

いの

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 新=新講座 ●=単発(全1回)講座 * =外部提携教室 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
 ※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	曜日	時間	受講料
楽しい書道	岡林 御舟	㊗	10:00~12:00	13,140円
書道(かな・実用書)	竹内 昌子	第1・3 ㊗	10:00~12:00	10,440円
ペン書道	濱田 律	㊗	10:00~12:00	14,220円
日本画	荒木 陽一	第2・4 ㊗	18:30~20:30	10,440円
スケッチ・水彩画	和田 通博	㊗	13:00~15:00	14,300円
絵手紙	朝日 美恵	第2 ㊗	10:00~12:00	5,220円
楽しく日本舞踊	花柳 京和	㊗	13:00~14:30	13,500円
日本舞踊	坂東三乃里	㊗	15:30~17:00	-
俳句	森脇 杏花	第2・4 ㊗	10:00~12:00	10,440円
● スマートフォンの使い方を習得(入門編)	スマートフォンアドバイザー	不定期	不定期	1,000円
● スマートフォンの使い方を習得(応用編)	スマートフォンアドバイザー	不定期	不定期	1,000円
パッチワーク教室	町田 緑	第1・3 ㊗	10:00~12:00	-
手編み教室	三谷 房子	第2・4 ㊗	10:00~12:00	10,440円
和紙ちぎり絵	北村 桂子	第1・3 ㊗	13:00~15:00	8,880円
楽しい折り紙	月愛(るあ)	第2 ㊗	10:00~12:00	4,500円
アメリカンフラワー(Dip Art)	新見 厚子	第2 ㊗	10:00~12:00	4,470円
		第2 ㊗	13:00~15:00	4,470円
美色・押花	片岡ゆかり	第2・4 ㊗	13:00~15:00	10,440円
◎ 楽しいオカリナ教室(入門)	大目 真杏	第2 ㊗	13:30~15:00	6,150円
		第4 ㊗	13:30~15:00	6,150円
やさしいケーナ教室(入門)		第2・4 ㊗	15:30~17:00	12,300円
ハーモニカを楽しもう	橋 尚之	第1・3 ㊗	13:00~14:30	10,000円
◎ 中高年から始めるらくらくピアノ	毛利 千佳	第1・3 ㊗	10:30~12:00	-
		第1・3 ㊗	13:30~15:00	-

講座名	講師	曜日	時間	受講料
楽しい大正琴(初級)	田中 千賀	第1・3 ㊗	13:00~15:00	12,000円
◎ 楽しい大正琴(上級)		第1・3 ㊗	9:00~12:00	18,000円
スリーA方式・物忘れ予防教室	岡上 道代	第1・3 ㊗	10:00~12:00	7,380円
	廣瀬 文代			
ヨガ棒でヨガ	美濃部恵子	第2・4 ㊗	18:00~19:00	7,380円
ヨーガセラピー	久保田千秋	㊗	12:30~13:40	15,400円
ヒーリングヨーガ		㊗	14:00~15:10	15,400円
ピラティス	賀部 綾子	㊗	19:00~20:00	16,390円
リフレッシュヨガ		第2・4 ㊗	13:00~14:30	10,440円
◎ 自力整体	森部 侑恵	第2・4 ㊗	15:00~16:30	10,440円
はじめての社交ダンス	西山 典子	第2・4 ㊗	13:00~14:30	9,000円
アロハ ルアナ フラ	秋月小百合	㊗	10:30~12:00	12,330円
キッズダンス(3歳~小学1年生)	Keiko	㊗	10:00~10:45	11,000円
◎ キッズダンス(小学2年生以上)		㊗	11:00~12:00	11,000円
● パン・お菓子教室	江藤 里恵	㊗	(適宜)	2,500円
● いろはクッキングスタジオ	ホームメイドクッキング認定講師	(適宜)	(適宜)	(適宜)



楽しい書道【岡林御舟先生】(2021年8月撮影)



ヨーガセラピー(2019年7月撮影)

セリーズ

日程や受講料・教材費などの詳細はお問い合わせください。

◎=満席 新=新講座 ●=単発(全1回)講座 * =外部提携教室 ◆=不定期・受講期間が短期または長期の講座
 ※講座の特性等により受講期間が異なる一部の講座は、受講料表記をしていない場合があります。事務局までお問い合わせください。

講座名	講師	曜日	時間	受講料
やさしい踊り	花柳寿延弥	㊗	11:15~12:30	15,840円
岩崎勇の楽しい写真教室	岩崎 勇	第1・3 ㊗	14:00~16:00	13,500円
かわいい折り紙	月愛(るあ)	第2 ㊗	18:00~20:00	4,500円
シルバーエイジのための歌と体操	水野 美知	(月2回)㊗	13:00~14:00	10,500円
スリーA方式・物忘れ予防教室	及川 勝栄	㊗	13:30~15:30	14,760円
椅子でヨーガ	樋口 祐子	㊗	15:00~16:10	-
リズムミック★ウォーキング	早川 理香	㊗	10:00~11:00	15,990円
		㊗	10:00~11:00	14,760円
はじめてのストレッチ&ピラティス	朝倉 一恵	㊗	11:30~12:30	14,760円
		㊗	11:40~12:40	12,300円
ピラティス	賀部 綾子	㊗	11:30~12:30	16,390円
からだ調整ヨガ	山本 智恵	㊗	18:00~19:00	13,530円
		㊗	19:15~20:15	13,530円
ひきしめヨガ	山本 理恵	㊗	18:00~19:00	13,530円
		㊗	19:15~20:15	13,530円
らくらくヨガ	李 敬愛	㊗	12:00~13:15	14,760円
		㊗	13:50~15:05	14,760円
		㊗	13:00~14:15	15,990円

講座名	講師	曜日	時間	受講料
経絡リンパマッサージと中国気功	李 敬愛	㊗	11:50~12:50	19,500円
自力整体	森部 侑恵	㊗	14:00~15:30	21,000円
◎ ダイエットトレーニング	久保 左枝	㊗	10:00~11:00	13,530円
◆ ダイエットエクササイズ		(全3回)㊗	11:15~12:15	3,690円
◆ 男性限定!ダイエットエクササイズ		(全3回)㊗	11:20~12:20	3,690円
◆ ママとベビーのかんたんヨーガ	玉木 晶	(2カ月)㊗	10:00~11:00	8,640円
ベリーダンス	川島 亜弓	㊗	15:00~16:00	13,530円
社交ダンス(入門)	山崎 大輔	㊗	10:00~11:00	14,300円
アロハ ルアナ フラ	日比 愛子	㊗	19:00~20:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ(入門)	中川 久美	㊗	19:00~20:30	12,330円
アロハ ルアナ フラ	切詰 房子	㊗	10:00~11:30	12,330円
か・ん・た・ん♪フラメンコ	徳永 茉己	(月2回)㊗	10:30~11:30	13,500円



ベリーダンス(2019年12月撮影)



か・ん・た・ん♪フラメンコ(2018年7月撮影)