



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 シニア HIP HOP

講師 SUZU ダンス講師

今からでも遅くない!かつてよく踊っていたシニアのための超初心者レッスンです。ストレッチやリズムトレーニングから始め、ゆっくりとしたベースで進むので、運動が久しぶりの方も安心です。

月2回(月)11:00〜12:00
月額5,214円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円

NEW 印象スタイルで楽しむ季節のラッピング

講師 佐藤真美 ギフトグラナー
アート&ラッピング主宰

「上品×感謝」「かわい×応援」など、贈り物の印象をテーマにしたオリジナルのスタイルで、季節に合わせたラッピングを楽しみましょう。ラッピング方法のほか、印象や気持ちに合わせた色や素材などの選び方を学びます。

第4(木)10:30〜12:00
月額2,970円(税込) 体験料 1回每2,200円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円 教材費 2,200円

金継ぎ教室

講師 松沢卓生 松沢漆工房

割れたり欠けたりしてしまったりお気に入りの器を金継ぎで直しましょう。若手県産の本漆を使った本格的な金継ぎの技法を学びます。楽しみながら漆の魅力も知っていきましょう。

第1・3(金)10:30〜12:30
第1・3(日)10:30〜12:30 月額9,570円(税込)
教材費 初回5,000円(税込)/以降1回毎1,000円(税込)

整理収納アドバイザー2級認定講座

講師 金田玲子 整理収納コンサルティング代表
整理収納アドバイザー認定講師

明日から誰でもすぐ活かせる整理収納の基礎から応用まで、具体的方法・手順・コツ・習慣・意識を学びます。実例も多く、片付けが苦手な方から仕事に活かしたい方までどなたにもわかりやすい講座です。

9/28(日)・10/13(月・祝)12/28(日)・1/25(日)
10:30〜17:30(休憩含む) 入会金不要
受講料 17,600円(税込) 教材費 7,100円(税込) 予約: 各日2日前

ハンドトリートメント検定講座

講師 高山純子 JAA日本アロマコーディネーター協会
JAA・JASTトップインストラクター 全2回

ご家族の健康管理や、医療・介護などの仕事にプラスできる、確かな技術が身に付きます。さらに復習・再確認したい方のためのブラッシュアップ講座も。

2回 [A]9/7・9/28(いずれも日) [B]12/7・12/28(いずれも日)
10:15〜14:15(休憩含む) 入会金不要
受講料 全2回16,500円(税込) 教材費 18,260円(税込/認定料込)

ブラッシュアップ講座 【検定修了生対象】 入会金不要
1回 9/7・12/7(いずれも日)15:00〜17:00 予約: 各日5日前
受講料 5,500円(税込) 教材費 1,650円(税込)

NEW セルフ耳つぼジュエリー3級講座

講師 小原絵里香 耳つぼジュエリーセッター1級
一般社団法人国際リラクゼーション協会

おしゃべりと美容・健康のサポートが同時にできる今話題の「耳つぼジュエリー」。耳のコリをほぐしながらご自身のお悩みに合ったベストなツボを見つけましょう。ツボの場所や効能、ジュエリーの扱い方など丁寧にレッスンします。

1回 9/9・11/11・1/13(いずれも火)11:00〜13:00 入会金不要
受講料 5,500円(税込) 教材費 6,000円(税込/修了証込) 予約: 各日7日前

NEW 金曜のヴァイオリン 【年長〜大人】

講師 米倉久美 ヴァイオリン講師 昭和音楽大学音楽学部

繊細で美しい音色が魅力のヴァイオリン。個人レッスンなので講師と相談しながら自分のペースで曲に挑戦でき、楽器に触れるのが初めての方でも安心して始められるよう基礎から丁寧に指導します。

第2・4(金)10:15〜19:30(1回45分) 月額9,570円(税込)

随時体験可 体験料 4,400円 ※体験当日のみ楽器レンタル可

NEW 土曜のボーカルレッスン 【年長〜大人】

講師 小綿真理子 シンガーソングライター
昭和音楽大学アートマネジメントコース卒

発声練習がしたい、上手に歌えるようになりたい...など、目的や、歌いたい曲の要望にお応えしながら、ジャンルを問わずご指導致します。

第1(土)14:30〜17:00(1回30分) 月額4,070円(税込)

随時体験可 体験料 3,300円

NEW 楽しくカラオケ／基礎からのボイストレーニング

講師 吉田紀子 のん Cheerful Music代表

いくつになっても歌を心から楽しめるように!!カラオケで上手に歌いたい!「張りのある声を出したい!」...マンツーマンレッスンなのでそれぞれのお悩みや目標に合わせて、好きな曲で楽しくレッスンします。

第1・3(火)10:30〜12:30(1回30分) 月額7,370円(税込)

随時体験可 体験料 3,300円

羊毛でつくる手紡ぎ糸

講師 厚谷彩子 染織作家イロドリ

染色した羊毛をミックスして好きな色をつくる「カーディング」ののち、伝統的な紡ぎの道具「スピンドル」を使って、ふわふわの羊毛から糸を紡ぎます。

11/23・1/25(いずれも日)10:30〜13:30 入会金不要
受講料 3,520円(税込) 教材費 3,000円(税込) 予約: 各日7日前

NEW マーブルアート

講師 秋山多賀江 アトリエcicelo マーブルアート協会マスター

ビー玉をワイヤーでホールドして作る、盛岡祭のクラフトマーブルアートを楽しみましょう。

1日講座 9/30(火)11/12(木)12/09(火)
10:30〜12:30 メロディリング ラビット Xmasペレ
受講料 1,650円(税込) 教材費 [A]3,000円(税込) [B] [C]2,800円(税込) 入会金不要 予約: 各日3日前

NEW ヒンメリサンキャッチャー 講師 米田美由紀 Bonheur

[A]八面体 [B]マカバスター [C]こべいとウスター

北欧の伝統的装飾「ヒンメリ」をモチーフに、ガラスビーズやクリスタルを使ってサンキャッチャーを作ります。

1回 [A]9/18(木) [B]10/16(木) [C]11/20(木)
10:30〜12:30 受講料 1,650円(税込) [A]2,000円(税込) [B]2,500円(税込) [C]5,500円(税込) 入会金不要 予約: 各日7日前

NEW 光のシャンデリアをつくる 【全回】 入会金不要
[C]ヒンメリサンキャッチャー全回受講生対象! 予約: 11/27(木)12/4・12/11・12/18(いずれも火)10:30〜12:30 受講料 全3回4,950円(税込) 教材費 10,000円(税込)

NEW はじめての作曲入門／コードで楽しむ即興伴奏／自由に楽しく弾き語り

講師 室岡美奈 洗足学園音楽大学音楽学部声楽科卒

【作曲入門】音楽経験がなくても大丈夫。一緒にあなたのなかにある音楽を育てていきましょう。
【即興伴奏】コードを使って自由に伴奏する力を身につけましょう。音楽の幅がぐっと広がります。
【弾き語り】弾きたい曲・歌いたい曲にチャレンジ♪一人の個性に寄り添いながら、音楽の楽しさをお伝えします。

第2・4(日)13:00〜18:00(1回30分) 月額7,370円(税込)

随時体験可 体験料 3,300円

EMズスポーツクラブ体育教室

講師 EMズスポーツクラブ講師

エアートランポリンを使って、鉄棒とつばねが、マット運動に楽しくチャレンジ!のちのスポーツにも生かせる力が身に付きます。個々のレベルや希望に合わせて指導する少人数レッスンも人気です。

第2・4(日) [2歳〜3歳(親子)]10:15〜11:00 [年少〜年長]11:15〜12:00 [年長〜小2]12:10〜13:00 [小1〜小3]14:00〜14:50 [小3〜小4]15:00〜15:50 月額5,874円(税込) 随時体験可 体験料 2,530円

少人数レッスン 【年長〜大人】 1日 第2・4(日)16:00〜16:50 入会金不要 受講料 3,960円(税込/保険料込) 予約: 前日

パーソナルカラー+骨格診断

講師 近谷樹里 イメージコンサルタント

あなたの魅力を最大限に引き出す色、服の素材やデザインを診断し、「好き」と「似合う」が両立したメイクやファッションをご提案致します。

1回 9/14・10/12・11/9・12/14(いずれも日)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 8,800円(税込) 教材費 1,100円(税込) 予約: 各日3日前

スタイリングアドバイザー 【パーソナルカラー+骨格診断受講生対象】 入会金不要 予約: 各日3日前
1回 第2(日)12:30〜13:45 受講料 6,600円(税込)

NEW 気軽に姿勢美人ストレッチ

講師 佐藤文彦 姿勢美人ストリッパトレーナー

「心地良い毎日が当たり前」の身体をストレッチで手に入れます。柔軟性を高め、血流を改善し、身体も心もリフレッシュ!

1回 9/19・10/17・11/21・12/19(いずれも金)1/16・2/2(いずれも月)15:00〜16:00 入会金不要
受講料 1,650円(税込) 予約: 各日2日前

NEW リズムシェイプエクササイズ

講師 MAI 全米3州アライアンス認定
RYT500HIT3000/1000/ジョイントストラクター 水泳指導員

気分をリフレッシュして自信も笑顔もアップ!運動が苦手な方でも無理なく続けられる内容で、音楽に合わせて体を動かしながら体幹・姿勢バランスを整える30分のオンラインレッスンです。

1回 9/1・10/6・11/3・12/1(いずれも月)10:15〜10:45 入会金不要
受講料 1,320円(税込) 予約: 各日3日前

40代からはじめるヒップホップ

講師 SAYA 専門学校・高校ダンス講師
フィットネスクラブ・ダンススクールインストラクター

若者イメージのヒップホップですが、実はミドルエイジ・シニアの方にこそあつちやゆくり基本のステップを繰り返しながら、曲に合わせて振付を楽しみましょう。

第1・3(日)13:00〜14:00
月額5,654円(税込)

随時体験可 体験料 2,420円

楽しいフラダンス

講師 澤口悦子 Piha me ka Hauoli Etsuko

ストレッチも取り入れ、太ももの筋肉を減らす、体幹を鍛えていくコツをお伝えします。美しいハワイアンミュージックに合わせて、楽しいひとときを過ごしましょう。

第1・3(水)10:30〜12:00
月額5,874円(税込)

随時体験可 体験料 2,530円

はじめての篠笛

講師 山口千壽 山口流家元

日本古来の楽器のひとつ「篠笛」。竹の香が漂うような素朴で柔らかい音で、多彩な曲を奏でます。音楽が初めての方も、馴染みある唱歌や叙情歌など、一緒に楽しみましょう。

第2(木)10:30〜12:00 月額4,510円(税込)

随時体験可 体験料 3,740円 ※体験当日のみ楽器レンタル可

NEW ロシアンメソッドピアノレッスン 【年長〜大人】

講師 藤井知子 ピアノ講師

ピアノを長いこと続けているのに上達しないや悩んでいますか?きちんとした弾き方を身につけて、美しい音色が聴こえてくるようになります。ピアノがはじめての方から経験者の方まで幅広く指導します。

第1・3(木)16:00〜20:00(1回30分) 月額9,570円(税込)

随時体験可 体験料 4,400円

美尻美腹ヨガ

講師 内田新子 YOGA Pundarika主宰 全米ヨガアライアンス認定
RYT500・インストラクター

お尻とお腹に的を絞り、ボディメイク要素の高いヨガポーズでしっかりアプローチ。同時に「美脚」も目指しながら「丸いお尻」と「スリキリお腹」に導きます。さらに筋力アップとストレッチも行い、疲れにくく燃えやすい体質に!

月3(金)10:30〜12:00 月額7,414円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円

季節の薬膳茶

講師 小笠原まどか 国際薬膳師・国際薬膳調理師

薬膳で日々の食生活を整え、季節の体調に合わせたブレンドの薬膳茶を飲みながら、薬膳の世界を日常目線で楽しくお伝えします。

9/16・10/21・11/18・12/16(いずれも日)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 1,100円(税込) 教材費 500円(税込) 予約: 各日3日前

NEW フラワーカRAFTトRESS

講師 遊生真弓 MY works主宰
ハーバリウム・フローリッシュ認定講師

9/16 フラワーポット
10/21 フラワーカップケーキ
11/18 お花のクリスマスツリー
12/16 いし飾り
1/20 コーザージュ
2/17 コーザージュ

1日 第3(月)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 1,650円(税込) 教材費 1,500円(税込) 予約: 各日5日前

カジュアル茶会

講師 吉澤こずえ 自由空間PRATERIA主宰

テーブルと椅子で気軽に過ごす茶会を楽しみましょう。ご自宅でもできる美味しいお抹茶の点て方、所作をレッスンします。

1回 9/10・10/8・11/12・12/10(いずれも水)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 1,650円(税込) 教材費 700円(税込) 予約: 各日7日前

コーヒー入門

講師 桑畑絹子 コーヒーコーディネーター

家でカフェのように美味しいコーヒーを淹れよう。ご自身で淹れる美味しいお抹茶の点て方、所作をレッスンします。

1回 9/14・10/12・11/9・12/14(いずれも日)14:00〜16:00 入会金不要
受講料 3,300円(税込) 教材費 500円(税込) 予約: 各日7日前

はじめての篠笛

講師 山口千壽 山口流家元

日本古来の楽器のひとつ「篠笛」。竹の香が漂うような素朴で柔らかい音で、多彩な曲を奏でます。音楽が初めての方も、馴染みある唱歌や叙情歌など、一緒に楽しみましょう。

第2(木)10:30〜12:00 月額4,510円(税込)

随時体験可 体験料 3,740円 ※体験当日のみ楽器レンタル可

NEW こごん刺しペンダント

講師 押切真理子 前田セツ子研究会
講師

青森の津軽地方に伝わる、素朴で暖かな幾何学模様魅力の伝統的刺し「こごん刺し」。図案の読み方から針の運びまで、基本からわかりやすくお伝えします。

1回 9/22(月)13:00〜15:00 予約: 9/19(金) 入会金不要
受講料 1,650円(税込) 教材費 1,500円(税込)

津軽こごん刺し 随時体験可
第4(月)10:30〜12:30 月額3,410円(税込) 体験料 2,400円 教材費 500円

ハーブアロマ教室

講師 中野亜希子 Hand made art shop主宰

9/15・10/20 ハーブアロマサシェ作り
11/17・12/15 ハーブアロマでフィッシュバスーム
1/19 年末まで1か月で片づけ
1/19 年末まで1か月で片づけ

1日 第3(月)10:30〜12:30 入会金不要
受講料 2,200円(税込) 教材費 1,000円(税込) 予約: 各日3日前

あっとおどろくかくし芸 玉すだれ/腹話術

講師 ミワ 音楽講師

イベントやボランティアで大活躍する腹話術や玉すだれの基本を楽しくマスターしましょう!

1回 9/30・10/28・11/25(いずれも火)12/23・1/13・2/24(いずれも土)11:15〜12:00 入会金不要
受講料 2,200円(税込) 教材費 2,000円(税込) 予約: 各日5日前

和菓子和抹茶で茶道のはなし

講師 高橋のみ子 茶道表千家地方教授

作法や稽古は難しくても興味があるという方々に、和菓子と抹茶を楽しむながら、気楽にわかりやすく茶道に関わるお話をしていきます。

2回 [A]10/15・11/19 [B]12/17・1/21(いずれも水)14:00〜15:30 入会金不要
受講料 全2回5,500円(税込) 教材費 700円(税込/1回毎) 予約: 各回初回の7日前

書道教室 【年長〜大人】

講師 (月)(金)田中道雪 (水)菅 玉秀 (土)菊池恭風
読書推進委員会
岩手県書道協会
岩手県書道協会
岩手県書道協会

年齢や個性、レベルに合わせて、毛筆から硬筆まで、基礎から丁寧に指導致します。

月3回(月)16:00〜20:00 月3回(水)16:00〜18:30 月3回(金)16:00〜19:00 月3回(土)17:30〜19:00 ※1回60〜90分 月額6,710円(税込)

随時体験可 体験料 1,980円 教材費 100円

子供絵画教室・油彩画教室・デッサン教室

講師 浅倉 伸 現代美術家
岩手芸術祭美術展現代美術部門事務局局長

一人一人の表現に寄り添い、それぞれが持つ良さを育みます。デッサン教室は高校受験にも対応可能です。

[A] [子供絵画(年長〜小6)] [B] [子供油彩(小4〜小6)]
第2・4(月)17:00〜18:15 第1・3(土)10:45〜12:00
第2・4(火)17:00〜18:15 [C] [大人油彩(中〜大人)] 月額
第1・3(土)10:45〜12:00 第2・4(火)19:00〜20:30 7,150円(税込)
第2・4(月)19:00〜20:30 月額6,490円(税込)

[D] [デッサン(小〜大)]
第1・3(土)13:00〜14:30 第2・4(木)19:00〜20:30
第2・4(月)19:00〜20:30 月額6,490円(税込)

随時体験可 体験料 [A] [B] [C]1,190円 [D]2,860円 教材費 [B] [C]1,400円程度

発酵調味料講座

講師 早川綾子 & LAB 発酵主宰
発酵プランナー・一般職東北支部長

発酵の力で日々の食卓を手軽にグレードアップ!

9/3・10/1 11/5・12/3 1/7・2/4
白味噌 発酵レモン 塩麹&玉ねぎ麹
ジューシーヨーグルト

1回 第1(水)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 1,650円(税込) 教材費 3,000円(税込) 予約: 各日7日前

ローズスイーツ(Rawsweets) 講座

講師 早川綾子 & LAB 発酵主宰 ローションコラリエ®

自然の食材の栄養を丸ごと美味しく美しくなります。

9/8・10/13 11/10・12/8 1/12・2/9
コンパチ (紅茶・チョコ) グリーンスムージー ローチョコレート

1回 第2(月)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 1,650円(税込) 教材費 3,000円(税込) 予約: 各日7日前

断捨離®入門講座

講師 ふじもとかな やまだひろこ認定
断捨離®トレーナー

9/15 断捨離®で家と身体をデトックス!
10/13 断捨離®は心と体の健康=呼吸空間
11/24 自分を大事にする住空間は断捨離®!
12/15 年末のお清めお祝い=断捨離®!
1/19 また断捨離®に合う、断捨離®で住まいの開運!
2/23 春近し。さあ断捨離®の季節です! 入会金不要
1回 第3(月)10:15〜12:15 予約: 各日2日前
受講料 3,300円(税込) 教材費 初回のみ500円(税込)

NEW カワイ体育教室

講師 カワイ体育教室専任講師

マットやとび箱、なわとびなど、基本から高度な技術まで一人一人の能力に応じて指導します。運動能力と社会性を養いながら、運動の楽しさを喜びをより一層深めることができます。

[小1〜小6]
月4回(金)17:10〜18:10 [器体操(小1〜小6)]
月3回(木)17:45〜18:45 月4回(金)18:15〜19:15 月額6,589円(税込)

随時体験可 体験料 1,925円

NEW エムズK-POPダンス

講師 EMズスポーツクラブ講師

人気のK-POP音楽に合わせて楽しく踊ろう!可愛いアイドルのような可愛くかつ、いびきダンスの基礎を身につけていきます。

[年長〜小1] 第1・3(日)13:30〜14:20 [小1〜小6] 第1・3(日)14:30〜15:30 月額
[小4〜小6] 第1・3(日)15:40〜16:40 5,874円(税込)

随時体験可 体験料 2,530円

KIDS HIP HOP 【小1〜中3】

講師 SUZU ダンス講師

基礎となる体づくりをしなが、リズム遊びなども取り入れ楽しくダンス基本のステップのほか、個々の能力やレベルに応じた振り付けで徐々にスキルアップしていきましょう!

第1・3(土)13:00〜14:30 第2・4(日)12:30〜14:30 月額5,214円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円

こんまり®流片付けセミナー

講師 田嶋みよ子 こんまり®流片づけインストラクター認定講師ときめき片づけ図代表

9/17 片付けが似合う秋
10/15 ときめき片づけ
11/19 年末まで1か月で片づけ
12/17 冬休み片付けをしよう!
1/21 新年心新たに、今年こそは片づけよう!
2/18 快適なお部屋にするために、片づけの勉強

1回 第3(水)10:30〜12:00 入会金不要
受講料 2,750円(税込) 教材費 500円(税込) 予約: 各日3日前

汚部屋卒業片づけ講座 全6回
第3(水)13:00〜14:30 全6回44,220円(税込)
教材費 1,000円(税込/1回毎)

幸せのサンキャッチャー

[A] 虹色風水サンキャッチャー [B] 開運サンキャッチャーペンダント [C] パワーストーンブレスレット

講師 森 英子 虹色風水コンシェルジュ®

好きなストーンやカラーを選び、風水とサンキャッチャーを組み合わせた運気アップアイテムを作ります。基本的な道具の使い方を説明しながら作るため、どなたでもご参加いただけるレッスンです。

1回 [A]10/19(日) [B]12/21(日) [C]2/15(日) 10:30〜12:30 入会金不要
受講料 1,650円(税込) [A] [B]2,800円(税込) [C]3,000円(税込) 教材費 予約: 各日3日前

カラーdeサンキャッチャー®講師認定講座

講師 森 英子 カラーdeサンキャッチャー®講師育成トレーナー

サンキャッチャー作りとカラーセラピーを融合させた「カラーdeサンキャッチャー」1日で講師資格が取得できることでご自身で教室を開いてみたい方にもおすすめです。

1回 9/23・11/11・1/13(いずれも火)10:30〜17:00(休憩含む) 入会金不要
受講料 28,000円(税込/教材費・認定料込) 予約: 各日7日前

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。

