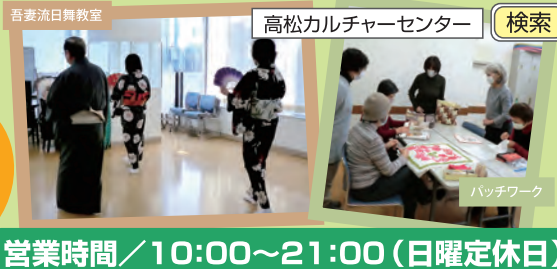


2025 高松カルチャーセンター 受講生募集

無料体験 予約受付中 お申し込み お問い合わせは 0120-211-025 高松カルチャーセンター



営業時間/10:00~21:00(日曜定休日)

入会と受講のご案内

- 入会金は3,300円(永久会員)何科目でも受講できます。
- ひと月に講座の開かれる回数は、その表示を「曜日程」に記載しています。
- 表示のない講座は4回です。
- 受講料・材料費等の金額は1ヶ月ですが、3ヶ月または6ヶ月分を講座開始前に納めてください。
- 6ヶ月分を前納されすると5%割引となります。
- 施設維持費は受講講座ごとに月額165円をお支払い下さい。
- 会員のご家族の方の入会金は50%割引になります。

お子様の一時預かりについて

同ソレイユ第一ビル2階「都市型保育園 ポポラー高松瓦町園」の一時保育をご利用いただくこともできますが、ご予約は前もってお客様自身をお願いしております。

TEL:087-832-5050 FAX:087-832-5051 (https://rabi-popo.com/city-popolar)



①高松市立中央駐車場
②高松市立南部駐車場
③高松市立瓦町駅地下駐車場
④パークキング126
⑤田町パークキング

今年もあります! 夏休み講座(子ども) 入会金不要 ※税込価格

チャレンジ!体育教室 7/26 8/23(土)

マット・とび箱・鉄棒...体育が得意な子ども、苦手な子どもも新学年の前に「出来る」ことを増やしましょう。

カワイ体育教室専任講師 松山 範子

7/26(土)12:45~13:45
8/23(土)11:30~12:30
2,200円/回

※年長さん以上対象

夏休み絵画教室 7/30(水) 7/31(木) 8/1(金)

絵画の宿題に応じて描きましょう。描きたいもの決めて資料や写真を持ってきてね。仕上がらなかった時は...

香川県美術家協会会員 森安 重雄

7/30(水)7/31(木)10:00~12:00
8/1(金)13:30~15:30
1,650円(材料費込)

夏休み工作『すな絵』 7/26(土)

カラフルな砂と接着剤でお絵かきをしてみましょう。いつもと違う素材で描く絵を楽しんでみましょう。

子どものアトリエmore主宰 伏見 真由美

13:30~15:00
1,760円(材料費込)

園児以下は保護者同伴

夏休み工作『星型写真&ペン立て』 8/23(土)

紙粘土に好きな色をつけたものをベースにいろいろな飾りをつけて楽しんでみましょう。

子どものアトリエmore主宰 伏見 真由美

13:30~15:00
1,760円(材料費込)

園児以下は保護者同伴

宿題お習字教室 7/29(火)

今年も習字の宿題はお任せ下さい。集中して書いてカルチャーで仕上げちゃいましょう。

正筆会総務理事 松岡 松月

10:30~12:30
14:00~16:00
1回1,650円
2回2,200円

アイスクリームキャンドル 7/26(土)

キャンドルワックスでできたアイスクリームをディッシャーで盛り付けて、生クリームワックスやパーツでお飾りしましょう。

Herbarium Coordinator Candle Artist Alicia Style

15:00~16:00
1,320円(材料費込)

園児以下は保護者同伴 大人もOK

グラスサンドアート 8/2(土)

グラスに好きなカラーサンドを重ねてできる模様を楽しみましょう。ふたの上でデコレーションできます。

Herbarium Coordinator Candle Artist Alicia Style

15:00~16:30
1,650円(材料費込)

園児以下は保護者同伴 大人もOK



おまかせしました 一日講座(大人) 入会金不要 ※税込価格

心の癒しと幸せを!!

令和時代になってから、人々が生きづらくなっている。心のスキマをうめて、安定と悩み解消のお手伝いが出来ればと思います。

スピリチュアルディレクター 小明 大真(こうめ だいま)

7/15(火) 10:00~12:00
7/28(月) 17:00~19:00
7/28(月) 19:00~21:00
3,300円/回

羊毛フェルトで干支の午を作ろう 11/26(水)

初心者の方でも素敵に仕上がるように材料や作り方を工夫しています。作って飾って午年を楽しみましょう。

IESA認定 羊毛フェルトアドバイザー フェルト Room

13:00~15:30
1,760円
(別途材料費:1,000円)

ママとベビーのヨガ 9/4(木)

赤ちゃんと一緒に音楽を楽しみながらヨガをしませんか? おしやべりOK、泣いてもOK!

ヨガインストラクター 北井 基代

10:00~10:30
2,475円

透視リーディング

心のモヤモヤがすっきりさせませんか? 恋の悩み、人間関係などなど相談内容は何でもOKです。鑑定書はその場でお渡しします。

スピリチュアルカウンセラー 涼香

★第1・3土曜日★
★13:00~17:00(内お一人30分)★
★場所:高松カルチャーセンター★
★鑑定料:3,300円★
★お問合せ:0120-211-025(高松カルチャーセンター)★

利き脳片づけ®収納術講座 7/18(金)

「片づけ」にお悩みの方、自分や家族の脳タイプを知り、自分達に合った片づけ方を見つけてストレスを減らしましょう。

ライフオーガナイザー® 大森 裕子

10:00~12:00
3,850円

写真の整理講座 8/22(金)

写真を撮っても撮りっぱなしでスマホに溜まっはいませんか? 今よりもっと楽しく見るように写真の整理を始めましょう。

ライフオーガナイザー® 大森 裕子

10:00~12:00
3,300円

T.Cカラーセラピスト養成講座 随時相談可

色で自分や家族、周囲を癒せるカラーセラピストになろう!興味に仕事にすぐに活かせるように楽しく実践指導します。

メンタルアドバイザー A F T 色彩検定協会認定講師 中谷 仁美

10:00~15:00(休憩なし)
7,000円
(別途テキスト・教材費13,900円)

自分磨きはじめる 短期講座 入会金不要 ※税込価格

はじめての社交ダンス

ダンスを通じて表情も磨かれ、健康で魅力的に! シルビ、ブルースなど。お船での旅行を考える方に◎

キタイダンススクール 北井 基代

9/4・11・18・25(木)
10:45~11:30
6,600円
(4回コース)

短期カワイ器械体操(初級)教室

体験だけではできないかどうか心配な方のために1ヶ月のお試しです。自信を持ってチャレンジしてみてください。

カワイ体育教室専任講師 松山 範子

毎週(土)
12:45~13:45
6,710円(1ヶ月)

お試し字活講座

自分の字が気になる方、新しい季節の前にお試ししてみませんか? 講師の講座の時間いつでもどうぞ

硬筆教室そらまめの会主宰 村井 蘭栄

第1・2・3(金)10:00~12:00
第1・2・3(金)13:30~15:30
第1・3(金)18:30~20:30
4,400円(3回コース)

色彩能力検定ピンポイント対策講座

どこを押さえればよいのかポイントを絞って集中勉強しましょう。疑問点・弱点などリクエストもOK!

カラーアナリスト カラーコーディネーター 色彩講師 上杉 恵代

2時間2回個人指導
11:00~12:00
(2回コース)
曜日・時間はご相談下さい。

これから始まる新講座

みんなで楽しく学ぼう韓国語

テキストを中心に基礎からしっかり身につける練習をしていきます。

韓国語講師 朴 銀恵

毎週(水)
10:00~11:00
6,600円/月

体験日:9/3・10/1(水)

Interesting English

Let's Talk! ※アメリカ人の先生と楽しく学びましょう!

英語教室Sound English主宰 Gus Tucker

毎週(金)
12:50~14:00
6,600円/月

体験日:7/18・9/5(金)

脳活エクササイズ ~脳もボタボタ活アツアツ~

簡単な運動を楽しく動くことにより持続させましょう。自然に頭も身体もアンチエイジングできます。

エロピクセイスト講師 フィットネスインストラクター 黒川 泰子

第1・3(火)
18:30~19:30
3,300円/月

体験日:7/15・9/2(火)

初めてのダンス教室(小学生)

これからダンスを始める子のためのクラスです。体力作りや表現する力や楽しむ心を養います。

ダンスインストラクター chiharu

月2回(月)
17:00~17:45
3,300円/月

体験日:7/7(月)

健康弾き語り(ギター・ウクレレ・ハーモニカ)講座

ギター、ウクレレ、ハーモニカなどの楽器を伴奏に用いて健康づくりのために良い姿勢で歌うことを学び、みんなで楽しむ講座です。

元お船付けYAMASHOW代表 山地 まさのり

第1(火)
19:00~20:00
1,980円/月

体験日:7/15・9/2(火)

さめぎの民話・伝説を訪ねて

讃岐の民話や伝説を思いやり読み込んでみませんか? 伝えていきたい故郷の昔話、ご当地の見どころや行事も併せてご案内します。

監修:山田 啓子 宇都宮 啓子

第1・3(土)
13:00~14:30
4,950円/月

体験日:7/19・9/6(土)

人体機構を楽しく学びなおす講座

健康診断の結果を理解したり、不定愁訴の改善やこれからのフレイル予防等に備えてカラダのしくみを学び直すための講座です。

元お船付けYAMASHOW代表 山地 まさのり

第2(火)
18:00~19:00
1,980円/月

体験日:7/8・9/9(火)

やさしい書道教室(ボールペン・筆ペンが書道)

はじめての方も基本をしっかりと練習し、手書き文字のぬくもりを伝えましょう。(級位取得も可能)

日原孝一、日本ペン字研究会理事 手島 景扇

第2・4(火)
12:50~16:30
4,180円/月

体験日:8/27・9/10(水)

かんたんラテンエアロ

ラテンの音楽に合わせて簡単なラテンダンス要素の動きもプラスしたエアロビクスです。初めての方にもおススメのレッスンです。

フィットネスインストラクター 山家 恵美子

毎週(水)
13:00~14:00
6,600円/月

体験日:7/16・8/20(水)

English Joy(Basic)

初めてでも大丈夫。歌やカード、フォニックスを通して英語が好きなようになるkids初級向けレッスンです。

英語講師 テリー 藤岡

毎週(土)
10:00~10:50
7,700円/月

体験日:7/26・8/30(土)

ウクレレ(個人)

楽譜が読めない初めての方でも、基礎から学んで曲が弾けるようになります。個人レッスンは上達の近道。

簡単ギター・ウクレレ塾 塾長 増田 英司

30分個人レッスン
曜日・時間・回数はご相談下さい。
2,200円/回

体験日:相談 体験料:1,100円

哲学談話

世界の情勢、日本社会、人生についてなど、皆さんと気楽に自由に、少しだけ哲学的に談話する講座。お気軽にご参加ください。

創元大学新書講座 非常勤講師 今崎 高秀

第3(木)
13:00~14:30
1,430円/月

体験日:7/17・10/16(木) 体験料:1,430円

囲碁教室(初心者~)

囲碁には記憶力・想像力など、右脳の基礎能力を高める効果があります。老若男女問わず異世代交流を楽しみましょう。

日本棋院香川県本部師範 松浦 茂

第1・3(土)
15:30~17:30
3,300円/月

体験日:7/19・9/6(土)

瞑想とヨガ&ストレッチ

簡単なストレッチで体を緩めながら、呼吸法や瞑想瞑想、神道の考え方をとお伝えし、自己受容と感情の解放、調和を図っていきます。

ヨガインストラクター 瞑想インストラクター 神職 齋 元美

第2・4(火)
19:00~20:00
4,400円/月

体験日:7/22・9/9(火)

ZUMBA&ストレッチ

ラテン系の曲を中心に様々な国やジャンルのリズムで初めての方でも楽しめるダンスプログラムです。

ZUMBAインストラクター 山家 恵美子

毎週(金)
20:00~21:00
6,600円/月

体験日:7/18・8/22(金)

English Joy(Advance)

英語の聞く・読む・話す・書くが、楽しく自然に身につく。英語が好きなようになるジュニア向けのレッスンです。

英語講師 テリー 藤岡

毎週(土)
11:00~11:50
7,700円/月

体験日:7/26・8/30(土)

心の癒しと幸せを!!

令和時代になってから、人々が生きづらくなっている。心のスキマをうめて、安定と悩み解消のお手伝いが出来ればと思います。

スピリチュアルディレクター 小明 大真(こうめ だいま)

第1(火)10:00~12:00
第3(月)17:00~19:00
第3(月)19:00~21:00
3,300円/月

体験なし ※一日講座にご参加ください。

楽しい健康体力づくり講座

不定愁訴の改善からフレイル予防まで健康長寿に向けてのカラダ・体力づくりを丁寧に学び、日常生活で実践していく講座です。

元お船付けYAMASHOW代表 山地 まさのり

第1(火)
18:00~19:00
1,980円/月

体験日:7/15・9/2(火)

だるさ解消ヨガ

関節や筋肉を丁寧にほぐす筋調整ヨガ。だるさや疲れを解消して気分が爽やかになります。スッキリさせましょう。※女性限定

筋調整ヨガ講師 宇野 洋子

毎週(木)
13:00~14:00
5,280円/月

体験日:7/17・9/18(木)

子どもいけばな教室(新池坊)小1~中3

日本の伝統文化のいけばな。まずはお花にふれて花の持つ生命力や魅力を感じてみましょう。

新池坊 教授 十河 梅香

第2(土)/第4(土)
13:30~15:00
1,100円/回

体験日:7/12・9/13(土) 花代:1,000円

大人と子どものピアノ・声楽(個人)教室

自分のペースで楽しくレッスンしましょう。自分のやりたい曲にチャレンジしてみよう。

米井・伊藤・砂川 田中・工藤・山下

隔週(30分)3,300円/月
隔週(60分)6,600円/月
毎週(30分)6,600円/月
曜日・時間はご相談下さい。

体験日:相談

高松カルチャーセンター

全講座総合案内

お申し込み
お問い合わせは ☎ 0120-211-025

■音楽コース ※税込価格になります。 202506

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
はじめてのオカリナ	古市 晶子	4,400円	第2・4(水)	10:00～11:00
ゴスペルを歌おう	菅 涼子	5,500円 (教材費別途)	月2回(水)	19:30～21:00
楽しく歌おう! (カシンカ・英語音楽)	三木 ユリ	3,850円	第1・3・4(水)	10:30～11:40
歌謡教室&ヴォイストレーニング	落合 信良	4,950円	第2・4(土)	14:00～16:00
新 健康弾き語り(ギター・カナル・七弦)講座	山地まさのり	1,980円	第1(火)	19:00～20:00
日本の伝統楽器おこを奏でよう	三好 翠綾	4,400円	第1・3(月)	11:00～12:00
やさしい大正琴	鈴木 琴音莉	2,750円	第1・3(水)	13:00～15:00
新 ウクレレ (個人)	増田 英司	2,200円/回	曜日、回数は ご相談に致します	30分個人レッスン
新 ギター (個人)		2,200円/回	曜日、回数は ご相談に致します	30分個人レッスン
ジャズレッスン(サックス・他) (個人)	國井 類	7,700円/回	曜日、回数は ご相談に致します	60分個人レッスン
五線譜で学ぶ尺八講座	西森 敬二	4,400円/回	水曜日、回数は ご相談に致します	60分個人レッスン
フルートを楽しむ (個人)	古市 晶子	3,300円/回	曜日、回数は ご相談に致します	30分個人レッスン
ギター&曲作りを楽しもう (個人)	安藤 ヒロシ	3,300円/回	曜日、回数は ご相談に致します	30分個人レッスン
新 大人と子どものピアノ・声楽教室 ・はじめてピアノにふれる方 ・もう一度始めてみたい方 ・グラントピアノを弾いてみたい方 ・発声を知りたい方 ・あこがれの曲をマスターしたい方	米井・伊藤 砂川・田中 工藤・山下	隔週 (30分) 3,300円	隔週 (60分) 6,600円	毎週 (30分) 6,600円 お問い合わせください

■美術・書道コース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
はじめよう! 絵手紙	二神 雅恵	2,750円	第2・4(木)	10:30～12:00
		2,750円	第2・4(木)	19:00～20:30
楽しい水彩・色鉛筆画	西 広生	4,400円	第2・4(月)	16:00～18:00
水彩画を楽しむ	森安 重雄	3,300円	第1・3(木)	10:15～12:15
はがき絵入門	杉本 一郎	3,300円	第1・3(火)	13:30～15:30
はじめての油彩画	三木 清吾	3,960円 (教材費別途)	第1・3(土)	14:00～16:00
似顔絵の描き方	ほのぼのきのこ	3,850円	第1・3(土)	18:30～20:00
楽しく描く日本画	馬場 昭次	4,400円	第2・4(火)	13:00～16:00
癒しの筆めっせーじ教室	m a m i	3,300円	第1・3(火)	20:00～21:00
篆刻	北山 讃舟	1,650円	第2(日)	10:15～12:00
てん刻入門		2,200円	第2・4(水)	10:00～12:00
かな書道と写経・実用書	東原 憲子	4,400円	第2・4(月)	10:15～12:00
漢字書道と実用書	西川 彩華	3,300円	第1・2・3(月)	13:30～15:00
かな書道(実用書・硬筆)	松岡 松月	4,950円	第1・2・3(火)	17:30～19:30
		4,950円	第2・3・4(土)	10:30～12:00
かな書道 入門から	原 多詠子	4,180円	第1・3(水)	13:00～15:00
書道教室(かな・漢字)	高橋 冲翠	3,300円	第1・3(金)	10:00～12:00
アートな書道	長尾 屋南	3,960円 (教材費別途)	第2・4(火)	13:30～15:30
【美文字】ペン&筆ペン	村井 蘭栄	4,400円 (教材費別途)	第1・2・3(水)	10:00～12:00
字活講座 (ペン&筆ペン&ボールペン)		4,400円 (教材費別途)	第1・2・3(金)	10:00～12:00
はじめての美・文字 (ペン&筆ペン&ボールペン)		4,400円 (教材費別途)	第1・2・3(金)	13:30～15:30
夜の字活講座 (ペン&筆ペン&ボールペン)		3,300円 (教材費別途)	第1・3(金)	18:30～20:30
新 やさしい書道教室 (ボールペン・筆ペン・かな書道)		4,180円	第2・4(水)	14:30～16:30

■サテライトコース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
琴 (個人レッスン)	篠原 美紀	4,400円	曜日、時間は ご相談下さい	月2回30分 月1回60分
裏千家茶道教室	高橋 宗久	3,850円 (教材費別途)	第1・3(土)	14:00～15:30

★リニューアル講座 **新** 新講座 ※既存講座の体験日や持ち物についてはお問い合わせ下さい。

■生花・茶道コース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
花のある暮らし(新池坊)	十河 梅香	1,100円	第3(木)	10:30～12:00
土曜日の生け花(新池坊)		2,200円	第2・4(土)	10:30～12:30
新池坊(上級者)		1,100円	第2(土)	13:00～14:30
草月流生け花	村上 弘草	2,200円	第1・3(金)	10:30～12:00
嵯峨御流	久保 知甫	2,200円	第2・4(木)	13:30～15:00
池坊	川辺 喜代美	2,200円	第1・3(水)	18:00～19:30
	岩瀬 由風	2,200円	第2・4(木)	10:30～12:00
フラワーアレンジメント	宮内 初恵	3,300円	第2・4(月)	19:00～20:30
		3,300円	第2・4(水)	10:30～12:00
ブザーブドフラワーアレンジメント	井上 真弓	2,200円	第4(金)	13:30～15:30
ハーバリウム教室	白坂 遼	3,300円	第2・4(土)	13:30～15:00
礼儀作法を気軽に みんなの裏千家茶道教室 ・初心者の方・着にちょっと感動した方 ・お勤め帰りに着たい方 ・礼儀作法を身につけたい方 ・きれいな動作を身につけたい方 ・優雅なひとときを楽しみたい方・男性の方	中山 宗満	3,850円/月 (教材費別途)	第1・3(木)	19:00～20:30
		3,850円/月 (教材費別途)	第1・3(金)	10:30～12:00
	高橋 宗久	3,850円/月 (教材費別途)	第1・3(金)	13:00～14:30

■教養・語学・趣味コース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
色彩検定受験対策講座	上杉 恵代	個別指導のため、曜日・時間・受講料はお問い合わせ下さい。		
俳句入門	原文子	3,300円	第1・3(土)	13:30～15:30
俳句のつくりかた	岡 汀子	2,200円	第2・4(火)	10:00～12:00
舞台朗読・語り	大谷 智勢子	7,700円	第1・3(木)	14:30～16:00
朗読・朗誦・音読 講座	宇都宮 啓子	4,400円	第1・3(木)	19:00～20:30
新 讃岐の民話・伝説を訪ねて		4,950円	第1・3(土)	13:00～14:30
「古里の歌」で作家観	秋 なすび	3,300円	第1・3(月)	13:00～14:30
～人生いろいろ～簡単「自分史」		3,300円	第2・4(月)	13:00～14:30
新 哲学談話	今崎 高秀	1,430円	第3(木)	13:00～14:30
英語で読み解く国際問題の背景	安部 剛	13,200円	土曜日	16:00～17:20
新 囲碁教室(初心者～)	松浦 茂	3,300円	第1・3(土)	15:30～17:30
頭のスポーツ「ブリッジ」入門講座	割川トラウグリングクラブ	3,300円	第1・3(土)	13:00～14:30
写真レベルアップ講座	滑田 雅春	3,850円	第2・4(土)	13:30～15:00
Fun English	Gus Tucker	6,600円	火曜日	13:30～14:40
新 Interesting English		6,600円	金曜日	12:50～14:00
英会話(個人レッスン)	塩田 寛幸	4,290円/回	要相談	60分個人レッスン
みんなで楽しく学ぼう韓国語	朴 銀恵	6,600円	水曜日	10:00～11:00
中国語	泉 憲佑	6,600円	水曜日	11:00～12:00
中国語(個人レッスン)		2,750円/回	要相談	60分個人レッスン
とっておきのイタリアン	山脇 光明	5,500円	第2(月)	18:30～21:00
ココロが喜ぶフラワーハートセラピー	井上 真弓	2,200円	第2(金)	13:30～15:30
目からウロコの色活!	中谷 仁美	3,300円/月 (6回コース)	第1(金)	10:30～12:00
おいしく食べて、人生を豊かに	松田 恒代	8,250円 (5回コース)	第1・3(金)	10:30～11:30
病気にかからない食事と予防法	伊藤 健真	9,900円 (6回コース)	第2・4(火)	19:00～20:30
新 人体機構を楽しむ(学びなおす講座)	山地まさのり	1,980円	第2(火)	18:00～19:00
名付と運氣が上がる改名の仕方	大 善	33,000円 (2回コース)	第2・4(木)	19:00～20:30
新 心の癒しと幸せを!!	小明 大真	3,300円	第1(火)	10:00～12:00
		3,300円	第3(月)	17:00～19:00
		3,300円	第3(月)	19:00～21:00
		5,500円	第2(月)	18:30～20:00
		5,500円	第2(火)	10:30～12:00
スピリチュアルセラピー講座	凜 香	5,500円	第2(月)	18:30～20:00
ペットヒーリング (ホリスティックケアを学ぼう)		5,500円	第2(火)	10:30～12:00
スピリチュアルアロマセミナー		5,500円	第1(火)	18:30～20:00
ビジネス数秘術&帝王学セミナー		5,500円	第1(土)	13:00～14:30
織細さんのアロマ教室(個人)		3,300円/回	要相談	30分個人レッスン
前結び着付け教室	中原 美恵子	3,300円	第2・3・4(木)	10:00～11:30
運気を上げる開運講座	雄 山	9,900円 (6回コース)	第2・4(水)	13:30～15:00
パワーストットな家づくり講座		9,900円 (6回コース)	第2・4(水)	19:00～20:30
お付き合いのマナーカフェ(失礼研究所)		2,750円 (教材費別途)	第4(木)	18:00～20:00

■ジュニアコース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
音であそぼう! 楽しく(サカ・ハ・キ・コ)	真鍋 真由香	3,300円	第1・3(土)	15:00～15:40
バトントワリング	木村 祥子	4,620円	第1・2・3(木)	16:00～17:00
子ども空手道	井上 博司	5,500円	水曜日	19:00～20:00
		5,500円	土曜日	16:00～17:00
ボクシング	今崎 高秀	5,500円	木曜日	17:15～18:15
みんなのハイアンフラ	藤原 由紀子	2,475円	第4(土)	10:00～11:00
キッズバレエ(年少・小2)	片山 景	5,500円	月曜日	16:45～17:35
ジュニアバレエ(小2～中学生)		5,500円	月曜日	17:15～18:45
初めてのキッズダンス	chiharu	5,500円	月曜日	16:00～16:45
新 初めてのダンス教室(小学生)		3,300円	月2回(月)	17:00～17:45
ジュニアフラメンコ	檜 直子	5,500円	木曜日	17:00～18:00
子どもフラメンコ		5,500円	土曜日	12:10～13:00
★ワイ器械体操(初級)教室	桧山 範子	6,710円	土曜日	12:45～13:45
Let'sフラ&English	長町 良子	3,960円	第1・2・3(月)	17:00～18:00
成績UPの算数と英語 (小1～小4)	算数	6,600円	火曜日	17:00～17:45
	英語	6,600円	火曜日	17:55～18:40
成績UPの算数と英語 (小5～小6)	算数	6,600円	金曜日	17:00～17:45
	英語	6,600円	金曜日	17:55～18:40
成績UP英語 (中1～中3)	中1～中2	6,600円	火曜日	18:50～19:50
	中3	6,600円	金曜日	18:50～19:50
新 English Joy(Basic)	テリー 藤岡	7,700円	土曜日	10:00～10:50
新 English Joy(Advance)		7,700円	土曜日	11:00～11:50
子どもの絵画造形教室(画・小学生)	伏見 真由美	3,300円	第2・4(土)	13:30～15:00
子どもの書道(硬筆・毛筆)	松岡 松月	4,620円	第1・2・3(火)	17:00～18:30
		4,620円	第2・3・4(土)	10:30～12:00
子ども書道教室(毛筆・硬筆)	手島 景扇	4,620円	第1・2・4(水)	17:00～19:00
子ども俳句	岡 汀子	1,650円	第2・4(土)	10:00～11:30
子ども囲碁教室	松浦 茂	3,300円	第2・4(土)	15:30～17:30
新 子どもいけばな教室(新池坊)	十河 梅香	1,100円/回	第2・第4(土)	13:30～15:00
花と遊ぼう! 花育ひろば	井上 真弓	1,650円	第3(土)	10:30～11:45
リズムにのって♪おうちどリア(年中・年長)	砂川 良美	3,300円	隔週	30分個人レッスン
特性を知って育むアロマ教室(個人)	凜 香	2,200円/回	要相談	30分個人レッスン

■陶芸・手工芸コース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
パッチワーク	横井 美地子	3,300円	第2・4(火)	10:30～12:30
		3,300円	第1・3(木)	10:30～12:30
飾って楽しむ折紙	斎藤 真理子	1,650円	第2(水)	13:00～15:00
水彩のような和紙ぢぎり絵	石川 清子	1,650円	第4(金)	13:30～15:30
アートフラワー&アンフォルメフラワー	伊賀 由紀子	3,300円	第2・4(水)	10:00～12:00
		3,300円	第2・4(火)	13:00～15:00
木彫り倶楽部	伏見 真由美	4,400円	第1・3(水)	10:00～12:00

■ファッションコース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
カラーコーディネート	上杉 恵代	13,750円 (5回コース)	第2・4(土)	14:00～16:00

■健康・ダンスコース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
免疫UP! スロトレ太極拳	泉 清彰	3,300円	第1・3(木)	19:00～20:30
空手道	井上 博司	5,500円	水曜日	19:00～20:00
		5,500円	土曜日	16:00～17:00
大東流合気柔術	平岡 茂範	6,600円	土曜日	18:00～20:00
ボクシング	今崎 高秀	5,500円	火曜日	13:00～14:00
		5,500円	木曜日	17:15～18:15
運動にも活かせる動きやすい体作り講座	大芝 可愛	3,300円	月2回(金)	18:30～20:00
ウェーブストレッチ	中村 宗太郎	5,500円	月曜日	13:45～14:45
フィットネス キックボクシング	豊島 孝尚	4,400円	水曜日	10:30～12:00

■健康・ダンスコース

講座名	講師名	受講料	曜日	時間
リフレッシュヨーガ	谷本 美智子	3,300円	第1・2・3(月)	13:30～15:00
マイルドヨーガ		3,300円	第1・2・3(金)	13:10～14:10
マハロヨガ	S a k i	6,600円	火曜日	10:30～11:30
アンチエイジングヨーガ	中山 紀子	3,300円	第1・2・3(火)	13:30～15:00
新 瞑想とヨガ&ストレッチ	齋 智美	4,400円	第2・4(火)	19:00～20:00
めざましヨーガ	大仲 優美	3,300円	第1・2・4(木)	10:00～11:15
新 だるさ解消ヨガ	宇野 洋子	5,280円	木曜日	13:00～14:00
笑いヨーガ	吉原・伊賀	2,200円	第1・3(金)	11:00～12:00
Class of Silence	たおかチェンジ	2,200円	第2・4(水)	10:30～11:30
楽トレ ピラメンコ	檜 直子	5,500円	水曜日	13:30～14:30
ゆったりピラティス	青柳 幸子	5,500円	火曜日	11:00～12:00
優しい動きピラティス	佐々木 知子	4,125円	第1・2・3(水)	11:00～12:00
70アパー&ストレッチ パー・アスティエ	石原 梨絵	5,720円	第2・4(火)	13:30～14:45
ピラティス ストレッチ	真澄 ひかり	4,400円	第1・3(金)	10:30～11:30
リラクゼーションストレッチ		4,400円	第1・3(金)	19:00～20:00
ストレッチ+ボディメンテナンス		6,600円	第1・3(金)	19:00～20:30
コアチューニング体操教室	三宅 匡彦	4,400円	第2・4(木)	20:00～21:00
ボーンズワークライフ	萩田 一代	3,300円	第2・4(金)	10:30～12:00
バランス改善エクササイズ	岡本 吉史	2,750円	第2・4(水)	13:30～14:30
骨格改善ストレッチ教室	中條 洋輔	8,800円	月曜日	11:00～12:00
新 楽しい健康体づくり講座 ハイボールとヨガパッドで	山地まさのり	1,980円	第1(火)	18:00～19:00
骨盤美人	山地 優子	(毎月)5,280円 (2月2回)2,640円	金曜日	13:30～14:30
姿勢改善教室	山下 瞳子	2,200円	第1(土)	10:00～11:00
骨盤トレーニング		2,200円	第1(土)	11:15～12:15
新 脳活エクササイズ ～脳もボディもシェイプアップ！～	黒川 泰子	3,300円	第1・3(火)	18:30～19:30
吾妻流日舞教室(夜)	吾妻 春志郎	3,300円	第2・4(月)	19:00～20:00
吾妻流日舞教室		3,300円	第1・3(火)	14:00～15:00
		3,300円	第1・3(土)	18:00～19:30
初学者の為のやさしいバレエ基礎エクササイズ	岡本 知恵子	3,300円	第1・3(土)	18:00～19:30
優雅なハワイアンフラ	菅田 百合子	4,950円	第1・2・3(木)	13:30～15:00
楽しいハワイアンフラ		4,950円	第1・2・3(金)	19:00～20:30
エンジョイハワイアンフラ(初級クラス)	浦田 晴子	4,950円	第1・3・4(金)	12:00～13:00
すてきなハワイアンフラ(上級クラス)		4,950円	第1・3・4(金)	13:00～14:00
リフレッシュハワイアンフラ(初心者)	守屋 淳子	2,475円	第4(金)	19:00～20:30
		4,400円	第4(金)	10:00～12:00
ハワイアンフラ (インストラクターコース)		4,400円	第4(金)	14:00～16:00
		4,400円	第4(金)	16:10～18:10
		4,400円	第4(土)	10:00～12:00
みんなのハワイアンフラ	藤原 由紀子	2,475円	第4(土)	10:00～11:00
クラシックバレエ入門	片山 景	6,600円	月曜日	19:00～20:30
クラシックバレエ入門(初心者)		6,600円	木曜日	13:30～14:45
Attractive Ballet	真澄 ひかり	6,600円	水曜日	19:00～20:30
Attractive Ballet(トククラス)		9,350円	水曜日	19:00～21:05
社交ダンス	平田 敬二	6,600円	月曜日	14:00～15:00
	手島 愛古	6,600円	月曜日	19:00～20:00
スタンダード・ラテン研究科(社交ダンス)	平田 せい子	6,600円	土曜日	16:30～17:30
新 かんたんラテンアロ	山家 恵美子	6,600円	水曜日	13:00～14:00
新 ZUMBA&ストレッチ		6,600円	金曜日	20:00～21:00
マダムフラメンコ(超入門)	檜 直子	3,850円	第1・3(土)	13:00～14:00
フラメンコ入門		7,260円	木曜日	19:00～20:00
フラメンコ初級		7,260円	木曜日	20:15～21:15
		3,850円	第2・4(土)	11:00～12:00
サルサダンスエクササイズ	M a n n y	6,600円	木曜日	10:30～11:30
アルゼンチンタンゴ	松井 俊英	6,600円	月曜日	14:00～15:30
		3,300円	第2・4(火)	12:30～14:00
		3,300円	第1・3(火)	19:00～20:30
		6,600円	木曜日	13:30～15:00