br>5,335円                                                                     |
| タップダンス                                 | Aimi              | (土) 13:30～14:30<br>9,306円                                                                           |
| こどもクラシックバレエ入門                          | 茂手木知美<br>小室紀香     | (リトル) 4歳～小2<br>16:00～17:00<br>(ジュニア) 小2～中3<br>17:15～18:45<br>8,514円                                 |
| キッズカンフー～少林武術～                          | 再田昌弘              | 第1・3(日) 13:00～14:00<br>5,434円                                                                       |
| 月曜キッズ卓球教室                              | 小島章子              | (月)<br>16:30～17:30<br>17:40～18:40<br>8,734円                                                         |
| こども空手昇級審査あり                            | 吉永一俊<br>土井洋彦      | (初級)<br>15:00～16:00<br>(中上級)<br>16:00～17:00<br>8,514円                                               |
| キッズ・テコンドー                              | 金 容星              | 第1・2・3(土) 10:00～11:00<br>6,160円                                                                     |
| そろばん教室                                 | 緑川 都              | (幼児) 4歳～<br>16:30～17:00<br>(小学生)<br>17:15～18:15<br>4,862円                                           |
| 子どものためのプログラミング                         | 常見敦之              | (入門)<br>第2・4(木) 17:00～18:30<br>(入門)<br>第2・4(月) 17:00～18:30<br>(初級)<br>第1・3(土) 13:00～14:30<br>6,050円 |
|                                        |                   | 16:30～17:45<br>17:45～19:00<br>5,060円                                                                |
|                                        |                   | 16:30～17:45<br>17:45～19:00                                                                          |
| こどもの毛筆・硬筆                              | 東京書芸協会<br>講師      | 第1・3(火)<br>17:45～19:00<br>第1・3(木)<br>17:45～19:00<br>5,060円                                          |
| こども書道・硬筆教室                             | 坂本世和<br>AKKIEアッキー | 第1・2・3(金)<br>16:30～17:45<br>17:45～19:00<br>6,776円                                                   |
| 楽しく学ぶこども書道                             | 鬼倉暢花              | 第2・4(火)<br>16:30～17:30<br>17:40～18:40<br>4,950円                                                     |
| こども書き方教室                               | 鬼倉暢花              | 第2・4(土)<br>10:00～11:00<br>11:15～12:15<br>4,950円                                                     |
| NEW こども書道教室                            | 鬼倉暢花              | 第2・4(水)<br>16:30～17:30<br>17:40～18:40<br>4,950円                                                     |
| こども書道教室                                | 瀧井喜泉              | 第2・4(土)<br>13:00～14:00<br>14:15～15:15<br>5,610円                                                     |
| 楽しい!おもしろい!<br>こどもアート教室                 | 森高光広              | 第2・4(土) 13:30～15:00<br>6,160円                                                                       |
| 子ども絵画・造形教室                             | 船木大輔              | 第2・4(金) 16:30～18:30<br>6,160円                                                                       |
| 子ども絵画教室                                | 船木大輔              | 第1・3(月) 17:00～19:00<br>6,160円                                                                       |
| キッズアート教室                               | イチロー              | 第1・3(土) 10:30～12:00<br>6,160円                                                                       |
| 将棋教室                                   | 齋藤久男              | 第1・3(水)<br>(入門)<br>16:15～17:45<br>(入門)<br>13:00～14:30<br>(レベルアップ)<br>15:00～17:00<br>4,950円          |
|                                        |                   | 第1・3(水)<br>(レベルアップ)<br>18:00～20:00                                                                  |
|                                        |                   | 3ヶ月10回<br>34,100円                                                                                   |
| 月曜のピアノ                                 | 内海久恵              | (月)<br>15:00～21:00<br>(1回30分)                                                                       |
| 火曜のピアノ                                 | 内海久恵              | (火)<br>15:00～21:00<br>(1回30分)                                                                       |
| ピアノレッスン                                | 戸田淳子              | 第2・4(土) 13:00～17:00<br>(1回30分)                                                                      |
| 休日のピアノレッスン                             | 澤田寛子              | 第1・3(日) 10:15～17:30<br>7,370円                                                                       |
| NEW 楽しいヴァイオリン                          | 西田Michiko         | 第1・3(日) 15:00～20:00<br>(1回30分)                                                                      |
| クラシックギターレッスン                           | 田口美和子             | (水) 15:00～20:00<br>(1回30分)                                                                          |
| さわってみよう・弾いてみよう♪<br>ギター講座(入門編)          | 鯉淵大輔              | 第2・4(水) 16:40～20:40<br>(1回40分)                                                                      |
| エレキ・アコギ・ウクレレを<br>楽しもう♪                 | 鯉淵大輔              | 第1・3(月) 16:30～20:40<br>(1回50分)                                                                      |
| ～アニソンからJ-POP、ボカロまで～<br>キッズボーカルグルーブレッスン | 諸澤美加              | 第2・4(木) 17:00～18:30<br>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<br>(1回40分)                                                                      |
| ～楽器を始めたい方におすすめ～<br>カホンを叩こう!!           | 小滝コージ             | 第1・3(火) 12:45～20:30<br>(1回40分)                                                                      |
| ボイストレーニング                              | 大塚 桂              | 第2・4(月) 13:00～20:00<br>(1回30分)<br>第1・3(水) 13:00～18:30<br>(1回30分)                                    |