

● 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・こども 120講座以上の習いごと

# JEUGIAカルチャーセンター イオンモール盛岡南

〒020-0866 岩手県盛岡市本宮7丁目1-1 イオンモール盛岡南1F TEL.019-656-4422 [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。



**温泉ソムリエ認定講座**

9/22(火・祝) 13:00 ~ 17:00

講師 CHEGA 一般社団法人日本温泉ブローブ連合会岩手県支部副支部長 東北なわとびダブルダッチスクール NEW BASE TOHOKU

ダブルダッチで得られるリズム感・運動能力・集中力・協調性などは、さまざまなスポーツやダンスにもつながる大切な土台。はじめてのお子さまも、楽しみながら基礎を身につけることができます。

[A] 年少〜中3 第1・3(日) 10:30~11:30 月額5,874円(税込)  
[B] 高1〜大人 第1・3(日) 11:30~12:30 月額6,314円(税込)

随時体験可 体験料 [A] 2,530円 [B] 7,590円

**なわとび&ダブルダッチスクール**

第1・3(日) 10:30 ~ 11:30 ~

講師 武田由梨 YURI Ballet School代表

床でのエクササイズやバレエの呼吸法を取り入れたウォームアップで柔軟性と筋力を養い、ワガノワメソッドに基づいてレッスンします。クラシックバレエの世界を楽しみましょう。

毎週(火) 13:00~14:30 月額8,294円(税込)

随時体験可 体験料 1,870円

**女性のためのやさしい麻雀**

第1・3(水) 10:30 ~ 12:30

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

心も身体も軽く! 前半はヒップホップの基本ステップでゆっくり身体を動かして、運動不足解消&ストレッチ発散! 後半はヨガストレッチで全身をじっくりほぐします。運動が苦手な方や久しぶりに身体を動かす方も大歓迎!

第4(火) 19:20~20:35 月額3,894円(税込)

随時体験可 体験料 3,080円

**ワガノワメソッドバレエレッスン**

毎週(火) 13:00 ~ 14:30

講師 金井茂幸 株式会社ソリストサポート 温泉ソムリエ協会顧問

1回の温泉旅行分の費用で温泉の資格が取れ、温泉の楽しさが10倍に! さまざまな知識を深めそれぞれの温泉地で「体と対話」しながら入浴する楽しみ方を学びましょう。リラックスしながらより楽しく! より健康に! より美しく! 体が心から温まる温泉タイムを過ごせるようになります。

1日 9/22(火・祝) 13:00~17:00 受講料 28,600円 (税込) 教材費・認定料込

[最少開講人数20名へ] 入会金不要

**ふだん着物教室**

第1・3(金) 10:15 ~ 12:15

講師 pinkのこぶた 紙バンド作家

もこもこのニットヤーンを使って、大人かわいいエレガントなショルターバッグを作りましょう。ネットに太めの糸を編みこんで作るので、初心者の方でも楽しんで制作できます。

9/9・9/30 10/14・10/28(水) 10:30~12:30 全4回10,340円(税込) 体験料 2,000円~

**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」あり! 最大 **3,000円**分の「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。

## 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

**なわとび&ダブルダッチスクール**

講師 CHEGA 一般社団法人日本温泉ブローブ連合会岩手県支部副支部長 東北なわとびダブルダッチスクール NEW BASE TOHOKU

ダブルダッチで得られるリズム感・運動能力・集中力・協調性などは、さまざまなスポーツやダンスにもつながる大切な土台。はじめてのお子さまも、楽しみながら基礎を身につけることができます。

[A] 年少〜中3 第1・3(日) 10:30~11:30 月額5,874円(税込)  
[B] 高1〜大人 第1・3(日) 11:30~12:30 月額6,314円(税込)

随時体験可 体験料 [A] 2,530円 [B] 7,590円

**ワガノワメソッドバレエレッスン**

講師 金井茂幸 株式会社ソリストサポート 温泉ソムリエ協会顧問

1回の温泉旅行分の費用で温泉の資格が取れ、温泉の楽しさが10倍に! さまざまな知識を深めそれぞれの温泉地で「体と対話」しながら入浴する楽しみ方を学びましょう。リラックスしながらより楽しく! より健康に! より美しく! 体が心から温まる温泉タイムを過ごせるようになります。

1日 9/22(火・祝) 13:00~17:00 受講料 28,600円 (税込) 教材費・認定料込

[最少開講人数20名へ] 入会金不要

**リフレッシュヒップホップ&ヨガ**

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

心も身体も軽く! 前半はヒップホップの基本ステップでゆっくり身体を動かして、運動不足解消&ストレッチ発散! 後半はヨガストレッチで全身をじっくりほぐします。運動が苦手な方や久しぶりに身体を動かす方も大歓迎!

第4(火) 19:20~20:35 月額3,894円(税込)

随時体験可 体験料 3,080円

**温泉ソムリエ認定講座**

講師 金井茂幸 株式会社ソリストサポート 温泉ソムリエ協会顧問

1回の温泉旅行分の費用で温泉の資格が取れ、温泉の楽しさが10倍に! さまざまな知識を深めそれぞれの温泉地で「体と対話」しながら入浴する楽しみ方を学びましょう。リラックスしながらより楽しく! より健康に! より美しく! 体が心から温まる温泉タイムを過ごせるようになります。

1日 9/22(火・祝) 13:00~17:00 受講料 28,600円 (税込) 教材費・認定料込

[最少開講人数20名へ] 入会金不要

**モコバッグレッスン 全4回**

講師 pinkのこぶた 紙バンド作家

もこもこのニットヤーンを使って、大人かわいいエレガントなショルターバッグを作りましょう。ネットに太めの糸を編みこんで作るので、初心者の方でも楽しんで制作できます。

9/9・9/30 10/14・10/28(水) 10:30~12:30 全4回10,340円(税込) 体験料 2,000円~

**かぎ針編み教室**

講師 廣田千夏子 編みもの講師

かぎ針編みの基本から、ゆっくり形にしていきたいと思います。「こうしたい!」というイメージを大切に、アレンジを楽しみながら作品作りができます。

第2・4(月) 10:30~12:30 月額6,270円(税込) 第2(土) 10:30~12:30 月額3,520円(税込)

随時体験可 体験料 2,750円 教材料 300円

**女性のためのやさしい麻雀**

講師 赤井耀司 盛岡競技麻雀クラブ代表

牌の名前や並べ方など、基本のルールから戦略まで、ゆっくり丁寧にレッスンします。楽しみながら無理なく麻雀を覚えていきます。

第1・3(水) 10:30~12:30 13:00~15:00 月額6,270円(税込)

随時体験可 体験料 2,750円

**はじめてのキッズ麻雀** 【小1~高校生】

講師 赤井耀司 盛岡競技麻雀クラブ代表

楽しみながら集中力や先を読む力を身に付ける頭脳ゲーム「麻雀」。マナーやコミュニケーションを大切にしながら楽しく強くなります。

第1(日) 13:30~15:30 月額3,520円(税込)

随時体験可 体験料 2,750円

**ハワイアンキルト**

講師 高橋真美 一般社団法人日本ハワイアンキルト協会公認講師

南国の花や自然をモチーフに、美しいハワイアンキルトを作ります。色鮮やかな布を重ね、基本から指導しますので、ご自分のペースで安心して取り組めます。

第1(月) 13:00~15:00 月額3,520円(税込)

随時体験可 体験料 2,750円

**365日の英会話**

講師 Etsuko 英会話講師

家庭内英会話を実践し、成功するための講師が教える、大人のための「3か月で覚える、毎日使える日常英会話」。英語はきらいではなかったけれど、会話なんて無理...と思っていた方にこそおすすめのクラスです。

月3回(月) 11:00~12:00 月額7,370円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円

**伝え方・話し方のきほん**

講師 照井 健 フリーアナウンサー 元IBCアナウンサー

「話すことが苦手」から「話すことが楽しい!」へ人前であがらず落ち着いて話すために必要な呼吸や発声法を始め、好感を持たれる話し方など、丁寧に指導します。

第1(土) 11:00~12:00 月額2,970円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円

**エアートランポリンで楽しく! エムズスポーツクラブ体育教室**

講師 エムズスポーツクラブ講師

鉄棒やびばき、マット運動に楽しくチャレンジ! 個々希望に合わせて指導する少人数レッスンが人気です。

第2・4(日) 10:15~11:00 11:15~12:00 12:10~13:00 13:10~14:00 14:10~15:00 月額5,874円(税込)

随時体験可 体験料 2,530円

**気軽にはじめる 着物教室** 11月スタート

講師 巖若まゆみ ほろいり着物教室

ふだんの装いにお着物を、お道具少なめ&なるべく補正をしない、気軽に着る着付けをお伝えしてまいります。お着物初めての方、習ったけれど挫折をしたという方、どうぞいらしてください。

第1・3(金) 10:15~12:15 月額7,370円(税込)

随時体験可 体験料 3,300円 教材費 着物レンタル料3,500円

**からだをいたわる季節の養生ごはん**

講師 たかはしゆりえ アストロ望望\*インストラクター

その季節に起きやすいトラブルをカバーしながら、簡単な・シンプル・短時間・ノンオイルの、からだをいたわるお料理を作ります。美味しくて作れる調理の方法、季節ごとの食材選びのポイントもお伝えします。

第3(月) 11:00~12:15 月額2,970円(税込) 教材費 1,000円

随時体験可 体験料 2,200円 教材費 1,000円

**オカリナ・フルート教室** 【小4~大人】

講師 内館愛子 内館ピアノ・フルート教室講師

やさしい音色が魅力のオカリナや、透明感のある美しい音色のフルートを楽しましなご。心地よい音色に癒やされながら、音楽のある豊かな優しい時間を過ごしてみませんか。

[A] オカリナ グループレッスン 第2・4(火) 16:30~17:30 月額5,390円(税込)  
[B] オカリナ・フルート 個人レッスン 第2・4(火) 17:30~20:00(30分) 月額7,370円(税込)

随時体験可 体験料 [A] 2,310円 [B] 3,300円

**ガールズヒップホップ/ヒップホップ 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

セクシーでキュートなガールズヒップホップ、クールでかっこいいヒップホップ、自由に合わせて振付を楽しみましょう。ミドルエイジシニア専用クラスもございます。

第1・3(日) 10:30~11:30 [A] ガールズ【小4~大人】  
第2・4(火) 16:30~17:30 [B] ヒップホップ【小4~大人】  
11:40~12:40 [C] 40代【40代以上】  
13:00~14:00 月額6,094円(税込)

随時体験可 体験料 2,640円

**エムズK-POPダンス**

講師 エム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! 憧れのアイドルのような可愛くかつカッコいい振付をレッスンしながら、体力やダンスの基礎を身につけます。

第1・3(日) 13:30~14:20 14:30~15:30 15:40~16:40 月額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ら、リズム遊びなども取り入れたダンス! 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) 14:30~15:30 第2・4(日) 12:30~13:30 13:30~14:30 月額5,214円(税込)

随時体験可 体験料 2,200円

## 入会金不要の1日講座・特別講座

**整理収納アドバイザー2級認定講座**

講師 金田玲子 整理収納アドバイザー認定講師 整理収納コンサルティングstyle-R代表

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でもわかりやすい講座です。

9/21(月・祝) 10/12(月・祝) 12/27(日)・1/31(日)・2/28(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

**ハンドトリートメント検定講座 全2回**

講師 福村 恵 JAA日本プロモディエーター協会インストラクター 一般/アロマ/サプリメントコンシェルジュT-tree店長

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ッシュアップ講座も。

2回 [A] 9/11・9/25(金) 10/15~13:15 [B] 11/13・11/27(金) 10:15~13:15 受講料 16,500円(税込) 教材費 19,800円(税込/認定料込) 入会金不要

**メイクで自分を好きになる~自己流から脱却!メイクレッスン**

講師 田口園子 MAKESALON ORG

9/24 あんなにカラダは何色? シミやニキビ、色の悩みは色で解決!

10/22 小顔整骨! 小顔は作れる! マスクやメイク、スキンケアを使いこなそう!

11/26 冬にぴったりのメイク! ダークカラーを使って冬のメイクで輝く!

12/24 この冬のベストメイク! 冬本番、格別にしてしまおう! 冬のお顔を輝かせよう!

2/25 ランクアップメイク! 冬に行きどき! 冬にぴったりのメイク! 冬の本番、格別にしてしまおう! 冬のお顔を輝かせよう!

第4(木) 10:30~12:00 受講料 2,200円(税込) 教材費 1,000円(税込) 入会金不要

**はじめての津軽こぎん刺し**

講師 押切真理子 前田セツこぎん研究会講師

津軽の伝統的な刺し子「津軽こぎん刺し」で季節の小物を作ってみよう。

9/28 [A] りんごの置き物 10/26 [B] ブローチorヘアゴム 11/9 [C] ジュートバッグ 12/14 [D] ペンダント 第4(月) 10:15~12:00 受講料 [会員] 1,650円(税込) [一般] 2,200円(税込) 教材費 [A] 1,200円(税込) [B] [C] 600円(税込) [D] 1,500円(税込) 入会金不要

**マーブルアート**

講師 秋山多賀江 アートEclido マーブルアート協会マイスター

ビー玉をワイヤーでホルードして作る、盛岡発祥のクラブアート「マーブル」を楽しみましょう。

9/8(火) ペンスタンド 11/10(火) ネットリース 11/26(木) Xmasソリー 12/8(火) お正月飾り 10:30~12:30 受講料 [会員] 1,650円(税込) [一般] 2,200円(税込) 教材費 3,000円(税込) 入会金不要

**エンディングノート作成講座**

講師 畑中久子 行政書士 あかし行政書士事務所

エンディングノートに実際に記入しながら、具体的に何を意識したらよいのかを整理します。ご自身だけでなく、新世代の終活にも活かすことができます。

9/26・10/24 11/28・12/26(土) 10:30~12:00 受講料 2,200円(税込) 教材費 1,000円(税込) 入会金不要

**いわてのおやつをつくる! こびる歳時記**

講師 河部 明 オラダ・ヤル代表

四季折々の行事や暮らしに寄り添いながら、郷土菓子や昔ながらのおやつを作ります。

8/25 三色おぼろ 9/29 お茶もち 10/27 栗ようかん 11/24 おだんご 12/22 善福まんじゅう 1/26 うすやき 2/23 かまやき 第4(火) 13:00~15:00 受講料 [会員] 1,650円(税込) [一般] 2,200円(税込) 教材費 700円(税込) 入会金不要

**発酵の力で美味しく・健康に! 発酵講座**

講師 早川綾子 6A8愛蔵主宰 発酵プラザ一節館東北支店長

9/2 発酵レモンジャム・ジャム 10/7 塩麹と玉ねぎ麹 11/4・12/2 寒麹 1/6 白醬油 2/3 Rawチョコレート 第1(水) 10:30~12:00 受講料 [会員] 1,650円(税込) [一般] 2,200円(税込) 教材費 3,000円(税込) 入会金不要

**もりおかコーヒーレッスン**

講師 桑畑絹子 コーヒーコーディネーター

家でもカフェのように美味しくコーヒーを楽しみましょう! 基礎知識のほか、ペーパードリップの実演など、分りやすいビギナー向けレッスンです。

9/25・10/23 11/27・12/25・1/22・2/26(金) 11:00~13:00 受講料 [会員] 3,300円(税込) [一般] 3,630円(税込) 教材費 500円(税込) 入会金不要

**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。実際にお店を回りながらコーディネートしていただくプランも人気です。

9/13・10/11・11/8 12/13・1/10・2/14(日) 10:30~12:00 受講料 8,800円(税込) 教材費 1,100円(税込) 入会金不要

**気軽に姿勢美人ストレッチ**

講師 佐藤文彦 姿勢美人ストレッチトレーナー

「心地良い毎日」が当たり前に! 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!

9/18・10/16・11/20・12/18 1/15・2/19(金) 15:00~16:00 受講料 1,650円(税込) 入会金不要

**美しいお辞儀・姿勢・歩き方**

講師 内田新子 金米ヨガアライアンスRYT500ヨガインストラクター YOGA pundarika主宰 盛岡市社会教育関係団体YOGA Santosha専任講師

元ホテルフロントワークのヨガインストラクターが、独自のメソッドで人の心に残る美しいお辞儀に導きます。面接を控えている方や接客業に従事する方へ、自信をもってお辞儀ができるようになります。

9/12・10/10・11/14 12/12・1/9・2/13(土) 10:30~12:30 受講料 5,500円(税込) 入会金不要

**己書くのいち道場**

講師 服部耶恵子 一般社団法人日本己書道場公認道場師範

己書は、筆でアート的な書を心のままに描く講座です。どんなに字や絵が苦手でも、誰でも描けるようになります。笑顔あふれる心が整います。一緒に楽しい時間を過ごしましょう!

9/6・10/4・11/1・12/6 1/10・2/7(日) 14:00~15:30 受講料 2,200円(税込) 教材費 初回のみ貸し出し 入会金不要

**笑い文字 ありがとう講座**

講師 金崎結子 一般社団法人 笑い文字普及協会上級トレーナー

涙す人も、もったいなくも笑顔になる「笑い文字」。感謝の気持ちを込めて「ありがとう」を書いてみましょう。

9/22・10/27 1/26・2/23(火) 10:30~12:30 受講料 2,750円(税込) 教材費 1,870円(税込) 入会金不要

**望診食養生講座**

講師 たかはしゆりえ アストロ望望\*インストラクター

お顔のシミやシブ、顔色などから今の体調を読み解く。東洋医学の「望診法」。季節の養生になるお茶とお菓子をいただくながら、楽しくお顔を見ていきます。巡りをよくする体操と、おうちでできる食養生の仕方もお伝えします。

9/10・10/8・11/12 12/10・1/14・2/4(木) 11:00~12:15 受講料 2,200円(税込) 教材費 800円(税込) 入会金不要

**金継ぎ教室**

講師 松沢卓生 松沢工房

割れたり欠けたりしてしまったお気に入りの器を金継ぎで直しましょう。岩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) 第2・4(水) 14:30~15:30 月額5,390円(税込)

随時体験可 体験料 2,310円

**クラシックバレエレッスン**

講師 久慈恵里奈 電石ダンススタジオ講師 BESJマッドビラダンスインストラクター

バレエレッスンとセンターレッスンを基礎から楽しくレッスン! 簡単な振り付けも覚えて、曲に合わせて踊る楽しさを味わいましょう!

[A] 大人 毎週(水) 12:45~14:15 月額8,294円(税込) [B] 小5~大人 第1・3(土) 12:30~14:00 14:30~16:00 月額4,994円(税込)

随時体験可 体験料 [A] 1,870円 [B] 2,090円

**タップダンス**

講師 [A] 佐々木 浩 タップダンスインストラクター [B] 石川佳奈子 DENタップダンススタジオ

タップシューズで刻むリズムの世界。基礎からレッスンすることで初心者大歓迎! 音楽に合わせて楽しく踊りましょう。

[A] 小1~大人 毎週(水) 11:15~12:15 [B] 大人 第1・3(土) 12:30~13:30 月額7,854円(税込) 第6,534円(税込)

随時体験可 体験料 [A] 1,760円 [B] 2,860円

| アート&クラフト                                  |              |                                                                          | 受講料(月額)                                    |
|-------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 講 師                                       |              |                                                                          | (税込・運営費込)                                  |
| デッサン教室                                    | 浅倉 伸         | 第1・3(土) 13:00～14:30                                                      | 6,490円                                     |
|                                           |              | 第2・4(月) 19:00～20:30                                                      |                                            |
|                                           |              | 第2・4(木) 19:00～20:30                                                      |                                            |
| 油彩画教室                                     | 浅倉 伸         | 第2・4(木) 19:00～20:30                                                      | 7,150円                                     |
| 透明水彩スケッチ                                  | 狩野直子         | 第4(日) 10:30～13:00                                                        | 4,620円                                     |
| 日曜のデッサン教室                                 | 狩野直子         | 第4(日) 13:30～16:00                                                        | 4,620円                                     |
| やさしい布絵                                    | 三達屋珂悦        | 第2(火) 10:30～12:30                                                        | 3,300円                                     |
| 革工房・レザークラフト                               | 小林京子         | 11:00～13:00                                                              | 7,040円                                     |
|                                           |              | 第1・3(木) 13:30～15:30                                                      |                                            |
|                                           |              | 第2・4(土)13:30～15:30                                                       |                                            |
| 道具貸出のレザークラフト                              | 小林京子         | 第1・3(木) 13:30～15:30                                                      | 3ヶ月/全6回<br>21,120円                         |
|                                           |              | 第2・4(土) 13:30～15:30                                                      |                                            |
| 金継ぎ教室                                     | 松沢卓生         | 第1・3(金) 10:30～12:30                                                      | 9,570円                                     |
| 趣味教養                                      |              |                                                                          | 受講料(月額)                                    |
| 講 師                                       |              |                                                                          | (税込・運営費込)                                  |
| 話し方グループレッスン                               | 照井 健         | 第4(木) 19:00～20:30                                                        | 3,410円                                     |
| NEW 伝え方・話し方のきほん                           | 照井 健         | 第1(土) 11:00～12:00                                                        | 2,970円                                     |
| 入会金不要                                     |              |                                                                          |                                            |
| 話し方プライベートレッスン                             | 照井 健         | 日時はお相談下さい<br>(1回60分)                                                     | 全1回<br>5,500円                              |
| NEW 365日の英会話                              | Etsuko       | 月3回(月) 11:00～12:00                                                       | 7,370円                                     |
| NEW 女性のためのやさしい麻雀                          | 赤井耀司         | 第1・3(水) 10:30～12:30                                                      | 6,270円                                     |
| 新仏教講座『大円成』                                | 大松博典         | 第4(水) 10:30～12:00                                                        | 2,860円                                     |
| アーユルヴェーダ理論基礎講座                            | 藤井知子         | 第1・3(木) 14:00～15:30                                                      | 3ヶ月/全5回<br>16,060円                         |
| NEW LOVE&HAPPINESS KENJI MIYAZAWA's STORY | 澤口たまみ        | 第1(月) 18:30～20:00                                                        | 3,520円                                     |
| 初心者のためのゼロから始める写真講座                        | 黒坂一弘         | 第4(金) 12:30～16:30<br>(1回60分)                                             | 3ヶ月/全3回<br>13,860円                         |
| ゼロから始める写真講座修了生向けちょっと踏み込む写真講座              | 黒坂一弘         | 第4(金) 12:30～16:30<br>(1回60分)                                             | 3ヶ月/全3回<br>18,810円                         |
| 資格取得                                      |              |                                                                          | 受講料(月額)                                    |
| 講 師                                       |              |                                                                          | (税込・運営費込)                                  |
| マナコフラワーアカデミーライセンスコース                      | 安倍一子<br>鎌田真理 | 第4(木) 13:00～15:00                                                        | 3,960円                                     |
|                                           |              | 第3(日) 14:00～16:00                                                        |                                            |
| 入会金不要                                     |              |                                                                          |                                            |
| NEW 温泉ソムリエ認定講座                            | 金井茂幸         | 9/22(火・祝)<br>13:00～17:00                                                 | 28,600円<br>(教材費・認定料込)                      |
| 入会金不要                                     |              |                                                                          |                                            |
| 1DAY講座 整理収納アドバイザー2級認定講座                   | 金田玲子         | 9/21(月・祝)・10/12(月・祝)<br>12/27(日)・1/31(日)<br>2/28(日)<br>10:30～17:30(休憩含む) | 全1回<br>17,600円<br>教材費<br>7,100円            |
| 入会金不要                                     |              |                                                                          |                                            |
| 1DAY講座 生前整理アドバイザー2級資格講座                   | 佐藤さちよ        | 10/6・1/5(火)<br>10:30～16:30(休憩含む)                                         | 全1回<br>9,900円<br>教材費<br>11,550円            |
| 入会金不要                                     |              |                                                                          |                                            |
| ハンドトリートメント検定講座                            | 福村 恵         | [A] 9/11(金)・9/25(金)<br>10:15～13:15                                       | 全2回<br>16,500円<br>教材費<br>19,800円<br>(認定料込) |
|                                           |              | [B] 11/13(金)・11/27(金)<br>10:15～13:15                                     |                                            |
| 入会金不要                                     |              |                                                                          |                                            |
| 1DAY講座 セルフ耳つぼジュエリー3級講座                    | 小原絵里香        | 9/10(木)・11/12(木)<br>1/28(木)<br>11:00～13:00                               | 全1回<br>5,500円<br>教材費<br>6,000円<br>(修了証込)   |
| 生活文化                                      |              |                                                                          | 受講料(月額)                                    |
| 講 師                                       |              |                                                                          | (税込・運営費込)                                  |
| かきかた塾                                     | 田中遊雪         | 月3回(月) 16:00～20:00                                                       | 90分<br>6,710円                              |
|                                           |              | 月3回(金) 16:00～19:00                                                       |                                            |
|                                           |              | 月2回(金) 14:00～15:30                                                       |                                            |
| 大人の書道                                     | 菅 玉秀         | 月3回(水) 16:00～18:30                                                       | 90分<br>6,710円                              |
|                                           |              | 第1・3(木) 10:15～12:30                                                      | 90分<br>4,730円                              |
| たのしみま書!                                   | 菊池苔風         | 月3回(土) 17:00～18:30                                                       | 6,710円                                     |
| ペン習字                                      | 菊池智泉         | 第2・4(金) 10:15～12:00                                                      | 5,390円                                     |
| カリグラフィー                                   | 長谷川みち        | 第2(金) 10:15～11:45                                                        | 4,290円                                     |
| 草月流いけばな                                   | 西山紅順         | 第1・3(木) 18:00～20:30                                                      | 5,390円                                     |
| 池坊いけばな                                    | 千葉浩華         | 第1・3(金) 19:00～20:30                                                      | 5,390円                                     |
| ガーデニング<br>(3～6月/9～11月)                    | 吉川三枝子        | 第4(水) 10:30～12:00                                                        | 4,070円                                     |
| フラワーデザイン花暦                                | 目時泰子         | 月2回(水) 13:30～15:30                                                       | 6,050円                                     |
| 暮らしを楽しむ花遊び                                | 安倍一子<br>鎌田真理 | 第4(木) 13:00～15:00                                                        | 3,960円                                     |
|                                           |              | 第3(日) 14:00～16:00                                                        |                                            |
| [全2回] 和菓子と抹茶で茶道のはなし                       | 高橋るみ子        | 第3(水) 14:00～15:30                                                        | 2ヶ月/全2回<br>5,500円                          |
| NEW [全3回] 茶の湯はじめて                         | 高橋るみ子        | 第4(土) 10:30～12:00                                                        | 3ヶ月/全3回<br>7,260円                          |
| NEW からだをいたわる季節の養生ごはん                      | たかはしゆりえ      | 第3(月) 11:00～12:15                                                        | 2,970円                                     |
| NEW ハワイアンキルト                              | 高橋真美         | 第1(月) 13:00～15:00                                                        | 3,520円                                     |
| 手縫いの服の教室                                  | 小林広子         | 第2・4(水) 13:00～15:00                                                      | 6,820円                                     |
| 手縫いで着物リメイク                                | 小林広子         | 第2・4(水) 13:00～15:00                                                      | 6,820円                                     |
| NEW [全4回] モコバッグレッスン                       | pinkのこぶた     | 9/9・9/30・10/14・10/28(水)<br>10:30～12:30                                   | 2ヶ月/全4回<br>10,340円                         |
| かぎ針編み教室                                   | 廣田千夏子        | 第2・4(月) 10:30～12:30                                                      | 6,270円                                     |
|                                           |              | 第2(土) 10:30～12:30                                                        | 3,520円                                     |
| ニードルフェルト研究室                               | 菊池麻衣         | 第2・4(木) 18:45～20:45                                                      | 6,380円                                     |
| NEW 気軽にはじめるふだん着物教室                        | 巽岩まゆみ        | 第1・3(金) 10:15～12:15                                                      | 7,370円                                     |

| 美容・健康・癒し            |                |                                              | 受講料(月額)                 |
|---------------------|----------------|----------------------------------------------|-------------------------|
| 講 師                 |                |                                              | (税込・運営費込)               |
| 美尻美腹ヨガ              | 内田新子           | 月3回(金) 10:30～12:00                           | 7,414円                  |
| ゆったり太極拳             | 八戸由美子          | 毎週(火) 10:30～12:00                            | 6,974円                  |
| ルーシーダットン            | 吉田みつ子          | 月3回(火) 19:00～20:00                           | 5,764円                  |
| ストレッチ&ピラティス         | 久慈恵里奈          | 毎週(水) 10:30～11:30                            | 7,854円                  |
| エイジレスストレッチ          | 坂本マリ子          | 毎週(水) 14:45～15:45                            | 7,414円                  |
| 姿勢美人ストレッチ           | 千葉千賀子          | 毎週(木) 10:30～11:30                            | 7,414円                  |
| ダンス・舞踊・武道           |                |                                              | 受講料(月額)                 |
| 講 師                 |                |                                              | (税込・運営費込)               |
| NEW リフレッシュヒップホップ&ヨガ | SAYA           | 第4(火) 19:20～20:35                            | 3,894円                  |
| ガールズヒップホップ          | SAYA           | 第1・3(日) 10:30～11:30                          | 6,094円                  |
| ヒップホップ              | SAYA           | 第1・3(日) 11:40～12:40                          | 6,094円                  |
| 40代からはじめるヒップホップ     | SAYA           | 第1・3(日) 13:00～14:00                          | 6,094円                  |
| シニア HIP HOP         | SUZU           | 月2回(月) 11:30～12:30                           | 5,214円                  |
| NEW なわとび&ダブルダッチスクール | CHEGA          | 年少～中3<br>10:30～11:30<br>高1～大人<br>11:30～12:30 | 5,874円                  |
| 月曜のクラシックバレエ         | 山川あや           | 毎週(月) 19:00～20:30                            | 8,294円                  |
| NEW ワガノワメソッドバレエレッスン | 武田由梨           | 毎週(火) 13:00～14:30                            | 8,294円                  |
| 水曜のクラシックバレエ         | 久慈恵里奈          | 毎週(水) 12:45～14:15                            | 8,294円                  |
| 土曜のクラシックバレエ         | 久慈恵里奈          | 12:30～14:00                                  | 4,994円                  |
|                     |                | 14:30～16:00                                  |                         |
| はじめてのモダンダンス         | 久慈恵里奈          | 毎週(金) 18:45～20:00                            | 7,414円                  |
| かわいい社交ダンス教室         | 川井優香           | 毎週(火) 15:30～16:30<br>毎週(水) 15:30～16:30       | 8,074円                  |
| 基礎から学べる社交ダンス        | 大峠美千代          | 毎週(水) 12:30～13:30                            | 8,074円                  |
| イチからはじめるフラメンコ       | 高下真由美          | 第2・4(水) 19:00～20:00                          | 6,534円                  |
| 水曜のタップダンス           | 佐々木浩           | 18:15～19:15<br>19:15～20:15                   | 7,854円                  |
|                     |                | 初級<br>中級                                     |                         |
| 土曜のタップダンス           | 石川佳奈子          | 第1・3(土) 12:30～13:30                          | 6,534円                  |
| 楽しいフラダンス            | 澤口悦子           | 第1・3(水) 10:30～12:00                          | 5,874円                  |
| 月曜の日本舞踊             | 岩井紫緒音          | 月2回(月) 19:45～20:45                           | 7,194円                  |
| 土曜の日本舞踊             | 藤間亜耶之<br>藤間琴之翠 | 月2回(土) 10:30～11:30                           | 5,654円                  |
| らくらく健康カラテ           | 阿部誠子           | 月3回(火) 12:30～13:30                           | 5,764円                  |
| スポーツチャンバラ           | 千葉有泰           | 第2・4(日) 10:30～11:30                          | 3,234円                  |
| 音 楽                 |                |                                              | 受講料(月額)                 |
| 講 師                 |                |                                              | (税込・運営費込)               |
| 脳トレピアノ®             | 加藤清夏           | 第2・4(水) 14:30～15:30                          | 5,390円                  |
| キーボードグループレッスン       | 三神樹美           | 月2回(月) 11:00～12:00                           | 5,390円                  |
|                     |                |                                              |                         |
| シニアのためのピアノレッスン      | 三神樹美           | 月2回(月) 10:15～14:00                           | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
| 火曜のピアノレッスン          | 加藤千佳子          | 第1・3(火) 13:30～18:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 水曜のピアノレッスン          | 杉山育代           | 第2・4(水) 10:30～16:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 木曜のピアノレッスン          | 高橋尚子           | 第2・4(木) 15:00～19:30                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| ロシアンメソッドピアノレッスン     | 藤井知子           | 第1・3(木) 16:00～20:00                          | 30分<br>9,570円           |
|                     |                |                                              |                         |
| シニアのためのやさしいピアノ      | 阿部一穂           | 第1・3(金) 13:30～16:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
| 楽譜の読み方・書き方          | 阿部一穂           | 第1・3(金) 13:30～16:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 発声練習とうた             | 阿部一穂           | 第1・3(金) 13:30～16:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 土曜のピアノレッスン          | 松尾敦子           | 月2回(土) 10:15～18:00                           | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| ピアノde弾き語り           | 松尾敦子           | 月2回(土) 10:15～18:00                           | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 日曜のピアノレッスン          | 室岡美奈           | 第2・4(日) 10:30～18:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| はじめての作曲入門           | 室岡美奈           | 第2・4(日) 10:30～18:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 日曜のボイストレーニング        | 室岡美奈           | 第2・4(日) 10:30～18:00                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| 基礎からはじめるボイストレーニング   | 吉田紀子           | 第1・3(火) 10:30～12:30                          | 30分<br>7,370円           |
|                     |                |                                              |                         |
| 楽しくカラオケ             | 吉田紀子           | 第1・3(火) 10:30～12:30                          | 30分<br>7,370円           |
|                     |                |                                              |                         |
| NEW 呼吸とリズム♪きれいな声    | 吉田紀子           | 第1・3(火) 10:30～12:30                          | 30分<br>7,370円           |
|                     |                |                                              |                         |
| クラシックギター教室          | 伊藤 隆           | 第2・4(火) 16:00～20:00                          | 30分8,690円<br>45分11,330円 |
|                     |                | 浅野目純子                                        | 第2・4(土) 16:00～17:00     |
| 金曜のヴァイオリン           | 米倉久美           | 第2・4(金) 16:00～19:30                          | 30分7,370円<br>45分9,570円  |
|                     |                |                                              |                         |
| NEW オカリナグループレッスン    | 内館愛子           | 第2・4(火) 16:30～17:30                          | 5,390円                  |
| NEW オカリナ・フルート教室     | 内館愛子           | 第2・4(火) 17:30～20:00                          | 30分<br>7,370円           |
| 二胡教室                | 陳 為            | 第1・3(水) 10:15～20:00                          | 45分<br>10,890円          |
|                     |                |                                              |                         |
| 津軽三味線               | 三上紀子<br>三上牧哉   | 月3回(火) 15:30～20:30                           | 30分<br>9,350円           |
|                     |                |                                              |                         |
| たのしい民謡              | 三上紀子           | 月2回(火) 15:30～20:30                           | 30分<br>6,490円           |
|                     |                |                                              |                         |
| はじめての篠笛             | 山口千壽           | 第2(木) 10:30～12:00                            | 4,510円                  |
| 琴伝流大正琴              | 佐々木響華          | 月3回(木) 10:15～11:15                           | 7,040円                  |
|                     |                |                                              |                         |
| ドラムレッスン             | 高橋伸之           | 第1・3(日) 10:10～19:00                          | 20分7,150円<br>40分12,650円 |
|                     |                |                                              |                         |

| こども                     |             | 講 師                   |         |                                                                                                                          | 受講料(月額)<br>(税込・運営費込)            |
|-------------------------|-------------|-----------------------|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| カワイ体育教室                 |             | カワイ<br>体育教室専属<br>専任講師 | 月4回(金)  | 小1～小6<br>17:10～18:10<br>器械体操(小1～小6)<br>18:15～19:15                                                                       | 8,514円                          |
| エムズスポーツクラブ<br>体育教室      |             | エムズ<br>スポーツクラブ<br>講師  | 第2・4(日) | 2歳～3歳(親子)<br>10:15～11:00<br>年少～年長<br>11:15～12:00<br>年長～小2<br>12:10～13:00<br>小1～小3<br>14:00～14:50<br>小3～小6<br>15:00～15:50 | 5,874円                          |
| エムズK-POPダンス             |             | エムズ<br>スポーツクラブ<br>講師  | 第1・3(日) | 年長～小1<br>13:30～14:20<br>小1～小6<br>14:30～15:30<br>小4～中3<br>15:40～16:40                                                     | 5,874円                          |
| ガールズヒップホップ              | 小4～大人       | SAYA                  | 第1・3(日) | 10:30～11:30                                                                                                              | 6,094円                          |
| ヒップホップ                  | 小4～大人       | SAYA                  | 第1・3(日) | 11:40～12:40                                                                                                              | 6,094円                          |
| KIDS HIP HOP            |             | SUZU                  | 第1・3(土) | 14:30～15:30                                                                                                              | 5,214円                          |
|                         | 小1～中3       |                       | 第2・4(日) | 12:30～13:30<br>13:30～14:30                                                                                               |                                 |
| バトン&ボンボン                | 4歳～10歳      | Sarina                | 月2回(月)  | 4歳～10歳<br>18:30～19:30                                                                                                    | 4,334円                          |
| こども新体操                  |             | 菊池佳奈子                 | 毎週(火)   | 3歳～年長<br>17:00～18:00<br>小1～小6<br>18:00～19:00                                                                             | 7,414円                          |
| NEW なわとび&ダブルダッチ<br>スクール |             | CHEGA                 | 第1・3(日) | 年少～中3<br>10:30～11:30<br>高1～大人<br>11:30～12:30                                                                             | 5,874円<br>6,314円                |
| 円心カラテ                   |             | 佐々木康成                 | 毎週(土)   | 年少～小6<br>16:00～17:00<br>小1～大人<br>17:15～18:15                                                                             | 7,414円                          |
| スポーツチャンバラ               | 年長～大人       | 千葉有泰                  | 第2・4(日) | 10:30～11:30                                                                                                              | 3,234円                          |
| こどもクラシックバレエ             |             | 山川あや                  | 毎週(月)   | 3歳～小1<br>17:00～18:00<br>小2～小6<br>18:00～19:00                                                                             | 7,414円                          |
| こどもモダンバレエ               |             | 坂本マリ子                 | 毎週(水)   | 年少～小2<br>16:00～17:00<br>小3～小6<br>17:00～18:15                                                                             | 7,414円                          |
| キッズプレバレエ                |             | 久慈恵里奈                 | 毎週(火)   | 年少～年長<br>15:15～16:00<br>小1～小3<br>16:00～17:00<br>小4～小6<br>17:00～18:15                                                     | 7,414円                          |
|                         |             |                       | 毎週(金)   | 年少～年長<br>15:45～16:30<br>小1～小3<br>16:30～17:30<br>小4～小6<br>17:35～18:45                                                     |                                 |
| 土曜の日本舞踊                 | 2歳～大人       | 藤間亜耶之<br>藤間琴之翠        | 月2回(土)  | 10:30～11:30                                                                                                              | 5,654円                          |
| 水曜のタップダンス               | 小1～大人       | 佐々木 浩                 | 毎週(水)   | 初級<br>18:00～19:00<br>中級<br>19:00～20:00                                                                                   | 7,854円                          |
| 子供絵画教室                  |             | 浅倉 伸                  | 第2・4(月) | 17:00～18:15                                                                                                              | 7,150円                          |
|                         | 年長～小6       |                       | 第2・4(木) | 17:00～18:15                                                                                                              |                                 |
| 子供油彩画教室                 | 小4～小6       | 浅倉 伸                  | 第1・3(土) | 10:45～12:00                                                                                                              | 7,150円                          |
| のびのびアトリエ                |             | 菊池育子                  | 第2(日)   | 10:45～12:15                                                                                                              | 3,080円                          |
|                         | 年長～小6       |                       | 第2・4(水) | 17:00～18:30                                                                                                              | 5,390円                          |
| 子ども図工教室                 | 小1～小6       | 鈴木絵美子                 | 第3(日)   | 13:30～15:00                                                                                                              | 3,190円                          |
| 楽しい書道                   |             | 田中遊雪                  | 月3回(月)  | 16:00～19:00                                                                                                              | 60分<br>6,710円                   |
|                         | 年長～中3       |                       | 月3回(金)  | 16:00～19:00                                                                                                              |                                 |
| こどもの書道                  | 年長～中3       | 菅 玉秀                  | 月3回(水)  | 16:00～18:30                                                                                                              | 60分<br>6,710円                   |
| たの<br>し<br>み<br>ま<br>書! | 年長～中3       | 菊池苔鳳                  | 月3回(土)  | 17:30～19:00                                                                                                              | 60分<br>6,710円                   |
| そろばん教室                  |             | 小林京子                  | 毎週(土)   | 12:00～13:00<br>16:00～17:00<br>17:30～18:30                                                                                | 6,490円                          |
|                         | 年長～中3       |                       |         |                                                                                                                          |                                 |
| NEW はじめてのキッズ麻雀          | 小1～高校生      | 赤井耀司                  | 第1(日)   | 13:30～15:30                                                                                                              | 3,520円                          |
| 草月流いけばな                 | 年長～小6       | 西山紅順                  | 第1・3(木) | 18:00～20:30                                                                                                              | 60分<br>5,390円                   |
| 池坊いけばな                  | 年長～小6       | 千葉浩華                  | 第1・3(金) | 19:00～20:30                                                                                                              | 60分<br>5,390円                   |
| リトミックバイエル               | 3歳～小6       | 制野眞弓                  | 月2回(火)  | 15:30～17:30                                                                                                              | 30分<br>6,050円                   |
| リズムで楽しむ<br>えいご×ピアノ      | 未就学児        | かとうさやか                | 第2・4(水) | 16:00～17:00                                                                                                              | 5,434円                          |
| 火曜のピアノレッスン              | 年少～大人       | 加藤千佳子                 | 第1・3(火) | 13:30～18:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| 水曜のピアノレッスン              | 年少～大人       | 杉山育代                  | 第2・4(水) | 10:30～16:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| 木曜のピアノレッスン              | 年少～大人       | 高橋尚子                  | 第2・4(木) | 15:00～19:30                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| ロシアンメソッド<br>ピアノレッスン     | 年少～大人       | 藤井知子                  | 第1・3(木) | 16:00～20:00                                                                                                              | 30分<br>9,570円                   |
| 土曜のピアノレッスン              | 年少～大人       | 松尾敦子                  | 月2回(土)  | 10:15～18:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| 日曜のピアノレッスン              | 小1～大人       | 室岡美奈                  | 第2・4(日) | 13:00～18:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| はじめての作曲入門               | 小1～大人       | 室岡美奈                  | 第2・4(日) | 13:00～18:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| 日曜のボイストレーニング            | 小学校高学年～大人   | 室岡美奈                  | 第2・4(日) | 13:00～18:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| 金曜のヴァイオリン               | 年長～大人       | 米倉久美                  | 第2・4(金) | 16:00～19:30                                                                                                              | 30分<br>7,370円<br>45分<br>9,570円  |
| NEW オカリナグループレッスン        | 小4～大人       | 内館愛子                  | 第2・4(火) | 16:30～17:30                                                                                                              | 5,390円                          |
| NEW オカリナ・フルート教室         | 小4～大人       | 内館愛子                  | 第2・4(火) | 17:30～20:00                                                                                                              | 30分<br>7,370円                   |
| クラシックギター教室              | 年中～中3       | 伊藤 隆                  | 第2・4(火) | 16:00～20:00                                                                                                              | 30分<br>8,690円<br>45分<br>11,330円 |
|                         |             | 浅野目純子                 | 第2・4(土) | 16:00～17:00                                                                                                              |                                 |
| 親子ギター教室                 | 年中～小6(親子1組) | 伊藤 隆                  | 第2・4(火) | 16:00～20:00                                                                                                              | 30分<br>8,690円<br>45分<br>11,330円 |
|                         |             | 浅野目純子                 | 第2・4(土) | 16:00～17:00                                                                                                              |                                 |
| ドラムレッスン                 | 3歳～大人       | 高橋伸之                  | 第1・3(日) | 10:10～19:00                                                                                                              | 20分<br>7,150円<br>40分<br>12,650円 |