



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 マンガ・イラスト教室 [小1~]

講師 萩花 マンガ家

「どう描いたらいいの?」「色の塗り方がわからない」といった疑問を、一緒に楽しく解決します。この講座では、アナログ作画・デジタル作画・マンガ制作まで幅広く対応。初心者から経験者まで、自分のペースで安心して学べます。

第2・4(火) 18:00~19:30 月額6,270円(税込)

体験 3/10(火)・3/24(火)・4/14(火)・4/28(火) 体験料 1,100円

NEW はじめてのカリンバ (入門コース)

講師 田部明葉 おてがるカリンバ協会認定講師

楽譜が読めなくても弾ける教材を使い、初心者や音楽経験のない方にも楽しんで頂けるような内容となっております。カリンバの基礎知識や季節の曲や童謡など馴染みのメロディーで演奏する楽しさを体験しましょう。グループレッスンですがそれぞれの方にあった練習方法をご提案いたします。

第2(火) 13:00~14:30 月額4,620円(税込)

体験 3/10(火)・4/14(火)・5/12(火) 体験料 3,850円

NEW こども絵画造形教室

講師 鈴木麻衣 絵画工房スピカ主宰

絵や工作が大好き!そんな気持ちを大切に楽しい時間を過ごしませんか?この講座では様々な素材を使い色や形を通して自己表現の楽しさを体験します。「上手!」よりも「やってみよう!」を大切に講師も共に楽しみサポートします。表現する上で大切な「構図」「色彩」など、ちょっぴり専門的なポイントもお伝えながら、無理なく、楽しく、アートを楽しみましょう!

月2回(火) [3歳~6歳] 16:00~16:50 [小1~小6] 17:00~18:00

月額5,170円(税込)

体験 4/21(火)・4/28(火)・5/12(火)・5/19(火) 体験料 1,100円 材料費 500円

NEW イスとテーブルで楽しむ煎茶道

講師 澁谷南玉 織田流煎茶道準備役 [18歳~]

日本の伝統文化である煎茶道を気軽にスタイルで学べる教室です。織田流煎茶道には煎茶・玉露・番茶・紅茶・玄米茶を用いた12の点前が特徴ですが、その中の煎茶の点前を学びます。慣れてくるとお茶がおいしくいられる様になり、お茶だけでなく日常に役立つ内容も盛り込まれた講座です。希望される方は資格を取得することも可能です。

第2・3・4(木) 10:30~12:30 月額8,690円(税込)

体験 3/19(木)・4/9(木)・4/16(木)・4/23(木) 体験料 2,640円 材料費 500円

人気 エアータンポリン使用 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

ふわふわ柔らかいエアータンポリンで身体を慣れさせ、恐怖心を失くすことで、思い切った運動ができるようになります。とび箱、鉄棒、マット運動など、楽しく運動しながらフットワーク・プレッスンなどで協調性や社会性も身につきます。

第2・4(日) 14:15~15:00 月額5,654円(税込)

体験 3/8(日)・3/22(日)・3/29(日)・4/12(日)・4/26(日) 体験料 2,420円

人気 カワイ体育教室

講師 カワイ体育教室専任専任講師

カワイ体育教室の「運動あそび」は、運動能力の向上はもちろんのこと、子どもたち一人ひとりの個性を尊重しながら、「からだ」と「こころ」の調和を図り、さらに考える力などの「知的な面」もバランス良く指導します。安全で楽しめる様々な運動遊びの空間を提供し、集団での仲間の関わりを通して心を育みます。クラスは対象年齢に応じて「幼児クラス」と「児童クラス」に分かれています。

月3回(火) [幼児クラス] [児童クラス] [児童クラス] [年中~年長] [小学生] [小学生] 15:30~16:30 16:40~17:40 17:50~18:50 月額6,754円(税込)

体験 3/25(水)・4/8(水)・4/15(水)・4/22(水) 体験料 550円

NEW 筋膜リリースセルフケア

講師 阿部由美 株式会社Voda 認定インストラクター

専用ボールや自重を使った「筋膜リリース」で、心身の深い癒しを。ボールに身体をあずかるだけで、筋力のゆるみ、血流やリンパの流りを促進。自律神経のバランスを整え、深いリラクゼーション導きます。運動が苦手な方、日々お疲れの方にもおすすめです。

第1・3(月) 10:30~11:30 月額5,764円(税込)

体験 3/16(月)・4/13(月)・4/20(月) 体験料 1,650円 体験時ボールレンタル可

NEW ~自己整体法~ 体が硬くてもできるタイ式ヨガ

講師 早坂まゆ美 タイ政府認定CCAタイマツージスクール (ジュニア) ヨガインストラクター

体が硬くても無理なく続けられる! 1人でできるタイ式ヨガ。ゆっくりとした呼吸に合わせて全身を伸ばし、心地よくほぐしていく動きが中心。特別な柔軟性いらず簡単なポーズで、自分でも復習しやすいのが特徴です。終わった後は、体が軽くなる心地よさが広がります。

第2・4(金) 13:00~14:00 月額5,984円(税込)

体験 3/27(金)・4/10(金)・4/24(金) 体験料 1,650円

体整う 経絡調整ヨガ

講師 沼倉恵理 経絡ヨガインストラクター アニエーショングラマー

経絡ヨガは、体の巡りや気・血・水の流りを調整することを目的としたヨガです。経絡を使って気を巡らせ、心も体も力が元気に!初心者の方、高齢者の方にも簡単にわかりやすいヨガです。

第1・3(水) / 第2・4(水) 13:30~14:30 月額4,994円(税込)

体験 3/18(水)・4/1(水)・4/15(水) 3/25(水)・4/8(水)・4/22(水) 体験料 1,650円

姿勢改善! すっきり! パレエストレッチ

講師 rino パレエスタジオ アンニエール講師

パレエの動きを取り入れて全身をバランス良く整えます。前半はフロアでのストレッチやエクササイズをメインに、後半10分はバーを使ってパレエのエクササイズを行います。体力や筋力の低下が気になる方、運動が苦手な方、年齢を問わず、どんな方でも楽しめます。

第1・3(金) 10:30~11:30 月額3,324円(税込)

体験 3/27(金)・4/3(金)・4/17(金) 体験料 1,650円

脳トレ はじめてのボイストレーニング

講師 林 結里 ボイストレーナー

声楽や音楽活動から学んだ経験を活かし、健康に通じるボイストレーニングをお教え致します。健康を目的にうたを歌う講座です。

第1・3(月) 10:30~12:00 月額6,270円(税込)

体験 3/16(月)・4/6(月)・4/20(月) 体験料 1,650円

表現力UP エンジョイフラダンス

講師 宮腰紀子 フラ・ハワイ・カハラ・ハワイ系インストラクター

ハワイの神聖な文化であるフラダンスを基本から丁寧に教えます。華やかな衣装や髪飾りなども楽しみの一つです。

第1・2・3(火) 13:30~14:45 [初心者クラス] 15:00~16:15

月額7,249円(税込)

体験 3/17(火)・4/7(火)・4/14(火)・4/21(火) 体験料 1,650円

NEW 楽しい書道(硬筆・毛筆)

講師 木村かつみ 書道講師

毛筆2回、硬筆1回を行い、筆づかいや文字のバランス、表現の工夫などを丁寧に指導します。また、こちらの講座では親子でのご参加も大歓迎!初めての方でも安心してご参加いただけます。講師がやさしくサポートいたします。(親子受講OK)

第1・2・4(水) 19:40~20:40 月額6,875円(税込)

体験 3/25(水)・4/1(水)・4/8(水)・4/22(水) 体験料 1,650円

思考能力UP はじめてのマーじゃん

講師 吉田勝弥 日本プロ麻雀連盟プロ四段

初心者向けクラスだから、始めやすい!麻雀は高に面白い!脳トレに効果的なコミュニケーションゲームです。ゲームの流れを覚え、実戦していきながら麻雀の面白さを体験していただけます。

第2・4(火) 17:30~19:30 月額6,380円(税込)

体験 3/24(火)・4/14(火)・4/28(火) 3/26(水)・4/9(水)・4/23(水) 体験料 1,650円

お得 4回で身につく着付け講座 全4回

講師 今野孝子 民族衣装文化普及協会認定講師

はじめての方も大歓迎!全4回で、講師が丁寧に着物の着付けをお教えします。受講料には、着物と帯も含まれているので気軽に始められる講座です。

3/21(土)・3/28(土)・4/18(土)・4/25(土) 10:30~12:30

第2・3(土)開講予定 (申込締切3/14(土))

着物・半纏帯 長襦袢・袴・草履 5点セットお持ち帰り

全4回12,980円(税込)

オススメ!人気こども講座

簡単!パワフルHIP HOP

講師 KICK-IT DANCE STUDIO GUIDANCE主宰

音楽に合わせてリズム遊びから始め、楽しく元気にダンスの基本を身につけます。ダンスを通じ、表現する楽しさを体験しよう!

第2・4(土) [年長~小3] 16:00~16:50 [小4~中学生] 17:00~18:00 月額5,654円(税込)

体験 3/28(土)・4/11(土)・4/25(土) 体験料 1,100円

~超絶楽しい~ HIP HOPダンス

講師 KICK-IT DANCE STUDIO GUIDANCE主宰

様々なジャンルの曲で基礎から応用ステップまで丁寧に指導します。ステップUPクラスでは、ステップアップの曲にも挑戦!

[キッズI] [キッズII] [ステップUP] [初心者~小1] [小学生] [小学生] 月2回(日) 月2回(日) 月2回(日) 13:00~13:50 14:00~14:50 15:00~16:00

月額5,654円(税込)

体験 3/15(日)・4/5(日)・4/19(日) 体験料 1,100円

HIP HOP DANCE

講師 MUUU DANCE STUDIO GUIDANCEインストラクター

人気のHIP HOP!コンテスト優勝経験を持つ若手ダンサーが元気に楽しくレッスンします。先生のマネから始め、踊っているうちに体幹やリズム感が身に付き、中学生も受講可能です。

月3回(火) [年長~小3] 17:00~17:50 [小4~中学生] 18:00~19:00 月額8,074円(税込)

体験 3/17(火)・4/7(火)・4/14(火)・4/21(火) 体験料 1,100円

GIRLS' DANCE

講師 RINA DANCE STUDIO GUIDANCEインストラクター

K-POPやアイドルのダンスを一緒に踊りましょう!

第2・4(土) [年長~小3] 16:00~16:50 [小4~中学生] 17:00~18:00 月額5,654円(税込)

体験 3/28(土)・4/11(土)・4/25(土) 体験料 1,100円

可愛く! 完コピK-POP DANCE

講師 WAKO DANCE STUDIO GUIDANCEインストラクター

初心者からでも楽しめるK-POPダンス。人気のK-POPアーティストの曲に合わせて、カワイイ、かっこいいダンスを踊ります。

月2回(日) [年長~小3] 13:00~14:00 [小1~小6] 14:00~15:00 [小4~高校生] 15:15~16:15 月額5,654円(税込)

体験 3/15(日)・4/5(日)・4/19(日) 体験料 1,100円

カッコ可愛い! 完コピK-POP DANCE!

講師 KOHARU 南支那女子ダンススクールインストラクター

流行のK-POPソングでカッコ可愛い踊っちゃおう!はじめてのダンスでも安心、楽しく重視のクラスです。ダンスの基礎もしっかりと身に付けてくよう指導いたします。

第1・3(土) [年長~小3] 13:00~14:00 [小4~高校生] 14:00~15:00 月額4,994円(税込)

体験 3/21(土)・4/4(土)・4/18(土) 体験料 1,100円

ブレイクダンス

講師 砂嶋ヒロキ ブレイクダンスサークル威舞舞代表

オリンピックの新競技に注目を集めるブレイクダンス。音楽に合わせて全身を使って「回った!跳ねた!アクロバティックな動きをするダンスです。色々な技を覚えて自分の好きように自由に踊ってみましょう。

第2・4(日) [5歳~小10] 10:30~11:30 [小3~小6] 11:30~12:30 月額4,994円(税込)

体験 3/22(日)・4/12(日)・4/26(日) 体験料 1,100円

キッズチアダンス

講師 上野裕子 Kyoko Cheer Dance Place主宰

ダンスを始めたいお子様にオススメのクラスです。柔軟性や体力のほか、チアダンスで協調性を学び笑顔でまわりを元気づけられる自由な学びを体験しましょう。

[Step1] [4歳~] [Step2] [小1~小3] [Step3] [小4~小学生] 第1・3(水) 第1・3(水) 第1・3(水) 15:45~16:30 16:40~17:40 17:50~18:50 月額4,554円(税込) 月額4,994円(税込) 月額4,994円(税込)

体験 3/18(水)・4/1(水)・4/15(水) 体験料 1,100円

クラシックバレエ

講師 パレエスタジオ アンニエール講師

楽しみながらバレエの基礎を身につけていきます。バレエに必要な柔軟性やリズム感・表現力を養います。

[キッズ] [4歳~初心者] [ジュニア] [小1~小6] 月3回(金) 月3回(金) 月3回(金) 16:30~17:20 17:30~18:50 17:30~18:50 月額6,754円(税込) 月額8,404円(税込) 月額8,404円(税込)

体験 3/27(金)・4/3(金)・4/10(金)・4/17(金) 体験料 1,100円

キッズバトン

講師 井上 愛 さくらんぼ所属コーチ

バトンやポンポンを使用し、美しい姿勢や柔軟性、協調性を身につけて、楽しく、笑顔で活動していきます。一緒に元気に踊りましょう。

月3回(火) 15:45~16:45 月額7,084円(税込)

体験 3/24(火)・4/7(火)・4/14(火)・4/21(火) 体験料 1,100円

こども合気道元氣塾 [小1~]

講師 土井勝幸 石巻合気会会長(公認)合気会六段

合気道は試合の無い稽古を繰り返す武道です。勝負にこだわらず稽古を通して精神を鍛え、いろいろな困難に立ちむかえる勇気剛健な気風を身につけていきます。簡単な護身の方法も学べます。

第2・4(水) 19:00~20:00 月額4,004円(税込)

体験 3/25(水)・4/8(水)・4/22(水) 体験料 1,100円

こども美術教室 [小1~中学生]

講師 内海朋子 植物画講師 絵画工房スピカ主宰

絵を描くことで観察力と集中力を、工作を通して想像力を育て、計画的に立体的な形を表現力を養いましょう。家ではなかなかできない、ちょっと変わったものや、大きな作品にも取り組めます。

第2・4(水) 10:30~18:30 第2・4(水) 10:30~11:30 11:40~12:40 月額5,170円(税込)

体験 3/26(水)・4/9(水)・4/23(水) 3/22(日)・4/12(日)・4/26(日) 体験料 2,200円 材料費 500円

楽しい書道(硬筆・毛筆) [小1~]

講師 木村かつみ 書道講師

ひらがな、カタカナ、そして学年にあった漢字を正しく、楽しく書いて、色紙などに仕上げます。毛筆2回・硬筆1回ご指導いたします。19:40~のクラスは小学生から大人まで受講可能です。

第1・2・4(水) 17:20~18:20 18:30~19:30 [小学生~大人] 19:40~20:40 月額6,215円(税込)

体験 3/25(水)・4/1(水)・4/8(水)・4/22(水) 体験料 1,100円(中学生以上1,650円)

子供書道教室~毛筆・硬筆~ [小1~]

講師 遠藤鶴容 日南書道会常任理事 毎日書道会会員

正しい書き方、書き順、字形や文字を書くのが楽しくなるように指導します。書く力が上がるように丁寧に書くことで集中力もアップ。親子一緒に受講も可能です。

第2・4(月) 17:20~18:20 18:30~19:20 [小学生~大人] 19:40~20:40 月額4,620円(税込)

体験 3/23(月)・4/13(月)・4/27(月) 体験料 1,100円(材料費 300円)

こども書道~かきかた教室 [5歳~中学生]

講師 阿部蘭哉 日本書道協会認定講師

年齢に応じて基礎から楽しくご指導いたします。就学前のお子様は鉛筆の持ち方から、ひらがなを丁寧に学ぶことから始めます。小学生からは毛筆・硬筆の基礎から楽しくご指導いたします。学校の書き初めなどの練習、段級の認定も可能です。

第1・2・3(金) 第2・3・4(土) 16:30~17:30 13:00~14:00 17:40~18:40 14:10~15:10 月額5,720円(税込)

体験 3/27(金)・4/3(金)・4/10(金)・4/17(金) 3/28(土)・4/11(土)・4/18(土)・4/25(土) 体験料 1,100円

入会金不要!資格が取得できる特別講座

発達支援教育士認定講座

講師 佐伯真理 発達支援教育士認定講師 整理収納アドバイザー1級

特性のある「子ども」の自立を後押しするために、環境を整えていく。子どもとのコミュニケーションを円滑にしながら、身近な悩み(衣類の管理)や思いの使い方(金銭管理)を伝えていくことも学びます。

3/29(日) [申込締切2/22(日)] [発達支援教育士認定講座] 4/19(日) [申込締切4/12(日)] 5/17(日) [申込締切5/10(日)] 10:30~17:00(体験含む)

受講料 18,700円(税込) テキスト代・認定料7,700円(税込) (入会金不要)

整理収納アドバイザー2級認定講座

講師 佐藤遥香 NPO法人ハウスキーピング協会認定講師

整理の方法・収納のコツを事例を交えて楽しく学びます。リハウンし、整理収納の手順をマスターできます。生活を一変させる方法を1日で学び、整理収納アドバイザー2級を目指しましょう。あなたも、プロの整理収納アドバイザーとして活躍してみませんか?

3/30(月) [申込締切2/23(月)] 4/15(水) [申込締切4/8(水)] 5/20(土) [申込締切5/13(土)] 10:30~17:00(体験含む) (入会金不要)

受講料 17,600円(税込) テキスト代・認定料7,100円(税込)

入会金必要!資格習得講座

デリカビーズアート インストラクター 資格講座

講師 金森陽子 中興物産芸術院(仙台)講師 デリカビーズアートインストラクター

アクセサリー作りの基本から応用まで技術が習得でき、すべてのコースを修了すれば講師として活動できます。

第4(火) 10:30~15:30 受講料 7,370円(税込) (材料費 別途) (体験1時間含む)

女性のための「むくみケア検定2級」

講師 伊藤加代子 セラピスト検定協会認定講師 [女性限定]

受講することで痛くない15~20分のトリートメントを日常に取り入れていただけます。ご家族のため、ご自身のため、お仕事でのプラスαとして活用することができます。講座修了後に一般社団法人マザーポニーより修了証を発行いたします。

4/4(土) [申込締切3/28(土)] 6/6(土) [申込締切5/31(土)] 10:15~16:15(体験含む)

受講料 13,200円(税込) テキスト代・クリーム・修了証8,800円(税込) (入会金不要)

珠玉のヘッドスパ検定2級

講師 伊藤加代子 セラピスト検定協会認定講師

水回りのらないシャンプーのヘッドスパ、毛髪を濡らす「場所」を選ぶことで癒しの空間にしたいだけ。仕事で一日中パソコンに向かっているお仕事をされている方、毎日の家事・イベントの方、仕事をされている方、そんな方々を癒しに健康に導く講座です。

4/5(日) [申込締切3/29(日)] 6/7(日) [申込締切5/31(日)] 10:15~16:15(体験含む)

受講料 13,200円(税込) テキスト代・ヘッドローション・修了証8,800円(税込) (入会金不要)

ルームスタイリスト2級認定講座

講師 菅原まき子 まきstyle ルームスタイリストプロ

この講座では、部屋づくりの基礎である「色」と「レイアウト」を学び、「心地よい空間作り」が学べます。1日で資格取得ができ、実践できるコツが身につきます。

3/20(金) 10:30~17:30(体験含む) [申込締切3/13(金)]

受講料 13,200円(税込) 教材費 14,300円(税込/認定料含む) (入会金不要)

入会金不要!資格が取得できる【会場オンライン講座】特別講座

会場オンライン講座 耳つぼセラピスト講座

講師 林 啓美 一般社団法人NKR 耳つぼセラピスト協会代表者兼講師

耳つぼセラピストの資格が、教室またはご自宅で受講できる、1日完結の資格取得講座です。講座の中では耳つぼの歴史、耳との関係、耳つぼマッサージの仕方、セラピストとしての施術の手順、施術時の注意事項、耳つぼの位置確認、耳つぼの効果をお話していきます。

3/8(日) 13:30~15:30 ※自宅からのオンライン受講も可能 3/29(日) 10:30~12:30 申込締切3/22(日) 5/20(土) 13:00~15:00 申込締切5/13(土) 6/20(土) 10:30~12:30 申込締切6/13(土)

受講料 13,000円(税込) テキスト・耳の模型・耳つぼシル・ツイザー1本・デプロマ代 20,000円(税込)

会場オンライン講座 ペットシッター士資格認定講座 全2回

講師 日本ペットシッター協会講師

ペットシッター士は動物取扱業(保管)の登録に使える有益な資格です。2日の講座で認定試験まで実施します。※教室にお越しいただき、実施会場と中継を繋いでオンライン受講となります。

3/22・29(日) 14:00~18:00 [申込締切3/15(日)] 4/12・26(日) 14:00~18:00 [申込締切4/5(日)] 5/10・24(日) 14:00~18:00 [申込締切5/3(日)] 6/14・28(日) 13:00~17:00 [申込締切6/7(日)]

受講料 全2回60,500円(税込) 認定料・修了証13,200円(税込) (入会金不要)

入会金不要!ご当地講座現地体験

会場オンライン講座 東美薬膳アドバイザー認定講座

講師 谷口ももよ 東美薬膳協会代表理事

初めての方、薬膳が難しいとあきらめていた方々にも、ぜひオススメ!東美の薬膳基礎講座です。どこよりも分かりやすい身近な食材を用いた薬膳レシピをもっと学ぶ。ご家庭でも楽しく実践できる内容です。陰陽五行の概念、食材の効能を通して薬膳の基礎を学びます。ご自身のためだけでなく講師として活動したい方の第一歩にも。

1日 随時受付 10:00~16:30 受講料 33,000円(税込/教材費含む) 随時相談 (入会金不要) 認定料6,600円(税込)・協会への入会金5,000円(税込)

入会金不要!ご当地講座現地体験

日本生まれのスーパーフード~ 雑米・美しの体感フルコース

講師 佐藤光弘 島津製菓代目

創業117年続く、石巻唯一の製菓造所。オリジナルで分解力が強く、30種類以上の酵素が含まれている日本生まれのスーパーフード。宮城県産のササニキで「雑米」を使用し、雑知識や活用方法を学ばずにはなりません。工場見学体験、雑の美容成分(手)と美容雑水作り体験の中から「靴」の健康と美のサポートを体験します。

3/27(金) [集合]10:20 島津製菓店前 10:30~12:00 ※専用駐車場はございません。 3/28(土)・4/11(土)・4/18(土)・4/25(土) 受講料 一般5,020円(税込)・会員4,800円(税込) (入会金不要) [申込締切5/16(土)]

会場オンライン講座 認知症心理士

講師 菊池幸子 JFA認定講師

認知症の方の心理を汲み取ることで、介護負担の軽減へと対応します。認知症になるメカニズムや正しい対応法、NGな対応例、認知症に伴う財産管理など数ヶ月分を1日に凝縮したカリキュラム。ご家族をはじめ、介護、医療に携わる方にお薦めです。履歴書に書ける資格です。

1日 随時受付 11:00~18:00 ※自宅からのオンライン受講も可能 受講料 11,000円(税込) 認定料・修了証11,000円(税込) (入会金不要) 随時相談

入会金不要!ご当地講座現地体験

~5感も喜ぶ発祥食品~ 自分で育てるかんたん味噌づくり

講師 佐藤光弘 島津製菓代目

生麹の販売から始まった創業117年の手仕事。使っている食材は全て無添加・宮城県産です。こだわりの宮城県産ササニキ米1等米100%の生麹を使用し、味噌の発酵過程の変化を身近に楽しみましょう。作った味噌1.3kgはお持ち帰りいただき、防災食としても備えることができます。

1日 6/6(土) [集合]10:20 島津製菓店前 10:30~12:00 ※専用駐車場はございません。 受講料 一般7,120円(税込)・会員6,900円(税込) (入会金不要) [申込締切5/30(土)]

※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。

こども	講師	受講料(月額)
簡単!パワフルHIP HOP	KICK-IT	5,654円
~超絶楽しい~HIP HOPダンス	KICK-IT	5,654円
HIP HOP DANCE	MIUUU	8,074円
GIRLS' DANCE	RINA	5,654円
可愛く♪完コピK-POPDANCE	WAKO	5,654円
カッコ可愛い!完コピK-POP DANCE!	KOHARU	4,994円
ブレイクダンス	砂糖ヒロキ	4,994円
キッズチアダンス	上野協子	4,994円
キッズバトン	井上 愛	7,084円
クラシックバレエ	バレエスタジオ アン・ユニバーサル 講師	6,754円
花柳流日本舞踊	花柳尋奈由	4,884円
カワイイ体育教室	カワイイ体育教室専属 専任講師	6,754円
~エアートランポリン使用~ エムズスポーツクラブ 体育教室	エムズスポーツクラブ 講師	5,654円
こども合気道元気塾	土井勝幸	4,004円
子供書道教室 ~毛筆・硬筆~	遠藤鶴蓉	4,620円
楽しい書道(硬筆・毛筆)	木村かつみ	6,215円
こども書道・かきかた教室	阿部蘭哉	5,720円
こども美術教室	内海朋子	5,170円
NEW こども絵画造形教室	鈴木麻衣	5,170円
こども工作アート	鷲北英代	3,080円
NEW マンガ・イラスト教室	采花	6,270円
こども麻雀教室	吉田勝弥	4,950円
こども向け!「おもしろマジック教室」	マジシャン じゃがりこ	4,180円
楽しいフルートレッスン	岩沢あいら	7,590円
初級ギター&ベース	ばんぶん八木	7,480円
お箏・三絃やさしいおけいこ	本田和子	5,390円
元気に!リトミック	佐藤千恵	6,160円
楽しく歌おう♪ヴォーカル個人レッスン	山寿恵	6,160円
~心を豊かに~楽しいピアノレッスン	山寿恵	6,160円
ピアノとえいごのうた	山寿恵	6,940円
~おながとなかよ!~ 親子ふれあいリトミック	山寿恵	3,960円
おながとなかよ! はじめてのピアノレッスン	佐藤千恵	9,020円~
おながとなかよ! はじめてのピアノレッスン	佐藤千恵	6,490円
キッズピアノレッスン	仲谷真理絵	8,855円~
~ピアノを始める前に~ こどもキーボードレッスン	仲谷真理絵	6,380円

美容・健康・癒し	講師	受講料(月額)
~アロマでリラックス~ 朝ヨガ	高橋伸枝	8,492円
~じわじわとひきしめる~ 日曜のスローヨガ	武山真希	4,994円
ポールもプラス ヨガベーシック	守口恵美	5,434円
ポールもプラス ゆったりフローヨガ	守口恵美	5,434円
経絡調整ヨガ	沼倉恵理	4,994円
~目指せアンチエイジング~ 美姿勢ヨガ	Kazumi	4,994円
~シニアにもおススメ~ ゆったり動くヨガ&軸トレ	Kazumi	4,994円
NEW ~自己整体法~ 体が硬くてもできるタイ式ヨガ	早坂まゆ美	5,984円
楽しく運動♪ ソフトエアロ&ストレッチ	佐々木由香里	4,334円
すっきり「バレエストレッチ」	rino	5,324円
NEW 筋膜リリースセルフケア	阿部由美	5,764円
楊名時太極拳	狩野拓也	5,599円
健康太極拳	狩野拓也	5,599円
~香りを楽しみ、暮らしを彩る~ アロマサロン	諏訪真由美	3,960円
ダンス・舞踊・武道	講師	受講料(月額)
クラシックバレエ 一般クラス	バレエスタジオ アン・ユニバーサル 講師	6,534円
ベリーダンス	ELENA	5,984円
エンジョイフラダンス	宮腰紀子	7,249円
楽しい日本舞踊~藤間流~	藤間京鏡門 藤間京松	7,249円
花柳流日本舞踊	花柳尋奈由	5,434円
アート&クラフト	講師	受講料(月額)
大人絵日記講座	木村富貴美	6,270円
おでかけ絵日記講座	木村富貴美	3,520円
指先で描くチョークアート	及川まゆみ	3,080円
水彩色えんぴつで簡単! ハガキに描く はじめての風景画	内海朋子	5,390円
色えんぴつで描く はじめての植物画	内海朋子	5,830円
ポタニカルアート	菅野義久	7,920円
「運気UP!吉祥花文字講座」	花文字淳城	4,510円
神秘のかがやき ステンドグラス	渡辺初枝	5,390円
デリカビーズ織り・ビーズアート教室	金森陽子	4,070円
ビーズジュエリー	高橋和恵	3,960円
純銀粘土で作る アクセサリー	SAWAKO	6,820円
~フランス生まれの布箱づくり~ カルトナーージュ	横田陽子	4,070円
クラフトバンド手芸	鈴木章子	3,960円
押ばな	鈴木章子	3,850円
シルエットアート	鷲北英代	3,850円
簡単で美しいガラスアート	鈴木章子	6,380円
生活文化	講師	受講料(月額)
NEW イスとテーブルで楽しむ 煎茶道	澁谷南玉	8,690円
戸塚刺しゅう	鈴木由紀子	6,600円
はじめてのつまみ細工	那須野公美	3,960円
つまみ細工	那須野公美	5,060円
ティティベア教室	井上志津子	6,050円
手作りアカデミー	赤坂智子	5,170円
作って楽しい手編み教室	Tama*ami	5,390円
ときめきのいけばな池坊	古里玲緒	5,280円
アーティフィシャルフラワーで作る インテリアフラワー	高橋公美	2,970円
きもの着付	千葉道子	7,205円

4回で身につく 着付け講座	今野孝子	3/3(火)・3/24(火)・4/14(火)・4/28(火) 13:00~15:00	全4回 12,980円
書道入門	遠藤鶴蓉	10:30~11:30 19:30~20:30	5,390円
ボールペン・筆ペン字教室	阿部蘭哉	2/24(火) 10:30~12:00 2/24(土) 10:40~12:10 15:30~17:00	4,950円
やさしい実用書道	阿部蘭哉	2/24(火) 13:00~14:30	5,390円
NEW 楽しい書道(硬筆・毛筆)	木村かつみ	1/2・4(水) 19:40~20:40	6,875円
~大人の美文字レッスン~ ペン字・筆ペンで書く実用書道	木村かつみ	1/3(金) 19:15~20:45	5,390円
音楽	講師	受講料(月額)	
~健康に楽しく~ みんなで歌おう	東 弘美	7,370円	
らく楽歌謡教室	菊 徹矢	4,620円	
みんなで楽しく♪ うた声広場	瀬ノ内まり	4,620円	
~歌手が教える~ シャンソン教室	高橋美幸	6,270円	
カラオケ教室	高橋美幸	6,270円	
はじめてのボイストレーニング	林 絵里	6,270円	
うたってうごいて!楽しんで! シニアうた体操	山寿恵	6,490円	
~楽しく歌おう♪~ ヴォーカル個人レッスン	山寿恵	6,490円	
~心を豊かに~ 楽しいピアノレッスン	山寿恵	6,490円	
おながとなかよ! はじめてのピアノレッスン	佐藤千恵	9,350円~	
おながとなかよ! はじめてのピアノレッスン	佐藤千恵	6,820円	
大人のやさしいピアノレッスン	仲谷真理絵	8,855円~	
中高年から始めるらくらくピアノ®	田村真実	8,140円	
~憧れの曲をマスター~ 大人のピアノレッスン	田村真実	8,140円	
金曜日の大人のピアノ	鈴木純乃	6,490円	
~らくらく演奏マスター~ 光ナビゲーションキーボード SNS投稿サポート付	越後亜希子	6,490円	
お箏・三絃やさしいおけいこ	本田和子	5,390円	
初めての篠笛	山下 進	6,380円	
~さわやか先生が教える~ 尺八入門	佐藤将山	5,720円	
楽しいフルートレッスン	岩沢あいら	7,590円	
初級ギター&ベース	ばんぶん八木	7,480円	
ウクレレ講座	ばんぶん八木	7,480円	
NEW はじめてのカリンバ(入門コース)	田部明葉	4,620円	
趣味教養・資格取得	講師	受講料(月額)	
ゼロから始める韓国語	小野寺優	10,175円	
東北キリシタン探訪	川上直哉	5,500円	
はじめてのマージャン	吉田勝弥	6,380円	
シニア向け!「かんたんマジック教室」	マジシャン じゃがりこ	5,610円	
デリカビーズアート インストラクター資格講座	金森陽子	7,370円	
デリカビーズ織り講師 資格講座	金森陽子	7,370円	
気になる自身の本質・運勢~ マヤ暦講座	高橋ひろみ	19,140円	
1DAY マヤ暦・プライベートセッション	高橋ひろみ	3,300円	
1DAY エンジョイ色彩楽	早坂美名子	3,740円	