

いけ花・創作フラワー

※受講料は3ヵ月分(税込)

空間ディスプレイを楽しむ
プリザーブドフラワー

講師/フワースクール主宰 横山博子
日時/水曜日(第2) 19:00~20:50
受講料/5,610円
空間を生かしたフラワーインテリアを学び、オリジナル作品を作ります。お好きなお花の色を選べます。



新感覚フラワーアレンジメント「開花道」

講師/アポールフラワーアカデミー 代表 田中朝代
日時/木曜日(第3) 10:30~12:00
受講料/6,600円
暮らしにお花のエネルギーやセラピー効果を暮らしに活かすフラワーアレンジメントを学び、オリジナルの花を咲かせる至福の時間を。プッシュ体験 10月17日



～免疫カアップ～
楽しいフラワーアレンジメント

講師/ステラ・ブルー主宰 浅野あさみ
日時/金曜日(第1) 10:30~12:00
受講料/5,610円
カラフルなお花をふんばんに使い、おしゃれな癒やしの空間を演出します。



暮らしを彩る幸せリース

講師/アポールフラワーアカデミー代表 田中朝代
日時/土曜日(第2) 10:15~12:15
受講料/6,600円
生花、プリザ、アートフラワーの豊富な花材を用いて、さまざまな形のリース作りを楽しみます。プッシュ体験 10月12日



こども

※受講料は3ヵ月分(税込)

元気にチアダンス☆

◆対象/年長~小学生女児
講師/チアダンスインストラクター 堀恭子
日時/月曜日(第1-3) 17:00~18:00
受講料/9,240円
笑顔・元気・思いやり」を基に、リズム感と柔軟な体、協調性などが身に付きます。



こどもバレエ

①3歳~小学1年生 ②小学2年生~小学6年生
講師/川島ナナバレエ研究所 教師
日時/水曜日(毎週) ①16:30~17:30 ②17:30~18:30
受講料/16,500円
クラシックバレエの基本を親切丁寧に指導します。子どもの豊かな心と健康な身体を養います。



こども習字(毛筆・硬筆)

◆対象/年長~小学生
講師/岐阜県書作家協会常任理事 長屋天虹
日時/木曜日(第1-3) 17:00~18:00
受講料/8,250円
ひらがな、漢字のかき方の基礎を筆、鉛筆を用いておけいこ。段、級の取得もできます。



たのしい! HIPHOPキッズ

◆対象/小学1年生~中学3年生
講師/dancing base ZENITH No.1インストラクター haruya
日時/土曜日(毎週) 13:30~14:50
受講料/24,000円
たっぷり80分レッスン! 基礎からしっかり身に付くレッスンで、毎回上達を感じ、楽しくなること間違いなし!



お茶のおけいこ

◆対象/3歳~中学生
講師/茶千家教授 日比野宗悠
日時/土曜日(第2-4) 10:30~11:30
受講料/7,260円
おいしいお菓子をいただきながら、お作法からお点前まで、やさしく楽しくお稽古します。



こども生け花教室

◆対象/年中~(親子で受講もできます)
講師/池坊岐阜中央支部支部長 大島綾子
日時/土曜日(第2-4) 15:00~16:00
受講料/7,260円。親子1組の場合:13,200円
草花を通して自然を大切にし、考える力や集中力を育て、礼儀作法を学びます。



キッズテコンドー

◆対象/年長~中学生
講師/国際テコンドー連盟 指導員 北川憲吾
日時/土曜日(毎週) 16:00~17:00
受講料/15,840円
体を鍛えることはもちろん、礼儀の大切さやメンタルも強く成長できるように指導します。



お申込みは
お電話もしくはお申し込み

プッシュ体験講座

レディース健康マージャン

9月17日(火) ①14:00~16:00 ②18:45~20:45

講師/日本プロ麻雀連盟中部本部所属 若松正和
受講料/1,100円
【持ち物】筆記用具



脳活にいいといわれるマージャン。近頃は特に中高年からシニアの女性に人気です。真剣の中に和気あいあいとした楽しさがあります。初心者歓迎です。

暮らしを彩る幸せリース

10月12日(土) 10:15~12:15

講師/アポールフラワーアカデミー代表 田中朝代
受講料/550円
花材費/5,500円
【持ち物】花ばさみ



季節の花材ですてきなスタイルのリースを作りましょう。生花からドライまで長く飾って楽しんでいただけます。※写真はイメージ、花材は当日のお楽しみ。

こころ和む絵手紙・水彩画

9月22日(日) ①10:00~12:00 ②13:00~15:00

講師/絵手紙・水彩画教室講師 横山寿美子
受講料/1,100円
材料費/500円
【持ち物】タロウ、水入れ、ティッシュ、割箸



季節の絵手紙を描いてみませんか。絵のうまい下手は関係ありません。どなたでも心あたまるお便りが作れます。

秋のフラワーアレンジメント『開花道』

10月17日(木) 10:30~12:00

講師/アポールフラワーアカデミー代表 田中朝代
受講料/550円
花材費/5,500円
【持ち物】花ばさみ



ちょっとリッチにワンランク上の生花でアレンジを楽しみませんか。お花のエネルギー、セラピー効果を感じる内容です。※写真はイメージ、花材は当日のお楽しみ。

手編みのハンドウォーマー

10月1日・15日(火) 13:00~15:00

講師/(公財)日本手芸普及協会手編み准師範 上杉直子
受講料/2,200円(2回分)
材料費/1,000円
【持ち物】かぎ針5号と7号



菱形のワッフルのように凸凹が特徴の模様編みのハンドウォーマーを2回で編みます。色はグレー、一組です。

たのしい! HIPHOPキッズ

①9月21日(土) ②9月28日(土) 13:30~14:50

講師/dancing base ZENITH No.1インストラクター haruya
受講料/無料
【持ち物】動きやすい服装、室内シューズ、タオル、水分



まずは体験でチャレンジ! 楽しいはもちろん、指導に定評のあるインストラクターが基礎から分かりやすくレッスン。対象/小学1年生~中学3年生

powered by GIFU HOUSIN GALLERY

秋の受講生募集
2024 10月▶12月

岐阜プレミアムカルチャーズ
Sa Ka Su. さかす

新しく始める、人生は楽しい。

10月からの新講座

※受講料は3ヵ月分(税込)

趣味と暮らし ★10月22日スタート

「私らしさ」の心理学 全3回

講師/parareer代表、(一社)アハトレーニング協会理事 中村亜綺
日時/火曜日(第4) 10:00~11:30
受講料/9,900円



なんとなく他人に合わせてしまう、後悔することが多い、他人の評価が気になる...など。それ、「自分らしさ」を迷子に。日常生活で生かせる心理学を学んで、生きづらさを手放し、あなただけの個性を発見しませんか? うつ病克服経験のある講師が、実践的な事例を交えて講義をします。

趣味と暮らし ★10月16日スタート

季節を彩るラッピング

講師/ラッピング協会認定校 教師 石川悦子
日時/水曜日(第3) 13:00~15:00
受講料/6,600円



基本からアレンジまで季節や行事に合わせて楽しくレッスンします。フラワーや和のラッピング、リボンワーク、慶事・申事の包み分けなど、幅広く学ぶことができます。趣味はもちろん、お仕事にもプラスです。

プッシュ体験 9月18日(水) 13:00~15:00 受講料 1,100円 材料費 1,100円

クラフト・手工芸 ★10月8日スタート

つるし飾り・ちりめん細工

講師/ハンドメイド織布 主宰 大塚まゆみ
日時/火曜日(第2) 10:00~12:00
受講料/5,610円



縁起物や四季のモチーフをちりめん、和布で作ります。置き飾りで楽しんだり、つるして飾ると豪華です。和のインテリアとして一年中観られています。

プッシュ体験 9月24日(火) 10:00~11:30 受講料 1,100円 材料費 500円 (持ち物) 裁縫道具

趣味と暮らし ★10月22日スタート

中国茶 ~和みの時間~

講師/茶藝師 竹中綾子
日時/火曜日(第4) 13:30~15:00
受講料/8,250円



中国茶の基本的な知識に加え、個人では入手が難しく貴重な茶を味わうことで「知る・楽しむ」から中国茶の世界を広げていきます。毎回2種類ほど、六大分類に合わせて6ヵ月で茶種について学びます。

プッシュ体験 9月24日(火) 13:30~15:00 受講料 2,750円 材料費 1,000円

趣味と暮らし ★10月19日スタート

元CAが伝授! 印象美人になる方法

講師/元JAL客室乗務員、日本サービスマナー協会認定 マナー講師 大石早弥華
日時/土曜日(第3) 10:00~11:00
受講料/8,250円



あなたの周りに印象がいいなと感じる女性はいませんか? 見た目や立ち居振る舞い、話し方、気遣いなどについて実践形式のレッスンを受け、あなたが良い印象を与える女性になりましょう。CA時代に身に付けた好印象を与える秘訣とマナー講師としての指導経験に基づきお伝えします。

音楽 ★10月9日スタート

本格! 津軽三味線(入門) ※楽器のレンタル有

講師/加藤流三絃道秋会師範 加藤訓泰
日時/水曜日(第2-4) 19:00~20:00
受講料/16,500円



津軽三味線は豪快かつ繊細な音色が特徴的な和楽器です。全国大会入部門で3度の優勝を誇る講師が丁寧に指導致します。津軽三味線を聴いてみたい、触ってみたい、弾いてみたい方はどなたでも歓迎です。

プッシュ体験 9月25日(水) 19:00~20:00 受講料 無料 (持ち物) お持ちの方は三味線 ※民謡用でも可

趣味と暮らし ★10月2日スタート

今日から始める顔ヨガ 全3回

講師/顔ヨガインストラクター、歯科衛生士 石井ゆか
日時/水曜日(第1) 10:00~11:00
受講料/9,240円



マスク生活が長く続き、お顔の筋肉の衰えから老け顔、口周りに悩む方が少なくありません。顔ヨガに取り組み、表情を作っている筋肉(表情筋)に働きかけて、マイナス6歳を目指します! 表情が豊かになり、明るく元気な印象を与えることができます。

いけ花・創作フラワー ★10月4日スタート

四季を楽しむ生け花

講師/池坊岐阜中央支部支部長 大島綾子
日時/金曜日(第1) 15:00~16:00
受講料/5,280円



現代の暮らしの空間に合う生け花を楽しんでみませんか。四季折々さまざまな草木や花の美しさに触れる和やかな時間です。

音楽 ★10月3日スタート

楽しい二胡(①入門クラス)

講師/胡学会主宰 シーナ(廣井博子)
日時/木曜日(第1-3) 10:10~11:10
受講料/16,500円



はじめての方を対象に、ゼロからスタートします。習ってみたいだけの憧れの二胡に挑戦してみませんか。

プッシュ体験 9月19日(木) 10:10~11:00 受講料 550円 (持ち物) お持ちの方は二胡、筆記用具

●新規募集の講座は、初回の1週間前までに催行人数に達しない場合、開講中止と判断させていただきますので、お早めに申込みください。

お申込み方法 ※1日体験講座、特別講座の申込み方法は異なります。

- 事前にお申し込みをください
お電話、ご来店またはホームページから
- 下記のいずれかより受講料を前納してください
●銀行振込でのお支払い
●払込用紙でのお支払い
- お申込み完了
各講座がスタートします。その後のご連絡はいたしませんので、講座開始時間の5分前にはお越しください。

ほとんどの講座が毎月スタートでき、見学も可能です。
★NEW講座以外は継続開講の講座ですので、体験・見学で内容やレベルをご確認ください。
※満席の場合は体験・見学をお受けできません。

TRV 新規の講座です 資格取得 希望の場合は資格取得できます

RE 講座名と一部内容が変更された講座です 女性 女性限定の講座です

受講のご案内

＜受講料などについて＞
●受講料はお申込み後、指定の期日までに3ヵ月分またはご案内の金額を前納してください。
●納入された受講料は原則返金できません。
●天災や教室側のやむを得ない事情で休講になった場合は、振替、相殺などに対応いたします。
●欠席の場合、受講料などの返金や振替受講はありません。
●教材費・材料費など別途必要な講座があります。

詳しくはホームページでご確認ください

お申込み・お問い合わせ
岐阜プレミアムカルチャーズ Sa Ka Su. さかす
058-383-7833
各務原市那加萱場町3-8 (第2・4月曜日定休)
イオンモール各務原インター 3F
culture-kakamigahara@gifu-np.co.jp

無料駐車場完備

市民公園前駅 各務原市役所前駅 JRF高山本線
新加納駅 那加駅 那加駅前駅 各務原市役所
那加日新駅 那加駅前駅 21
イオンモール各務原インター3F
緑町4 小佐野町

秋のスペシャル1day

きれいな女優がやっている
やせメンタルのつくりかた
9月28日(土) 10:00~11:15
講師/演技指導師 鰐淵将市
受講料/2,970円

体形を気にされる方、女性・男性問わず、ぜひご参加ください。きれいになりたいイメージを加速、どんな自分になりたいのか? 明確にイメージするほど「きれい」が近づきます。そのための方法が「なりきり」メソッドです! その芸能人だけが知っている「やせメンタル」を、本講座と同名書籍の著者がみなさまに直接お伝えします。

ペーパーリーファートで
大好きな人の似顔絵をつくろう!
10月6日(日) 13:00~15:00
講師/Little Museum&ペーパーリーファート倶楽部代表 岩越昌文
受講料/1,650円(2名分・材料費込)

紙を葉っぱ型に切り、その組み合わせで絵を作ります。作成した作品はラミネート加工し、プレゼントにも喜ばれます。親子、夫婦、カップル、友達など、二人で参加することで楽しさが倍増! 世界に一つだけの特別な似顔絵を作りましょう!

～身体のお悩みは足裏から整えよう～
足もみレッスン 女性
10月7日(月) 10:00~11:30
講師/tattom. 主宰 いたうまい
受講料/1,980円 教材費/1,700円
【持ち物】フェイスタオル2枚、常温のお水

足裏の状態での体の悩みをみていきます。基本の反射区と、お悩みに対しての反射区をお伝えします。専用の棒の使い方、ご自宅セルフケアできるように一度正しく学んでみませんか。冷えやむくみの改善、リラックス効果なども期待できます。
※禁忌事項あり。

伝統工芸を楽しむ
うるし絵のフリーカップ
11月13日(水) 10:00~11:30
講師/うるしと蒔絵の雑貨suo、漆芸作家 太田桃子
受講料/2,200円 材料費/2,750円
【持ち物】エプロン、マスク(かぶれ対策)

そばちょこサイズの木のカップに、うるしを使って絵付けをします。型紙をご用意していますので、初めての方でもステップアップが出来ます。うるし絵の雑貨suo、漆芸作家 太田桃子 受講料/2,200円 材料費/2,750円 【持ち物】エプロン、マスク(かぶれ対策)

※かぶれ対策を行い、かぶれにくい漆を使用しますが、肌にくつかれる場合があります。ご理解の上でご参加ください。※仕上げの研ぎを磨きため、作品は2週間後のお返しになります。

きれいな女優がやっている
やせメンタルのつくりかた
9月28日(土) 10:00~11:15
講師/演技指導師 鰐淵将市
受講料/2,970円

体形を気にされる方、女性・男性問わず、ぜひご参加ください。きれいになりたいイメージを加速、どんな自分になりたいのか? 明確にイメージするほど「きれい」が近づきます。そのための方法が「なりきり」メソッドです! その芸能人だけが知っている「やせメンタル」を、本講座と同名書籍の著者がみなさまに直接お伝えします。

ペーパーリーファートで
大好きな人の似顔絵をつくろう!
10月6日(日) 13:00~15:00
講師/Little Museum&ペーパーリーファート倶楽部代表 岩越昌文
受講料/1,650円(2名分・材料費込)

紙を葉っぱ型に切り、その組み合わせで絵を作ります。作成した作品はラミネート加工し、プレゼントにも喜ばれます。親子、夫婦、カップル、友達など、二人で参加することで楽しさが倍増! 世界に一つだけの特別な似顔絵を作りましょう!

～身体のお悩みは足裏から整えよう～
足もみレッスン 女性
10月7日(月) 10:00~11:30
講師/tattom. 主宰 いたうまい
受講料/1,980円 教材費/1,700円
【持ち物】フェイスタオル2枚、常温のお水

足裏の状態での体の悩みをみていきます。基本の反射区と、お悩みに対しての反射区をお伝えします。専用の棒の使い方、ご自宅セルフケアできるように一度正しく学んでみませんか。冷えやむくみの改善、リラックス効果なども期待できます。
※禁忌事項あり。

伝統工芸を楽しむ
うるし絵のフリーカップ
11月13日(水) 10:00~11:30
講師/うるしと蒔絵の雑貨suo、漆芸作家 太田桃子
受講料/2,200円 材料費/2,750円
【持ち物】エプロン、マスク(かぶれ対策)

そばちょこサイズの木のカップに、うるしを使って絵付けをします。型紙をご用意していますので、初めての方でもステップアップが出来ます。うるし絵の雑貨suo、漆芸作家 太田桃子 受講料/2,200円 材料費/2,750円 【持ち物】エプロン、マスク(かぶれ対策)

※かぶれ対策を行い、かぶれにくい漆を使用しますが、肌にくつかれる場合があります。ご理解の上でご参加ください。※仕上げの研ぎを磨きため、作品は2週間後のお返しになります。

語学 ※受講料は3ヵ月分(税込)

楽しく学ぶスペイン語(初級)
講師/スペイン語講師 奥田マリサ
日時/日曜日(第1・3) 13:00~14:00
受講料/13,200円

楽しく話そう中国語
日時/火曜日(第2・4) 10:00~11:00
受講料/11,220円

中国語つぎへの一歩
日時/火曜日(第2・4) 11:10~12:10
受講料/11,220円

楽しいハングル ①初級1 ②初級2 ③中級1
講師/韓国語講師 安元會
日時/木曜日(第2・4) ①10:15~11:15
②11:25~12:25 ③12:30~13:30
受講料/13,200円

大人のためのリラックス英会話
講師/Private English School 英語事業部 河合慶子
日時/金曜日(第2・4) 13:30~14:30
受講料/11,550円

~お仕事帰りにリフレッシュ~ 初級英会話
講師/Private English School 英語事業部 河合慶子
日時/金曜日(毎週) 19:00~20:00
受講料/23,100円

和のおけいこ ※受講料は3ヵ月分(税込)

茶道 表千家 ①水曜日 ②日曜日
講師/表千家教授 日比野宗悠
日時/①水曜日(第1・3)
①10:00~12:00 ②13:30~15:00
③18:30~20:00
④日曜日(第1・3) 10:00~12:00
受講料/11,220円

茶道 裏千家
①午前クラス ②こどもクラス ③夜クラス
講師/淡交会裏千家終身師範 大島宗綾
日時/火曜日(第2・4) ①10:00~12:00
②17:00~18:00 ③18:00~20:00
受講料/11,220円、高校生以下:9,900円

きものを楽しむ着こなし講座
講師/装束きもの学院 院長 安田多賀子、
教授 岩松澄子、講師 足立美恵子
日時/①火曜日(第1・3) 18:45~20:30
②木曜日(第1・3) 10:15~12:00
受講料/着つけ:11,220円、
着せつけ:12,540円、
フォーマル着つけ:18,480円

民謡・新舞踊
講師/日本民謡・新舞踊協会
中部支部主任教授 河村徳子
日時/水曜日(第2・4) 13:00~15:00
受講料/9,900円

たのしい煎茶教室
講師/真柴松風流派元教授 高橋典子
日時/木曜日(第2・4) 10:00~12:00
受講料/11,220円

クラフト・手芸 ※受講料は3ヵ月分(税込)

戸塚刺しゅう
講師/戸塚刺しゅう研究所 師範総代 綿田啓子
日時/月曜日(第1・3) 13:00~15:00
受講料/11,220円

布であそぶ楽しいパッチワーク
講師/(公財)日本手芸普及協会 指導員 花みずき 主宰 前田夕紀子
日時/火曜日(第1・3) 10:00~12:00
受講料/11,220円

楽しい編み物(棒針・かぎ針)
講師/(公財)日本手芸普及協会 手編み准師範 上杉直子
日時/火曜日(第1・3) 13:00~15:00
受講料/11,880円

着物からリメイク ①火曜クラス ②木曜クラス
講師/ハンドメイド縫布民 主宰 大塚まゆみ
日時/①火曜日(第2・4) 13:00~15:00
②木曜日(第2・4) 10:00~12:00
受講料/12,540円

トールペイント
講師/CD認定講師 熊田雅子
日時/火曜日(第2・4) 18:50~20:50
受講料/初級:11,220円、中級:12,540円
上級:13,860円

ハワイアンキルトとハワイアンプリントで作る可愛い小物たち
講師/ルアナハワイアンキルトスタジオ 岐阜インストラクター 小中麻希
日時/水曜日(第2・4) 10:00~12:00
受講料/13,200円

樹脂粘土(クレイアート)
講師/フレイクラフトアートK 主宰 梶井香代子
日時/木曜日(第1) 10:00~12:00
受講料/5,610円

~繊細で愛らしいペーパーアート~ ペーパークイリング講座
講師/ペーパークイリング ブルーローズ 代表 大澤久美子
日時/金曜日(第2) 13:00~15:00
受講料/6,600円

ソーブ&フルーツカービング ~タイの伝統芸術~
講師/ソーブ&フルーツカービング教室 Studio arua 主宰 里佳加
日時/金曜日(第4) 13:00~15:00
受講料/6,600円

グルーデコ
講師/(一社)JGA認定講師 エリソン・デコ 認定講師 中野渡千恵子
日時/土曜日(第2) 10:00~12:00
受講料/6,600円

絵画・書・写真 ※受講料は3ヵ月分(税込)

暮らしのペン字・毛筆
講師/岐阜県書作家協会常任理事 長屋天虹
日時/日曜日(第2・4) 10:00~12:00
受講料/11,220円

こころ和む絵手紙・水彩画
講師/絵手紙・水彩画教室講師 横山寿美子
日時/日曜日(第4) 10:00~12:00
受講料/6,600円

実用書道(かな・漢字)
講師/岐阜県書作家協会理事、黄巻会 主宰 河野由紀
日時/火曜日(第1・3) 10:00~12:00
受講料/11,220円

水彩画入門
講師/水彩協会委員、日本水彩画会会員 坂井浩
日時/水曜日(第1・3) 10:00~12:00
受講料/14,520円

ペン・毛筆・創作書道
講師/岐阜県書作家協会常任理事 長屋天虹
日時/木曜日(第1・3) 19:00~20:30
受講料/11,220円

カメラ、はじめの一歩(ベーシックコース)
講師/日本写真芸術学会会員 ソニーイメージング・プロサポート会員 交吉和愛
日時/木曜日(第2) 13:30~15:30
受講料/7,260円

アート写真(アドバンスコース)
講師/日本写真芸術学会会員 ソニーイメージング・プロサポート会員 交吉和愛
日時/水曜日(第2) 18:50~20:50
受講料/7,260円

植物画(ポタニカルアート)
講師/日本植物画倶楽部会員 梶富士子(逸見誠三師範)
日時/金曜日(第2・4) 10:00~12:00
受講料/13,200円

己書を描く~自由に、楽しく、笑顔につながる書~
講師/(一社)日本己書道場公認師範 岩本芳旺
日時/水曜日(第1・3) 19:00~20:00
受講料/13,200円

美文字レッスン(ボールペン・筆ペン)
講師/日本ペン習字研究会認定師範 瑛泉書の会代表 河口瑛泉
日時/金曜日(第2・4) 10:30~12:00
受講料/13,200円

水墨画入門
講師/水墨画家 荒井克典
日時/土曜日(第1・3) 10:00~12:00
受講料/14,520円

健康・ダンス ※受講料は3ヵ月分(税込)

たのしく☆ベリーダンス
講師/Emmie Bellydance School El Raqs Hayati 主宰 Emmie
日時/日曜日(第1・3) 10:30~11:30
受講料/11,220円

楽しく踊れる♪中高年と初心者のフラメンコダンス
講師/フラメンコ教室ダンサフラメンカ 主宰 服部俊幸
日時/水曜日(第2) 10:30~12:00
受講料/8,250円

基礎から始めるフラダンス入門 ~ロゼラニクラス~
講師/ハローウ オカアアロハ コークア 栗野由紀
日時/火曜日(第1・3) 12:00~13:15
受講料/11,220円

心とカラダにやさしいヨガ
講師/AFJA JAPAN ヨガインストラクター 森森子
日時/火曜日(毎週) 14:15~15:15
受講料/16,500円

大人のフラシクパレエ
①火曜クラス ②金曜クラス
講師/川島ナナバレエ研究所 教師
日時/①火曜日(毎週) 19:15~20:15
②金曜日(毎週) 13:00~14:00
受講料/19,800円

癒しのフラダンス入門
講師/フラ&タヒチアンダンススタジオ アロハアケア 主宰 Yuko Puakea 渡辺
日時/水曜日(第1・2・3) 10:15~11:15
受講料/16,830円

[60歳以上限定] いきいき音楽体操
講師/全日本健康音楽研究会 講師 村山千秋
日時/水曜日(第1・3) 13:15~14:30
受講料/11,220円

いきいき太極拳
講師/楊名時八段錦・太極拳 師範 早川雄二
日時/木曜日(毎週) 15:00~16:30
受講料/15,840円

はじめての社交ダンス
講師/ダンススクールイモト代表 ダンスプロインストラクター 岩本芳旺
日時/水曜日(第1・3) 19:00~20:00
受講料/13,200円

すてきなフラダンス ~マイレクラス~
講師/フラ交流親善大使、アパニク小林フラスクール 主宰 代表 小林恵美子
日時/木曜日(第2・4) 13:00~14:15
受講料/11,220円

健康太極拳
講師/日本健康太極拳協会員 早川百合子
日時/土曜日(毎週) 10:00~11:30
受講料/15,840円

~骨盤整え美しい体づくり~
きれいになれるピラティス
講師/ピラティスインストラクター 松葉薫
日時/金曜日(第1・3) 19:00~20:00
受講料/11,220円

タヒチアンダンスで美しく元気に!
講師/フラ&タヒチアンダンススタジオ アロハアケア 主宰 YUKO
日時/土曜日(第2・4) 11:45~12:45
受講料/9,900円

音楽 ※受講料は3ヵ月分(税込)

イタリア語でオペラ・カンツォーネを歌おう
講師/オペラ歌手 日比野ゆう子
日時/日曜日(第4) 10:00~11:30
受講料/9,900円

はじめての長唄三味線
講師/東京芸大卒業・長唄東音会同人 (一社)長唄協会会員 東音 野呂美貴
日時/月曜日(第1・3) 10:15~11:15
受講料/19,800円

長唄入門
講師/東京芸大卒業・長唄東音会同人 (一社)長唄協会会員 東音 野呂美貴
日時/月曜日(第1・3) 11:30~12:30
受講料/19,800円

楽しい篠笛 一歩・二歩
講師/現代邦楽会みさと 篠 藤 佐藤マサミ
日時/月曜日(第1・3) 10:30~12:00
受講料/11,220円

歌って脳トレ倶楽部
講師/脳トレピアノ®エグゼクティブ講師 歌って倶楽部認定講師 山下真実、鈴木恵理子
日時/火曜日(第1・3) 10:00~11:20
受講料/10,560円

カリンパ♪楽しくはじめませんか
講師/カリンパ講師 日比野泰江
日時/水曜日(第1・3) 13:00~14:00
受講料/13,200円

~癒しの音色~ オカリナ教室
①中級クラス ②初級クラス
講師/オカリナ講師、演奏家 吉丸昭彦
日時/水曜日(第2・4)
①13:00~14:30 ②14:45~16:15
受講料/11,220円

楽しい二胡 ①◎上級クラス ②◎初級クラス
講師/胡琴会 主宰 シータ(廣井博子)
日時/木曜日(第1・3) ①11:15~12:15
土曜日(第2・4) ②13:00~14:00
③14:15~15:15
受講料/16,500円

アコースティックギター
講師/グレスマックミュージックスクール校長 笠原祐子
日時/木曜日(第1・3) 13:00~14:00
受講料/13,200円

脳トレピアノ
講師/脳トレピアノ® エグゼクティブ講師 山下真実
日時/木曜日(第1・3) 13:00~14:30
受講料/13,200円

楽しいコーラス
講師/合唱指導者、声楽家 赤堀織慧
日時/木曜日(第2・4) 10:30~12:00
受講料/11,220円

はじめてのウクレレ ①初級 ②入門
日時/火曜日(第2・4)
①10:00~11:00 ②11:15~12:15
受講料/11,220円

楽しくやさしいウクレレ
①木曜クラス ②金曜クラス
日時/①木曜日(第2・4) ②金曜日(第2・4)
19:15~20:30
受講料/11,220円

シニアのための健康カラオケ
講師/(一社)日本音楽著作権協会会員、(公社)日本作曲家協会会員 野澤英之、児玉和子
日時/土曜日(第1・3) 10:00~12:00
受講料/10,560円

趣味と暮らし ※受講料は3ヵ月分(税込)

レディース健康マージャン ①月曜日 ②火曜日
講師/日本プロ麻雀連盟 中部本部所属 若松正和
日時/①月曜日(第1・3)
①10:30~12:30 ②13:30~15:30
③14:00~16:00 ④18:45~20:45
受講料/11,220円

表現力を高めよう! マジック教室
講師/マジシャン TAKE
日時/月曜日(第1・3)
①13:30~15:00 ②19:00~20:30
受講料/16,500円

読み聞かせ・声のセラピー
~心地よい音で聞かせる絵本の世界~
講師/フリアクションサー 小椋明子
日時/水曜日(第1・3) 19:00~20:30
受講料/11,220円

寺旅のスヌメ
講師/寺・コンシェルジュ 神山里美
日時/木曜日(第1) 13:00~14:30
受講料/6,600円

高島易を学ぶ
講師/高島易断本座® 高島旺妙
日時/木曜日(第2・4) 14:30~15:30
受講料/13,200円

~美味しい紅茶の楽しみ方~ 紅茶教室
講師/Tea tres R 代表 ティアドバイザー 笠原祐子
日時/土曜日(第4) 10:30~12:00
受講料/7,260円