

講座

2025秋期号

案内

● 見つけよう 新しい自分 素敵な仲間 ●

JEUGIAカルチャーセンター

ジュージャ

洛北阪急スクエア②

体験・受講・新規ご入会
お申し込み受付中

ジャンル豊富に、大人・こども

150講座以上の習いごと

発行: 洛十字屋カルチャー事業部

発行月: 2025年8月

受講・体験・見学のお申し込みは、事前のご予約をお願いいたします

☎075-705-0131

〒606-8103 京都市左京区高野西開町36
洛北阪急スクエア 2F

【電話受付】
10:00～19:00
※日曜 18:00迄

WEBから
予約OK!

当会様の
TOPページは
こちらから
アクセス可能!

総合TOPページは
こちらから
「特価・いい価格」や
「総合ニュース」も
是非ご覧ください

検索 JEUGIAカルチャー

https://culture.jeugia.co.jp

▼詳細はこちら

10/31

キャンペーン

体験当日または体験なしの入会で
新規ご入会
入会金半額

シニアの方・会員様の新たな受講申込で抽選会参加のチャンスあり!
※他の特典併用はご利用いただけません。※一部対象外の講座・会場あり



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

一緒に汗を流そう!
大人のためのダンスフィットネス

講師 鈴木ラソン ダンスプロデューサー

プロ講師が考案!
ダンスステップを中心とした
ダンスフィットネス
プログラムです

「運動不足を解消したいけど、何から始めればいいのかわからない...」
「ダンスには興味あるけど、自分にできるかな不安...」
そんな方にぴったり!
現役でプロの現場でも活躍しているダンサーが監修。本格的なダンスへのステップアップも可能です!
音に合わせて一緒に楽しく踊りましょう!
あなたの「やってみよう」を全力で応援します!

第1・3(土) 10:30～11:15 月額6,814円(税込)

体験 8/30(土)・9/6(土)・9/20(土)・10/4(土)・10/18(土)
体験料 3,000円

NEW

シニアのためのストリートダンス

講師 Ji-no&Ba-no JDACダンス教育指導士・JDAC認定ダンス指導員(第1級)

シニア夫婦で教える。シニアの為にゆっくりストリートダンス。70・80年代のアメリカンポップス、ディスコサウンドなどの曲を使い、時間をかけて丁寧に指導します。

第1・3(月) 14:00～15:00
月額4,884円(税込)

体験 9/1(月)・9/15(月祝)・10/6(月)・10/20(月) 体験料 1,100円

NEW

ベリーダンスレッスン
～心身と向き合う自分のための時間～

講師 森下昌美 NurBellydance主宰

ベリーダンスの特有の動きは、体幹や柔軟性を高め身体を整えます。また、音楽を感じて踊るダンス本来の楽しさを味わい心が豊かになります。特有の動き(アンブレーション)によりコアマッスルを鍛えたり、シルクベールを使った運動で柔軟性を高め、美しい姿勢を作ることで身体を整えることにあります。

第2・4(水) 11:00～12:00
月額7,414円(税込)

体験 9/10(水)・9/24(水)・10/8(水)・10/22(水) 体験料 3,300円

NEW

週末のちょこっと作り置き教室

講師 にしむら えいこ NPO法人KYOTOこはんサポーター認定サポーター

冷蔵庫の野菜を手軽に3品! 気軽に楽しむ10分ごはん教室。料理のコツや雑学も満載で、毎日のごはん作りがもっとラクに楽しくなります。

【9月の献立】
・塩麴のから揚げ
・塩麴のから揚げ
・ほうれん草と果物の白和え
・さつまいものレモン煮

第1(金) 11:00～13:00 月額4,270円(税込)

体験 9/5(金)・10/3(金) 体験料 3,500円 材料費 2,200円程度

NEW

大人のための将棋教室

講師 大山勝義 日本将棋連盟公認将棋指導員/南丹支部支部長/京都府連理事

今、シニアの脳トレとしても大人気です! 将棋は、思考力・集中力・判断力・想像力・決断力など頭脳のスポーツです。初段をめざして、親切丁寧に指導します。

第2・4(木) 13:00～15:00
月額4,840円(税込)

体験 9/11(木)・9/25(木)・10/9(木)・10/23(木) 体験料 2,035円

NEW

からだ整うピラティス

講師 山本 孝 フィットネス企画代表 健康運動指導士

ピラティスやストレッチ体操を日常生活に取り入れ、美しく健やかに過ごしましょう。姿勢の悪さの原因となる「肩こりや腰痛、O脚」などを運動の中で矯正していきます。ゆっくりとした呼吸に合せ、気持ちよく体を動かしていただけます。

(木) 19:30～20:30 月額7,414円(税込)

体験 9/11(木)・9/18(木)・9/25(木) 10/2(木)・10/23(木) 体験料 2,475円

NEW

フラワーアレンジメント教室

講師 大島知子 華道園芸

初めての方でも大丈夫!基本を学びながら気軽に参加できます。季節の花を使った生花のアレンジメントやスワッグ、ブーケ、ドライフラワーのリースなどが作れます。お花と触れ合うちょっとぜいたくな時間、一緒に始めませんか?

(水) 10:30～12:30
※午後レッスンの場合もあります。
月額2,970円(税込)

体験 9/10(水) 10:30～・10/22(水) 13:00～ 体験料 1,100円 材料費 2,500円

NEW

アルコールインクアート&レジンアート◇Lesson

講師 Ayane アルコールインクアーティスト

いろんな技法が楽しく学べる! 風を使って心のままに描く癒しのアートをどうぞご体験ください! 初心者の方でも素敵な作品が仕上がります! アルコールインクアートを使用した作品作りのほか、レジンアートも当講座で学んでいただけます。

第2(日) 10:30～12:30 月額5,170円(税込)

体験 9/14(日) 体験料 2,000円 材料費 2,200円(通常4,400円)

NEW

モビバンピラティス

講師 藤本智奈美 モビバンピラティスインストラクター

健康と若さは背骨の柔軟性にあります。モビバンピラティスの効果をお試しください!モビバンというツールがエクササイズをサポートしながら適切な負荷を与えてくれます。誰でも安全に楽しくエクササイズを行うことが可能です。

第2・4(火) 10:30～11:30
月額3,784円(税込)

体験 9/9(火)・9/23(火祝)・10/14(火)・10/28(火) 体験料 1,100円(通常1,485円)

NEW

①ヤムナ®フットフィットネスプライベートレッスン
②ヤムナ®ボディローリングプライベートレッスン

講師 RYOKO ヤムナ®YBR,YFF,YFS基礎プラチチアローハタヨガ、インヨガ、エアリアルヨガ、ヨガクア・level1,2RYT(米米ヨガインストラクター)200

①フットフィットネスは全身の基礎である足の骨をそれぞれにスペースを与える事で、足の様々な問題である外反母趾やハムマート、足底筋膜炎、アーチの前れや膝痛、腰痛などを改善していきます。正しい歩行を身につけていくまで好きな靴を履ける健康的な足を目指していきます。

①第1・3(土) 14:00～【個人1回/30分】
月額6,864円(税込)

②第1・3(土) 14:45～【個人1回/45分】
月額9,614円(税込)

体験 9/6(土)・9/20(土)・10/4(土)・10/18(土) 体験料 ①2,200円 ②3,300円

NEW

ホルン教室

講師 浅野友香 京都市立芸術大学音楽学部卒業

初心者の方から経験者の方まで。一人ひとりに合わせたレッスンをいたします。一緒にホルンを楽しみましょう!

第1・3(木) 16:00～以降
【個人1回/50分】
月額10,780円(税込)

体験 9/4(木)・9/18(木)・10/2(木)・10/16(木) 体験料 2,200円(体験30分)

Pick Up

タンバリン

講師 田島 隆 タンバリン奏者

開講決定! スターメンパー募集中! タンバリンがもつドラムやパーカッションのようにはカラオケの賑やかしではない。楽器としての「タンバリン」プロの打楽器奏者も知らない特別な奏法があなたのもの!

第2・4(火) 19:00～20:30 月額6,930円(税込)

体験 9/9(火)・9/23(火祝)・10/14(火)・10/28(火) 体験料 3,080円

NEW

こども将棋教室

講師 大山勝義 日本将棋連盟道場指導員南丹支部支部長 日本将棋連盟京都府連会長

将棋は年齢差を超えて楽しめる知的ゲームです。入門クラスは、駒の種類や動き・ルールを学びます。初級クラスは、初段の資格を目指すテキストによる実戦、詰将棋、戦法解説などを大盤にて説明します。少年期の能力開発にも役立ちます。

①【入門クラス】
第2・4(木) 16:00～17:00
月額3,630円(税込)

②【初級クラス】
第2・4(木) 17:00～19:00
月額4,840円(税込)

体験 9/11(木)・9/25(木)・10/9(木)・10/23(木) 体験料 ①1,430円 ②2,035円

NEW

とことどこどもお料理教室

講師 高井 愛 とことどこどもお料理教室認定講師

大好評につき午後クラス増設! こどもに人気のレシピ!こどもたちだけで作るお料理!とことどこどもお料理教室。ひとりで作れる!自信がつけ!切る・計る・調理器具を使うなど、お料理のすべてをこどもたちで、「考える力」「生きる力」を育みます。

第4(土) 13:30～15:30 月額3,344円(税込)

体験 9/27(土)・10/25(土) 体験料 2,530円 材料費 1,800円

Pick Up

フェイクスイーツ【入門クラス】 全3回

講師 ねんどろ フェイクスイーツ作家・講師

樹脂粘土を使ってフェイクスイーツ作りましょう。樹脂粘土の扱い方やホッップの絞り方など、基礎から丁寧に指導いたしますので初めての方でも気軽に始めていただけます。

第2(木) 13:00～15:00
全3回10,230円(税込)

体験 9/11(木)・10/9(木) 体験料 1,650円 材料費 800円

Pick Up

ハワイアンキルト

講師 奥谷貴久子

ハワイの伝統的な手仕事、ハワイアンキルト。部屋を飾るタペストリー、ポーチやバッグなど、個々のスキルに合わせてハワイアンキルトの基礎から丁寧に指導いたします。ハワイアンミュージックを聞きながらゆったりとした気持ちで、針・針を進めてみませんか?

第2・4(金) 13:30～15:30
月額6,930円(税込)

体験 9/12(金)・9/26(金)・10/10(金)・10/24(金) 体験料 3,000円 材料費 800円

Pick Up

キッズスポーツエクササイズ

講師 Sayaka キッズスポーツインストラクター

公園以上の遊び×スポーツのワクワク! どんなスポーツにおいても土台となる運動の基礎があります。運動の基礎をしっかりと育てて、鍛えておくことで、将来どんなスポーツにおいても柔軟に対応できるようになります。発達に気になるお子様も受講可能です。

第1・3(火) 16:00～17:00【3歳～小3】
17:00～18:00【小4～小6】
月額4,334円(税込)

体験 9/2(火)・9/16(火) 10/7(火)・10/21(火) 体験料 1,100円

Pick Up

B-TRIBEストリートダンススクール
キッズHIPHOP入門

講師 Mizuki Einz16代目B-TRIBE Official Member

トップレベルのダンサーを輩出するB-TRIBEストリートダンススクールによる本格レッスン!ダンスが初めてでも基礎から丁寧に指導します。発表会にも挑戦! 【キッズHIPHOP入門】ダンス初心者でも大丈夫な「現役トップクラス」のキッズレッスン!基礎からしっかり学べます。音楽に合わせてかっこよく踊ろう! (木) 18:00～19:00 月額8,074円(税込)

体験 9/18(木)・9/25(木)・10/2(木)・10/9(木) 体験料 1,800円

Pick Up

キッズタップダンス

講師 TAMBO タップダンサー

テレビや映画で観た事はあるけど、習える機会が少ないタップダンス。パラスン感覚やリズム感を養いながら楽しくダンスを習得していきましょう。第2・4(火) 18:30～19:30 月額6,644円(税込)

体験 9/9(火)・9/23(火祝)・10/14(火)・10/28(火) 体験料 3,025円

Pick Up

草野派系東流空手教室

講師 草野優香 草野派系東流空手道会三代目宗家後継

系東流はオリンピックに出場する選手もいる伝統空手の四大流派の一つ。身体だけでなく、強い精神力や礼儀作法を身に付けることができます。(水) 17:00～18:00【3歳～小3】
18:10～19:10【小学生～】
月額7,689円(税込)

体験 9/17(水)・9/24(水)・10/1(水)・10/8(水) 体験料 550円

Pick Up

合気道

講師 井後義雄 現代の子屋 井後道場 道場長

武術は礼に始まり、礼に終わる。形をくり返し稽古することにより心と身体の使い方、護身術を修得していきます。勝ち負けを競わない武術の特色として年齢、体格差、性別を問わず一緒に稽古が出来、自然と相手を楽しめる心が育まれます。(月) 18:00～19:00 月額6,644円(税込)

体験 9/8(月)・9/29(月)・10/6(月)・10/20(月) 体験料 1,870円

Pick Up

ストレッチバレエ&バレレッスン

講師 藤本智奈美 アールバレエスタジオ主宰

柔軟な身体、美しい姿勢を維持するために、バレエの基礎とバレエレッスンで日々の凝り固まった筋肉をほぐしましょう。初めての方大歓迎です。

第2・4(火) 10:30～11:30 月額5,764円(税込)

体験 9/13(火)・9/27(土)・10/11(土)・10/25(土) 体験料 2,200円

Pick Up

椅子で健康タップダンス

講師 TAMBO 中高生期運動指導士タップダンサー

足腰に不安のある方でも、椅子に座ってのしく安全に健康づくり。リズムに乗って足を動かして音を出すのが爽快です。

第2・4(火) 17:20～18:20
月額7,194円(税込)

体験 9/9(火)・9/23(火祝)・10/14(火)・10/28(火) 体験料 3,190円

Pick Up

チベットヨガ(チベット体操)

講師 寺田祥子 カジモメソッド・チベット体操伝道師

チベット体操自体が「意の瞑想」と呼ばれ、「今、ここ」に意識を集中するマインドフルネスの状態になります。深い呼吸にのせて、身体を動かして行く。それだけで身心エネルギーが活性化され、心も身体も整い、生きる活力が湧いて来る。なにより、簡単にポーズも5つだけ。毎日続けることでその効果の即効性は驚くべきです。

第2・4(金) 10:30～11:45
月額6,864円(税込)

体験 9/12(金)・9/26(金)・10/10(金)・10/24(金) 体験料 3,000円

Pick Up

チベットヨガ(チベット体操)

講師 寺田祥子 カジモメソッド・チベット体操伝道師

チベット体操自体が「意の瞑想」と呼ばれ、「今、ここ」に意識を集中するマインドフルネスの状態になります。深い呼吸にのせて、身体を動かして行く。それだけで身心エネルギーが活性化され、心も身体も整い、生きる活力が湧いて来る。なにより、簡単にポーズも5つだけ。毎日続けることでその効果の即効性は驚くべきです。

第2・4(金) 10:30～11:45
月額6,864円(税込)

体験 9/12(金)・9/26(金)・10/10(金)・10/24(金) 体験料 3,000円

Pick Up

いつでも、始められる書道

タ方からのマイペース書道

講師 小林緑彦 書道書道会会員

第1・3(水) 17:30～19:30
月額4,290円(税込)【こども】
月額5,720円(税込)【大人】

体験 9/3(水)・9/17(水) 10/1(水)・10/15(水) 体験料 1,760円

Pick Up

たのしい書道教室

講師 井上加寿美 書道書道会会員

第1・3(土) 16:00～18:00
月額4,290円(税込)【こども】
月額5,720円(税込)【大人】

体験 9/6(土)・9/20(土) 10/4(土)・10/18(土) 体験料 1,760円

Pick Up

ファミリー書道

講師 蛭川麗隆 書道書道会会員

第2・4(日) 13:30～15:30
月額4,290円(税込)【こども】
月額5,720円(税込)【大人】

体験 9/14(日)・9/28(日) 10/12(日)・10/26(日) 体験料 1,760円

Pick Up

大人の美文字教室

講師 専任講師 書道書道会所属

第1・3(土) 13:30～15:00 月額6,160円(税込)

体験 9/6(土)・9/20(土)・10/4(土)・10/18(土) 体験料 2,805円 材料費 500円

Pick Up

現役筆耕士による美文字教室

講師 高田佐知子 筆耕士

第3(日) 10:30～12:30 月額2,970円(税込)

体験 9/21(日)・10/19(日) 体験料 2,200円 材料費 1,000円

Pick Up

希望

希望

入会金不要・資格取得講座

特別 耳つぼジュエリー初級講座

講師 大崎理美 耳つぼジュエリー協会初級講座認定講師

耳は1か所1か所、ジュエリーのついたチタンの粒を耳つぼに貼って、刺激を与えることによってダイエットや肩こり解消、皮膚改善など、さまざまなお悩みが解決します。驚くほどリフトアップの効果が見られる方も!受講後は初級ジュエリー(修了証)が取得でき自宅やサロンで開業することも出来ます。

9/6(土)・10/4(土)各日10:30～12:30
受講料 5,500円(税込) 申込締切1週間前
教材費 15,000円(税込/資格認定料込) (入会金不要)

特別 美脚・浮腫みを軽減 副業・サロンメニュー フットリフレクソロジー基礎資格講座

講師 田中百合子 一社国際フットリフレクソロジー協会理事

人々の足裏からふくらはぎまでの本格的マッサージ手法を学べる講座が登場!癒しの技は一生の宝。サロンのオプションメニューはもうそろそろ、エステやイベント等でお客様へ、施術料金をもらう事が出来る大変納得できる内容の資格講座です。

9/9(日) 13:30～16:30
受講料 11,000円(税込) 申込締切1週間前
教材費 11,000円(税込/修了証込) (入会金不要)

特別 日本酒ナビゲーター認定講座

講師 川添智美 明酒師・日本酒学講師

日本酒好き必見! 基礎知識+たっぴり試飲で大満足の日本酒の基礎知識から楽しみ方、ラベルの見方、専門用語など分かりやすくお伝えします。各種タイプのお酒の試飲たっぷり!パティに合ったおつまみとの相性体験も楽しめます。

9/6(土) 13:00～16:30
受講料 4,400円(税込) 申込締切9/4(土)12:00まで
材料費 4,000円(税込)・認定書発行別途 (入会金不要)

特別 日本酒ナビゲーター認定講座

講師 川添智美 明酒師・日本酒学講師

日本酒好き必見! 基礎知識+たっぴり試飲で大満足の日本酒の基礎知識から楽しみ方、ラベルの見方、専門用語など分かりやすくお伝えします。各種タイプのお酒の試飲たっぷり!パティに合ったおつまみとの相性体験も楽しめます。

9/6(土) 13:00～16:30
受講料 4,400円(税込) 申込締切9/4(土)12:00まで
材料費 4,000円(税込)・認定書発行別途 (入会金不要)

無料見学・体験レッスン受付中

1～2歳 ぶっくー

2023年4月2日～2024年4月1日生対象

2～3歳 ぶっくー

2022年4月2日～2023年4月1日生対象

3歳(年少)からの ぶらりまーり

2021年4月2日～2022年4月1日生対象

4～5歳(年中・年長)のための ぶらりまーり

2019年4月2日～2021年4月1日生対象

小学1・2・3年生のための プレジュニア プレジュニアパーソナル

2016年4月2日～2019年4月1日生対象

入会受付中!

詳細はホームページをご覧ください

Pick Up

青春ポップス

講師 ヤマハ音楽教室システム講師

カラオケ以上、レッスン未満。みんなで歌いながら、踊りながら、あの頃の曲を楽しく90分。映像を見ながら簡単に振り付けやステップをレッスンの仲間と楽しく歌いましょう。

月2(月) 10:30～12:00
13:30～15:00
月額4,400円(税込)

無料体験 9/8(月)・9/22(月)・10/6(月)・10/20(月)

オンライン中継講座

特別 コミュニケーション心理アドバイザー認定講座

講師 NPO法人IATH認定講師

職場でのコミュニケーションをスムーズにしたい、職場で悩む人の相談相手をしてあげたい、人間関係をスムーズにしたい、仕事で悩む人の相談相手をしてあげたい...コミュニケーション心理アドバイザー修了者には、「コミュニケーション心理アドバイザー」を発行いたします。

～ポイント～
・1日でも資格取得!単位制!いかにスムーズに、
・自信を知り、他人を知る技術、心を知るスキルが満載。
・相手を理解する力はコミュニケーションがスムーズに、
・家族、友人、会社での付き合い等様々な状況に対応。

9/15(月祝)・10/29(火) 13:00～19:00
10/13(月祝) 10:30～17:00 申込締切1週間前
受講料 29,500円(税込) 教材費 9,000円(税込/認定料・修了手数料込)

特別 発達支援教育士認定講座

講師 魚林佐起子 (株) 整理収納教育士代表

発達障害・グレーゾーンと言われる子どもたちの日々の生活をサポートするためのアイディアやヒントをご紹介します。特性のある「子ども」の自立を促すためには、環境を整えるだけでなく、子どもとのコミュニケーションを円滑にしながら、身近な人(家族の管理)やお金の使い方(金銭管理)を伝えることも大切です。発達支援教育士認定講座では、子ども達が障害の有無に関係なく、社会の中で、家族の中で、役割を持って人々に成長できるように、保護者や家族、周囲の人々をサポートする人たちが子どもの自立を促す方法を一緒に考えます。

9/12(金)・10/13(月祝) 各日10:30～17:00 申込締切1週間前
受講料 18,700円(税込) 教材費 7,700円(税込/認定料込)

Instagram

フォロ
お待ちいた
ております

