セントラルスポーツ カルチャーセンター
TEL:072-460-1020

受講生募集中

見学・体験ご希望の方は、お電話ください。
※受講回数に変更がある場合がございます。
※受講料の他に教材費、花材費などが必要な講座がございます。
※表示価格には消費税8%を含みます。■チラシ有効期間：2017年12月28日

お申込の前にご覧ください 一旦お支払いくださいました入会金・受講料は原則として払い戻しいたしません。ただし、受講料については転勤・転居・病気など止むを得ない事情に限り、診断書・証明書などのご提示でお届け翌日以降の分について手数料を差し引いて払い戻しいたします。また受講者が極端に少ない場合など、止むを得ない事情により開講できない場合もございます。
個人情報について：セントラルカルチャーセンターは、お客様の個人情報の機密保持に万全を期しております。お客様の個人情報は、講座に関するご連絡や、セントラルカルチャーセンターからのお知らせに使用させていただくほか、お客様のサービス向上を図る目的で使用いたしますが、ご本人の同意なしに第三者に開示したり、提供したりすることはございません。

日曜日

日曜書道
静一華

美しい毛筆の基本から練習し、ビジネス・生活に役立つ書道を習ってみませんか。日頃のストレス発散にもつながります。習われる方のご希望にあわせて指導いたしますので、筆は太筆、小筆のどちらでも自由です。お手本もその方にあわせて講師がお作りします。

第1・第3日曜日 10:00～12:00		
受講料（6ヶ月）		12回 25,920円
	こどもクラス	12回 20,736円

囲碁教室
本田悟朗 / 前田 亮

囲碁は、頭の健康と老化を防ぐのに大変役立ちます。囲碁の勝負には、記憶力・形勢判断・大局観・決断力が必要です。皆さんもプロについて、理論的に研究し、上達してください。碁を始めたばかりの方・初心者の方にも碁の基本や定石など、対局も交えながらやさしくご指導します。

第1・第3日曜日 10:00～12:00		
受講料（6ヶ月）		12回 29,808円
	こども囲碁	12回 12,960円

気功八段錦太極拳 日
松本晃一

太極拳は中国に伝わる健康体操。ゆっくり動くことにより心と身体の緊張をゆるめ血液の流れを良くし内臓の働きを気持ちよく整えます。身体の弱い方運動が苦手な方にもおすすめします。8種類の健康法・気功八段錦と24式太極拳とレッスンします。老若男女、年齢に関わらずどなたでも楽しめます。

第1・第3日曜日 11:00～12:30	
受講料（6ヶ月）	10回 19,440円

月曜日

ペン字
三津井翠波

コツさえつかめば、自然に【美しい文字】は、書けるようになります。日常よく使う文字の形、紙面へのおさめ方などを、専門誌を用いて、勉強してみませんか。嬉しい出会いをお待ちしております。

第2・第4月曜日 午前10:00～11:30 午後13:00～14:30		
受講料（6ヶ月）	午前	12回 22,032円
	午後	12回 22,032円

ウクレレ・ハワイアン
衣川祐三

今年こそ何か楽器を弾く事が出来れば…と思っているあなた。今一番手軽にチャレンジ出来る楽器。それはウクレレです。ポロロ～ンと弾ければ心が癒されます。ハワイアンを中心にあらゆるジャンルの楽曲を楽しむ事が出来ます。初めての方歓迎!楽譜が読めなくてもOK! やさしくレッスン致します。

第2・第4月曜日 13:30～15:00	
受講料（6ヶ月）	9回 29,160円

合気道(大東流合気柔術)
川辺武史

大東流合気柔術は約 1000 年の歴史を持ち、甲斐（山梨県）の武田家から会津藩に伝わる門外不出の術でした。自然の流れに即応した広い技法をもっているため、老若男女を問わず、どなたでも身につけていただけます。

毎週 19:30～21:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月12回）23,328円

リニューアル 井上ケイのアロハフラ
井上ケイ リマナニフラスタジオ講師陣

フラの願いは人がいつも幸せであること。「アロハ」の意味は、人と人とが励まし合う愛の言葉。フラを通して、心と身体を自然体に戻します。自然の偉大さ美しさ、感謝の心を唄の中で楽しい動きとともに繰り返すことにより人は無になり健康であることの幸せを感じます。1971年以来、毎年ハワイを訪れて、正統派のフラを体得した井上講師が中心となり、心と美容、健康に役立つ正しいフラを指導します。

第2・第4月曜日 A 10:30～12:00 B 13:00～14:30		
受講料（6ヶ月）	A	（3ヶ月6回）11,664円
	B	（3ヶ月6回）11,664円

初心者の絵手紙
森口秀子

小さなハガキに、絵・文字・言葉をそえて、季節の便りを出してみませんか。手描きにこもったあなたの想いが紙面から溢れます。ゆっくりペースで学べる月 1 回のコースが新しく開講しました。つかの間、童心に帰ってみんなと絵手紙を楽しんでみませんか。一日体験講座もご用意しています。

第1・第3月曜日13:00～15:00 月1 第1月曜日13:00～15:00		
受講料（6ヶ月）		12回 28,512円
	月1	6回 16,848円

世界を歩くための旅行英会話
藤井由美子

旅行中のフリータイムも自由に歩けて、時々はコーヒーブレイクもしたい。そんな自由を手に入れるための英語力を身につけます。旅をするように学ぶ 80 分です。

指定 13:40～15:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月9回）29,160円

てまりづくり
中島令子

"てまりづくり"を学んでみませんか。芯に毛糸や糸を巻いて、土台まりをつくる基礎から始めます。たくさんの色糸を使って花や幾何学文様をかがっていきながらきれいで楽しいカラーコーディネートの勉強にも役立ちます。

第2・第4月曜日 10:30～12:30	
受講料（6ヶ月）	11回 23,760円

みんな集まれ社交ダンス 基礎
樋口幹也

社交ダンスを初めてされる方のクラスです。健康と美容だけではなく、リフレッシュにも役立ちます。ダンスの基本を身につけて、手軽に楽しみましょう。もちろんお一人でも大丈夫!気軽に始めてみませんか?

第1・第3月曜日 13:00～14:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月5回）10,800円

ポーセラーツ
田中優巳子

「まっ白な器を好きなように彩ってあなただけのテーブルウェアを作る」それがポーセラーツです。絵に自信がない方でもシール感覚で使える転写紙があります。上絵の具でステンシル、食器全体にスポンジング、そして筆で自由に絵を描くこともできます。ポーセラーツは決められたデザインや伝統にしばられずに好きな器に好きな絵付けを楽しめる新しいタイプのホビーです。窯で焼成しますので実際に使えるのもうれしい魅力です。トールペイント、ステンシル、カリグラフィーなどなどハンドクラフトの経験やセンスを活かしてあなたもポーセラーツに挑戦してみませんか?

第3月曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 11,664円

火曜日

おりがみ雑貨
塩崎文江

誰もが小さい頃に親しんだおりがみ。日本古来の伝統文化である折紙には、指を使うことで脳を刺激する効果があり、平面から立体を作り上げていくことにより「集中力・創造力を高める教育的効果」「老化予防」「若返る」といった医学上の効用も認められています。お祝いや節句の飾り、可愛い花や動物を一枚の紙から折り上げる感動を楽しみながら脳の活性化につとめ、あなたも一緒に若返りませんか!

第1火曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

純銀クロッシェ
髙折知子

純銀線に天然石やパールを通してかぎ針で編み、エレガントでクオリティーの高いシルバージュエリーアクセサリーを創ります。キットは使用せず毎回ご自分のセンスでお選び頂くので、個性豊かな作品が楽しめます。カラーコーディネーター（AFT1級）でもある講師がクロッシェの技術のみならず色彩のアドバイスも致します。

第2火曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 19,440円

煎茶 ～おいしい緑茶のいれかた～
松本暁光

お茶は古くから日本人にとって日常生活にかかせないものです。心を込めておいしく出されるお茶は、人と人との間をなごやかにする大切な役目を果たしています。みなさんご一緒に、日本礼道小笠原流のお作法を楽しく学んでみませんか。

第1・第3火曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月6回）14,256円 水屋料：3,240円

フラワーコーディネーター
原田貴子 / 島村弘美 / 矢野いづみ

資格取得講座 若い人から中高年の方まで、生涯キャリアをめざして楽しく学びながら、本科から研究科教授科まで資格が取れる講座です。(各々1年で24単位ずつ 1 年ごとの資格取得) アレンジの基本からブーケ・テーブルデザイン・ウインドウディスプレイなど教室運営花店開業に役立つカリキュラムです。花材は生花・ハーブ・ドライフラワー・プリザーブドフラワーなど、多彩に組み合わせ自由自在に生けこなす技術と感性を学びます。
プロマスターコース 資格をお持ちの方のさらなるスキルアップのためのコースです。苦手の克服と、より高い技術の習得を目指します。ご希望の方は現場実習も可能です。

資格取得講座	第2・第4火曜日 10:00～12:00	プロマスターコース	第2又は第4火曜日 10:00～12:00
受講料（6ヶ月）	資格取得講座	12回 25,920円 花材料:14,904円(3カ月)	
	プロマスターコース	6回 19,440円 花材料:9,720円(3カ月)	

ナチュラルフラワーコーディネート
原田貴子 / 島村弘美 / 矢野いづみ

フラワーアレンジメントの基礎と応用を学び、あらゆるスペースに自由自在に活けこなせる技術と感性を学びます。プロのコーディネーター、花店開業に役立つ独自のカリキュラム。日本フラワー作家協会の資格認定証を取得できます。

月2 第2・第4火曜日 10:00～12:00	月1 第2又は第4火曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	月2	12回 29,808円 花材料:14,904円(3カ月)
	月1	6回 14,904円 花材料:7,452円(3カ月)

NEW エッグアート
義本千佳

帝政ロシアの時代に作られたエッグアート。その時代にタイムスリップしてみませんか?

第4火曜日 10:00～12:30	
受講料（6ヶ月）	6回 19,440円

やさしいヨーガ
小坂節子

ゆったりした動きや呼吸法が自律神経の働きを整え、からだの免疫力を高めます。心身が調和してリラックスでき、いきいきした感覚が味わえます。年齢に関係なく、ご自分の体力に応じて行いますのでどなたにでも、取り組めます。

毎週 10:15～11:45	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月12回）23,328円

実用ペン字と小筆
馬野華静

ペン字と毛筆細字の両方学べる、贅沢な講座です。毎月「ペン字」誌の課題を出品することにより、段級等の資格を取得できます。その昇段級が励みとなって、自然に美しい文字が書けるようになります。小筆がはじめての方でも「いろは」から始めますので、安心して学んでいただけます。

第2・第4火曜日 午前10:30～12:00 夜18:30～20:00		
受講料（6ヶ月）	午前	12回 22,032円
	夜	12回 22,032円

ラビアンフラワー
酒井カズエ

クラフトペーパーが特殊なラビアン WAX に通すことにより陶器調やクリスタル調の優雅なフラワーに変身します。また、染色技法を取り入れラビアンカラーといわれる中間色を基調とした花飾りの多彩な写実の花から創作花まで楽しんでいただけます。カリキュラム修了後、免状資格を取得することもでき、ラビアンを通じた活動に参加していただけます。

第2火曜日 13:00～15:30	
受講料（6ヶ月）	6回 16,200円

吉川智子のビーズアートジュエリー
吉川智子 / 味村みどり

NHK「すてきにハンドメイド」にも出演のビーズ作家吉川智子のオリジナル作品をご指導します。身に着けて馴染む洗練されたアクセサリーから3Dモチーフなどアート感覚の立体作品まで初心者の方も楽しく作って学べます。日本ビーズアーティスト協会修了認定証書を取得も可能です。

第4火曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

SSTキッズ英語
中村葉子

SST（サウンド・シャワー・テクニック）では英語圏の子どもたちが日常使っているレベルの英語をシャワーのように大量に聞かせ日本語に置き換えないで、英語は英語のまま理解させます。英語の耳が育てば中学校でも英語が得意になります。保護者の方もお子様と一緒に学べます。

毎週 1 16:30～17:30 2 17:40～18:40		
受講料（6ヶ月）	1	（3ヶ月12回）25,920円
	2	（3ヶ月12回）25,920円

NEW 楽しむ朗読 5回修了
岩橋 由莉

上手に読むことより、描かれているお話しの世界を想像し、楽しむ事から始めます。ストレッチ、発声練習なども交えながら、チャレンジしていきましょう!

第1・第3火曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月5回）10,800円

話し方 素敵にスピーキング
新居田洋子

スピーキング講座は単に人前で話ができるようになると言うだけでなく"自分に自信を持ち自分を大切にしていこう"をモットーにしています。話し方・言葉の伝え方・声の出し方・文章の作成・手紙・日常生活でのマナー…様々な勉強を通しての自分磨きです。元気なあなたを再発見!!（個人的な質問タイムもあります。どうぞ!）

指定 第2火曜日 13:00～14:30	
受講料（6ヶ月）	3回 6,480円

NEW 生前整理 3回コース
横路裕子

「生前整理とはなにか?」から、概要とその大切さをお伝えします。

指定 13:30～15:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月3回）9,720円

きもの着付けと和装マナー
嶋崎左千子

"鏡を見ないスピード着付法"により手早く普段着から留袖まで着付けることができます。ミス、ミセスの方々にあった着付ポイントや髪型、化粧法でトータルに指導します。又、和室洋室、外出先でのマナーも身に付けて頂く事ができます。他に着せてあげるコースや資格を目指して学んでいただけます。

第1・第3火曜日午後 15:00～17:00 夜 18:30～20:30		
受講料（6ヶ月）	午後	（3ヶ月6回）12,960円
	夜	（3ヶ月6回）12,960円

いけばな 未生流
山出忠甫

未生流は未生斎一甫によって、1800年代の初めに創流されました。いけ花の本質は社会や生活環境が変化しても変わらないものです。流の「未生」が示すように無限の可能性を秘めて、日々清新なものを生むように努力しています。本講座は初心者の方には " いけばな教本 " を基本に、分かり易くご指導致します。時間の許す限り質問などを交えながら、何回でも納得できるまで、お稽古していただけます。師範以上の方には未生流の真髄である、竹花器・二重・三重・三巻筒・広口などお好みの花器花材を使用し、自然感あふれるいけばなを表現して、お楽しみください。

第1・第3火曜日 初級15:30～20:30 師範科15:30～20:30		
受講料（6ヶ月）	初級	12回 22,032円 花材料：12,960円
	師範科	12回 24,624円 花材料：12,960円

フランス語会話
前本ベネディクト

中級 フランス・ベルギー文化と日本文化を比較しながら色々な話題を取り上げ、それについてフランス語で読んだり、話したりします。（経験 1～2 年以上）
上級 日常的な場面でのフランス語会話をほぼ理解できる方、会話力を維持したい方向けのクラスです。

第3火曜日 中級18:10～19:00 上級 19:30～20:30		
受講料（6ヶ月）	中級	（3ヶ月3回）7,452円
	上級	（3ヶ月3回）8,100円

水曜日

ポップ・コローレ ～Jポップでコーラス～
花篤孝子

地域のコーラスに入りたいけど毎週は難しい、好きなＪポップをカラオケではなく、コーラスでハモりたい。そんな方にお勧めのクラスです。

第2水曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

日本刺繍
塩川祥美 / 吉川恵

織・染・繍…それは民族文化の伝統芸術です。2000年の歴史を持つ絹の刺繍の輝きは永遠で、生地よりもはるかに寿命が長いといわれています。半衿、ネクタイ、額からハンドバック、草履、豪華な帯、振袖まで、高嶺の花があなた自身のものとなります。はじめは基本作品の色紙5枚（朱竹・紅葉・組紐・あやめ・兜）を刺しながら、基本の縫いすべてを習得します。その後自由な図柄でふくさや帯・着物などを制作します。

第1・第3水曜日 10:15～12:15	
受講料（6ヶ月）	11回 36,828円

エンジョイイングリッシュ
マホニーみどり

文法にこだわらず簡単でスグに役立つ会話力をつける講座です。リラックスして楽しく英会話を学びましょう。

毎週 11:20～12:40	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月12回）29,808円

歌謡教室
杉村壽治

現代はカラオケブームを反映して、歌う機会が多くなりました。とはいっても、いざとなるとなかなか人前では歌えないものです。NHK番組「のど自慢」で長年アコーディオンとキーボードの伴奏者として活躍した講師が、カラオケの伴奏を中心に指導いたします。上手、下手は二の次、皆で楽しんで歌う教室です。初心者の方も大歓迎です。

第2・第4水曜日 13:00～14:30	
受講料（6ヶ月）	12回 25,920円

アコーディオン
杉村壽治

どこか懐かしい音色のアコーディオン。何か楽器を習ってみたいな…という方に、おすすめします。教則本のレッスンと、適宜ご希望の曲についても演奏できるように丁寧に指導します。

第2・第4水曜日 入門15:00～16:30 親子クラス15:30～16:30		
受講料（6ヶ月）	入門	12回 32,400円
	親子クラス	12回 38,880円 教材費：1,200円

みんなで元気! うたごえ喫茶
土居克江

楽譜の苦手な人、人前で歌うのが恥ずかしい人大歓迎です。まずは声を出してみましょう。元気は歌からです。懐かしい歌から最近の曲まで、色々なジャンルの曲を皆さんのリクエストを採り入れて歌って行きます。

第1水曜日 13:00～14:30	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

カルトナージュ 水 ～フランス伝統の手工芸～
熊野美知

厚紙を組み立て、ヨーロッパの布や紙で装飾して作るクラフト。ジュエリーボックスやフォトフレームキッチン用品など…。実用的でインテリア小物としても楽しめます。どなたも無理なく始められ、作り方の基本をマスターすれば色々な作品を自由自在に作れるようになり、達成感と満足感が味わえます。

第1水曜日 13:00～16:00	
受講料（6ヶ月）	6回 19,440円

シャンソン
橋本佳代

フランスの歌シャンソンを日本語で歌います。「愛の讃歌」「恋心」「雪が降る」などの名曲を、ピアノ伴奏でレッスンします。楽譜の読めない方、初心者の方も大歓迎です。お洒落なシャンソンの世界で、新しいあなたを発見してください。

第4水曜日 13:30～15:00	
受講料（6ヶ月）	5回 10,800円

フラメンコ舞踊
森久美子主宰 フラメンコアカデミア ラ・ダンサアンダルシア専属講師

エキゾチックな情熱の踊り " フラメンコ " をたのしみませんか。ブラソ（腕）、マノ（指）、サパテアード（靴音）など基礎から習っていただき３ヶ月でセビジャーナス（セビリアの春まつりの踊り）やルンバなどが踊れるよう、丁寧にご指導いたします。

入門・初級 毎週 19:00～20:00	中級・上級 毎週 20:00～21:00
受講料（6ヶ月）	入門・初級（3ヶ月12回）25,920円
	中級・上級（3ヶ月12回）32,400円

いけばな 小原流
難波佳代子 / 中野豊真

小原流ではカリキュラムを設けて合理的な指導を行っています。花がお好きなら、どなたでも、いくつになっても、いけばなを楽しむことができます。「自然との対話を楽しむ」これがいけばなの最も大きな魅力です。四季折々の花とのふれあいの中で自然を大切にする心とその繊細な美しさをとらえる目を養いながらいけばなを通じて、人と人、人と自然の豊かなコミュニケーションが生まれる事を小原流は願っております。

第1・第3水曜日 初級15:30～20:00 研究科15:30～20:00		
受講料（6ヶ月）	初級	12回 22,032円 花材料：12,960円
	研究科	12回 24,624円 花材料：15,552円

津軽三味線と民謡（唄）
根來玲秀

三味線 最近は若い人たちの間でもブームになり、津軽三味線が注目を集めています。その躍動感あるリズム、雪国の哀愁奏でる音色は、聴くものをくぎづけにする魅力があります。さあ、あなたも聴いているだけでなく、自分でバチを持って弾いてみませんか。自分の三味線を持って、楽しくおけいこしましょう。
民謡 正しい声の出し方、節のつけ方、小節の入れ方などを基礎より指導いたします。初心者の方には簡単な唄から始めていただきます。

第1・第3水曜日 三味線18:30～20:30 民謡18:30～20:30		
受講料（6ヶ月）	三味線	（3ヶ月6回）19,440円
	民謡	（3ヶ月6回）12,960円

香水をつくる
加野久男

香りの世界を学んでみませんか！オリジナル香水、世界に一つの我家の香り、香水を作ってみませんか！毎回一つの香水作りをとおして調香の全てのノウハウ、知識や技術、利用方法正しい使い方、楽しみ方など調香師（パフューマー）から直接指導を受けて学びます。

第3水曜日 19:00～20:30	
受講料（6ヶ月）	6回 14,904円 教材費：19,440円

デリカビーズ織り
西尾利子

織り機を使ってビーズをアクセサリー・バッグ・インテリアなど素敵な作品に織り上げます。出来上がるたびにプレゼントにお部屋の装飾にと夢が広がりうれしくなります。資格取得も可能です。１～２回で１作品、作ります。

第1・第3水曜日 13:30～15:30	
受講料（6ヶ月）	11回 23,760円

木曜日

装いペイント（描く楽しみお洒落な装い）
吉川ひろ子

7色の絵の具でお洋服やお洒落用品にペイントをします。絵心がなくても大丈夫!どなたでも描く楽しみと喜びを味わって頂けます。世界に一つ、あなただけのものは、素敵ですよ!

第2木曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

七色ペイント&小物雑貨
吉川ひろ子

絵心がなくても、必要最小限の道具と七色の絵具で、夢のある作品を作ります。身近なインテリアからおしゃれ用品まで、毎日が楽しくなります!

第2木曜日 13:00～16:00	
受講料（6ヶ月）	6回 19,440円

歌の花束 ～名曲をご一緒に～
花篤孝子

季節感あふれる唱歌や、昔なつかしい歌、ポップスや演歌まで幅広いジャンルの曲を楽しく歌っています。コーラスではなく全員一緒に歌いますので、「楽譜が読めない」「聞くのは好きだけど、歌うのは初めて」という方も大丈夫！おもいっきり声を出して、健康と若さを保ちませんか？優雅なひとときをご一緒に過ごしましょう。

第2・第4木曜日 10:15～11:45	
受講料（6ヶ月）	12回 25,920円

～美しい水彩～ ガッシュ画
船本礼子

ガッシュ画は、用紙を丸ごと水に浸して絵の具をにじませるという、独特の技法を用いて描きます。この講座では、爽やかなガッシュ画の技法を基礎から丁寧にご指導いたします。花、風景などを描きながら、従来にない水彩の世界を感じ取っていただけることでしょう。

第1・第3木曜日 10:30～12:30	
受講料（6ヶ月）	11回 26,136円

こころとからだの健康ヨーガ
住本真澄

日本人の体質に合わせてつくられたプログラムで、無理なく心地よく体調を整えていきます。ゆったりとした呼吸とポーズと心のリラックスによる相乗効果で、体の内側よりホルモンや自律神経を整え女性らしい強くしなやかな体と心をつくります。年齢に関係なく初心者の方でも無理なく安心しておこなえるので、ぜひご参加ください。

第1・第3木曜日 11:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月6回）9,072円

大正琴
友弦繁子

あなたも、大正琴をはじめてみませんか。指使いも簡単で、習ったその日から弾けるようになります。ふと口をついて出てくる昔懐かしい唱歌や歌謡曲の数々。そしてまた懐かしい大正琴の響き。大正琴の演奏は、楽譜と楽器の数字を合わせピックで爪弾く、という至極簡単なものですが、詩情漂う音色はまさしく、私たちの心を癒してくれます。童謡・唱歌・民謡・演歌…みなさんで楽しみましょう。

第2・第4木曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	11回 26,136円

骨盤健康美セミナー 6回修了
山本美香

あなたの骨盤歪んでいませんか?誰にでも出来るカイロプラクティック技術で、健康美人を手に入れましょう! 6回修了講座の説明会です。

指定 13:00～14:30	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月6回）12,960円 教材費：7,560円

いけばな 山村御流
樋口三鐘

「花は野にあるように」利休の言葉どおり、自然を大切にするいけばなです。自然をよく見ること。その中で、自然の美しさや草木のあり方を知り、あるがままの姿を生かします。

第1・第3木曜日 13:00～15:30	
受講料（6ヶ月）	12回 22,032円 花材料：12,960円

暮らしの花 －パリスタイル－
浦瀬敦子

パリの色合わせの美しさ・スタイル・テクニックを花に託して表現します。季節のお花をお楽しみください。

第2木曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円 花材料：19,440円

気功八段錦太極拳 木
杉山ひろこ

太極拳は中国に伝わる健康体操。ゆっくり動くことにより、心と身体の緊張をゆるめ血液の流れを良くし内臓の働きを気持ちよく整えます。身体の弱い方、運動が苦手な方にもおすすめします。８種類の健康法・気功八段錦と２４式太極拳とレッスンします。老若男女、年齢に関わらずどなたでも楽しめます。

毎週 13:15～14:45	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月11回）21,384円

楽譜が読みたい!
宮崎 剛

少しは楽譜は読めるけれどもっと音楽を理解したい」というご要望にお応えしピアニストでもある講師が楽しくわかりやすく講座を展開します。

指定 13:45～15:15	
受講料（6ヶ月）	3回 8,100円

ピアノの名曲を訪ねて ～生演奏とティータイム～
宮崎 剛

昔から多くの作曲家たちが残してきたピアノ音楽。現在でも世界中で広く愛用されている「ピアノ」という楽器の魅力に迫ります。スターゲイトホテル関西エアポートのお部屋で、グランドピアノの生演奏をお楽しみいただき、お茶とケーキとともに、「音楽」を味わいます。

指定 15:30～17:00	
受講料（6ヶ月）	3回 8,100円 飲み物代別途

みんな集まれ社交ダンス
樋口幹也

健康と美容だけではなく、リフレッシュにも役立ちます。ダンスの基本を身につけて、手軽に楽しみましょう。もちろんお一人でも大丈夫! 気軽に始めてみませんか?

第2・第4木曜日 19:30～20:30	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月5回）10,800円

金曜日

くらしの書
川下旭蓉

手書きの字は、人を感動させます。また、書く人も心豊かになります。手紙や宛名書きなども基礎から学ぶことができ、私たちの生活に潤いを与えてくれることでしょう。（月刊 日本書学研究会「書の美」の採用）

第1・第3金曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	12回 27,216円

水彩画・色えんぴつ画
西上ハルオ

初歩からベテランまで、一人一人の感性に応じて対象を見、印象や感動をみずみずしい水彩や色エンピツで表現します。豊かな感性による創作への第一歩を目標にします。静物画（野菜や花など）が中心ですが、ハガキの早描も季節に合わせて行います。絵を通じてお互いのコミュニケーションを高められるように努力しましょう。

第2金曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 14,256円

やさしい大人の塗り絵 ～コロリアージュ～
西上ハルオ

自分の感性で色を使います。フランスで流行し始め、世界に広がりました。一人ひとりが自由に着色することで、世界に一枚の作品に仕上げます。絵の経験は問いません。初心者の方もぜひご参加ください!

第2金曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 6,480円

光と影、風や匂い…。自然をみつめ生きる喜びを写真作品に表現してみましょう。デジタルカメラも銀塩も基本は同じ。カメラの使い方や狙い方を撮影会と講評会両面から指導いたします。女性の方も歓迎です。講評会と撮影会を交互に行います。撮影会の場合、時間が延長になることもあります。※撮影条件によって日程が変わる場合があります。※交通費は実費です。

写真・森本教室
森本康則

第2・第4金曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	12回 29,808円

フィルム&デジタルカメラの基礎
森本康則

第2・第4金曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	12回 29,808円

イタリア語日常会話 中級
谷本美佐子

イタリア語の基礎を学ばれた方のクラスです。文法や会話を発展させてコミュニケーション力をたかめていきましょう。また、講師の留学経験を活かし、現代イタリア事情・料理ファッション情報などもお伝えします。積極的な会話に花をさかせましょう。

毎週 10:00～11:20	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月11回）29,700円

NEW イタリア旅行で話してみよう! (ローマ編) 5回修了
谷本美佐子

色々なシチュエーションで役立つ旅行会話を楽しく学びます。イタリアの興味深い文化や習慣の他、各地の見どころや食べどころなど現地情報も満載。初めての方向きのコースです。（経験者の方も参加できます）

第1・第3金曜日 11:30～12:40	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月5回）13,500円 教材費：8,100円

ボビンレース 基礎
古谷咲江

欧州伝統の繊細なレース。基礎的なテクニックを個別指導により学びます。ハンカチ、ドイリーなど身につける物、実用的な物、飾る物など楽しく作ります。経験のある方にはお出来になるところから進めていきます。教材は幅広くご用意できます。お気軽にご相談下さい。

第2・第4金曜日 10:00～12:30	
受講料（6ヶ月）	12回 32,400円

リニューアル 自宅でできるヨガ
Yumiko

レッスンだけではなく、日々の暮らしの中でヨガを楽しんでいただける、無理なく心地よく役立つ「ヨガ体調改善法」をお伝えします。海の見えるスタジオで、リラックス。初めての方、疲れやコリを感じている方、ぜひお越しください。

第1・第3金曜日 11:10～12:10	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月6回）9,720円

法華経に学ぶ
中尾隆淨

法華経は理性と行動の両面を通じて、私たちに理想の人格者とは…？と問いかけます。理性とは行動の裏付けであります。この講座では法華経を生涯に規範とした行動の宗教家・日蓮聖人の思想と人格を通じて釈尊自らが "法華最も第一なり"と賞賛を与えられたこの教えを学びます。

第3金曜日 10:30～12:30	
受講料（6ヶ月）	6回 13,608円

生活（くらし）を彩る ハーブとアロマ
森田洋子 / 加野久男

育てたハーブを日常生活の中で活かすライフスタイルを紹介しながらハーブと香りのある暮らしを提案する講座です。

第3金曜日 10:30～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 14,904円 教材費：16,200円

プリザーブドフラワー ～季節のおしゃれなおしつらい～
シバタチカコ 他

色鮮やかで水も不要な上、長期間美しさを楽しめると話題のプリザーブドフラワーをたっぷり使用したアレンジメントを作ります。ご自宅用のインテリアとしてギフトとしてお洒落で小粋なオリジナルの作品を毎月１作品ご提案していきます。季節感あふれる様々な作品は心を豊かな気持ちにさせてくれます。こんな時代だからこそまずはここから『花がある心の贅沢』なライフスタイルを始めてみませんか？

第2金曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

やさしい仏像彫刻
辻村桂祥

彫刻刀の持ち方、使い方から始めて、地紋彫・仏手・仏足仏頭と仏像彫刻の基本について習い進めます。生涯の趣味としてください。

第1・第3金曜日 13:00～16:00	
受講料（6ヶ月）	11回 23,760円

短歌講座
江畑 實

五句三十一音（57577）を基本とする短歌は、それ以外になんら制約のない全く自由な詩形です。そして、この詩形は 1300 年にもわたる永い歴史を超えて、現代にまで生き続けています。講座では短歌の多様で魅力的な世界を紹介しつつ、具体的な実作のアドバイスもいたします。時間・空間を超えた新たな心の旅に、ともに出発しましょう！

第3金曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円

健康マージャン教室
寺口征克

経験者 基礎から点数計算まで、講師が丁寧にご指導いたします。初めての方でも安心して学んでいただけます。新しい趣味とお友達を作ってみませんか?
初心者 入門講座では、ルールを基本から紹介します。まったく知らない方でも安心して学んでいただけます。新しい趣味とお友達を作りましょう。

第1・第3金曜日 経験者13:00～16:00 初心者14:00～16:00		
受講料（6ヶ月）	経験者	（3ヶ月5回）12,960円
	初心者	（3ヶ月5回）8,640円

S.KAZUE フラワーレッスン
酒井カズエ

初心者の方でも安心してスタートできる講座です。繰り返しレッスンすることで基礎をきっちりマスターし、花の技能士3級を目指します。

第1金曜日 13:00～15:30	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月2回）5,400円 花材料:一回3,000円程度

大人のピアノ教室
上本和子

憧れの楽器ピアノが弾けたらなぁ…と思ったことはありませんか。一度も鍵盤を触ったことのない方でも気軽に音楽が楽しめる初心者向けのピアノ入門コースです。日本の歌や世界の名曲など、グループで楽しみながら、個人の課題曲も弾けるようにレッスンをします。

第2・第4金曜日 13:30～17:30	
受講料（6ヶ月）	12回 32,400円 教材費:2,592円

あいのHappyオカリ～ナ♪ らくらく入門・初級クラス
Ocarinaあい

今話題の小さくてかわいい癒しの楽器オカリナ♪大好きな童謡や歌謡曲などを吹いてみませんか?まずはらくらく入門・初級クラスから始めましょう!

第1・第3金曜日 16:00～17:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月5回）13,500円

クラシックギター
細川卓也

どなたでも、一度は手にしたことのあるギター。ひとつひとつの音を心を込めて演奏できたら、どんなに素晴らしいことでしょう。はじめてギターを手にされる方はもちろん、楽譜を全く読めない方か「昔やってたんだけど…」という方、そして中級・上級の方までクラシックギターのテクニックを基礎としてソロ演奏・アンサンブルを楽しみましょう!

第1・第3金曜日 16:30～20:30	
受講料（6ヶ月）	11回 29,700円

茶道 表千家 夜
松井玉江

お茶席で困らない為の必要最小限のマナー（作法）を短期間に身に付けていただける講座です。全く経験の無い方、正座が苦手な方に椅子もご用意しています。気軽に一服頂けるようになります。

第3金曜日 18:30～20:30	
受講料（6ヶ月）	6回 14,904円 水屋料：3,240円

土曜日

オリエンタル ベリーダンス
Shay（シャーイ）

ベリーダンス独特の動きで身体を引き締めながら女性が持つ本来の美しさを一緒に引き出してみませんか？

第2・第4土曜日 10:00～11:30	
受講料（6ヶ月）	11回 23,760円

キッズベリーダンス
Shay（シャーイ）

子供の頃から体幹を鍛えると、より体バランスがしっかりします。女の子も男の子も受講できます。（保護者の方は見学できます。）

第2・第4土曜日 11:45～12:45	
受講料（6ヶ月）	11回 16,500円

押し絵・心洗らく楽一筆画
宝生麻衣

押し絵 厚紙の型と綿を美しい布でくるんで様々な図柄をつくります古くから親しまれてきた伝統の手工芸です。
心洗らく楽一筆画 季節の訪れ、折々の思いを筆に託し下書きせずに一気に描き進めていく一筆画。のびのびと心洗う楽しい一筆画をはじめてみませんか。

第2土曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 11,664円

写仏から仏画へ 入門
宝生麻衣

やさしい仏様を描いて仏様を知り、自分自身の世界を探りながら気持ちの展開を楽しんでみませんか。日本文化のすばらしさを見直す機会です。

第2土曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 11,664円

デコラティブペインティング ～花を描く～
辻節子

バラの花を中心に小花などをアクリル絵の具で描いてゆきます。色々なバラの描き方をお教えしたいと思っております。

第3土曜日 10:00～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 16,200円

ヨーロピアンポースレン（欧風磁器絵付け）
辻節子

美しい白磁器にペインティングをほどこします。粉絵の具を油で溶き、釉薬のかかった白磁に花、鳥、風景などを描いて窯で焼き上げます。下絵をトレースすることもできるので、どなたでも参加していただけます。

第3土曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	（3ヶ月3回）11,340円

茶道 表千家 午前
松井玉江

お茶席で困らない為の必要最小限のマナー（作法）を短期間に身に付けていただける講座です。全く経験の無い方、正座が苦手な方に椅子もご用意しています。気軽に一服頂けるようになります。

第3土曜日 10:30～12:30	
受講料（6ヶ月）	6回 14,904円 水屋料：3,240円

お花の教室
松井玉江

花の持っている色や形の美しさ、枝の持っている個性を大切に活かして、花材を取り合わせてみましょう。伝統的な花型の素晴らしさと新しい感性のスタイルを、花器の取り合わせを工夫しながら調和させフリースタイルの新しい楽しみ方を味わってください。※流派は問いません。

第1土曜日 10:30～12:00	
受講料（6ヶ月）	6回 12,960円 花材料：12,960円

リボン刺しゅう
小野綾子

様々な種類の美しいリボンを太目の針に通して刺しゅうをします。また、リボンを折ったり縫い縮めたりして作ったリボンワークの花などと組み合わせたりすることで、リボンならではの材質感を楽しみながら表情豊かな作品を作ります。初心者の方には丁寧にご指導いたします。まずは、身近な小作品から始めましょう。

第3土曜日 12:30～14:30	
受講料（6ヶ月）	6回 15,552円

篆書と篆刻（てんしょとてんこく）
山下方亭

はじめて篆刻をしてみようという方から展覧会出品までの講座です。篆書（毛筆）も指導いたします。まず名や号の一字印から二字印を。さらに吉語や成語の三字印や四字印へと進めてまいります。楽しみながら刻して、作品になれば展覧会出品まで道は開けています。篆書の学習に「龍文」誌を使用します。

第2・第4土曜日 18:00～20:00	
受講料（6ヶ月）	11回 27,324円

ジャズ&ポップスを歌おう!
宝田マユミ

"カッコ良く"ジャズを歌ってみたい! ふと耳にする映画音楽を英語で豊かに歌ってみたい!そんな思いを実現してみませんか?あなたの個性を歌の世界で広げてみましょう。英語が読めなくても音符がわからなくても大丈夫です。お気軽に参加してみてください。

第4土曜日 15:00～16:30	
受講料（6ヶ月）	5回 10,800円

「アフガンの男」を英語の原書で読む
鈴木英夫

「アフガンの男」は、テロリズムを扱ったスリラー小説で、フレデリック・フォーサイスの最新作。ベンガル系インド人の血を引く容貌のマイク・マーチンは、アフガニスタンに精通し、公用語パシュト語を話す。アルカイダのテロ計画を入手するため、イギリスの特殊作戦のスパイとして、アルカイダ最上層部に潜入を試みる。テロリスト集団が、G8サミット洋上会場の豪華客船の近くで、タンカーの海上爆破を企てるのだが…。フォーサイスは、このジャンルを手がけるイギリスの著名作家。細部への綿密な叙述は、記者出身らしい。アルカイダやタリバンについても議論を展開する。代表作は「ジャッカルの日」「オデッサ・ファイル」。

第1・第3土曜日 15:30～17:30	
受講料（6ヶ月）	12回 29,808円

ロイヤルフラワーアレンジメント
柳ひとみ

今日世界中で好まれている、英国の伝統的な花のアレンジメントです。格調高いスタイルに従って季節の花を美しくアレンジし、暮らしに彩りを添えましょう。そのために必要なテクニックとコツが、楽しみながら身につくレッスンです。専正ロイヤルフラワーアレンジメントの免許をご希望される方はテストの上、免許を発行いたします。

第1土曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	6回 18,144円 花材料：20,736円

油絵・水彩画 洋画いろ色
松尾貞美

季節の花や果物など身近なモチーフから人物まで自由に描いて楽しさや喜びを味わってください。基本からそれぞれの個性を活かした表現を大切にしたいと思います。初めての方も基礎からじっくり描きたい方もお気軽にどうぞ。

第2・第4土曜日 15:00～17:30	
受講料（6ヶ月）	11回 26,136円

初めての現代短歌
藪葉子

短歌は31文字で綴る言葉の芸術です。5音と7音は日本人が最も心地よく感じるリズム。大切な思い出や感動、日々ゆらぐ想いを 31文字に託してみませんか。初心者の方を大歓迎。言葉が生み出す芸術の素晴らしさを一緒に体験してみませんか。

第4土曜日 16:15～17:45	
受講料（6ヶ月）	5回 11,340円

蜻蛉日記を読む
藪葉子

自分の心を深く見つめて描かれているこの作品は後の『源氏物語』にも、とても影響を与えました。

第4土曜日 14:30～16:00	
受講料（6ヶ月）	5回 11,340円

源氏物語を読む
藪葉子

日本古典文学の最高傑作である源氏物語を読み進めます。どなたにも源氏物語の世界を存分に楽しんでいただけると思います。

第2土曜日 14:30～16:30	
受講料（6ヶ月）	6回 13,608円

世界のコーラス
堤敦子

季節のハーモニーや名曲を楽しく歌いましょう。笑顔ほころぶひととき。"ハロウィン クリスマス お正月にひな祭り" 季節感のある歌をプログラムしました。まずは、ご見学・体験から!

第1・第3土曜日 13:00～15:00	
受講料（6ヶ月）	12回 25,920円

こどもミュージカル
堤敦子

本格的なこどもミュージカルの新クラスです。ストレッチ、ヴォイストレーニング、音練で基礎を勉強します。半年後には発表会（ミュージカルナンバーをオムニバス形式でパフォーマンス）も予定しています。

第1・第3土曜日 15:30～17:30	
受講料（6ヶ月）	12回 38,880円

日本画・水墨画
柳瀬翠風

日本画、水墨画を基礎からわかりやすく親切ていねいに指導いたします。日本画の持つ独特の伝統的技法と、高い精神性を身に付け、世界に通用する日本画水墨画を楽しみながら描いてみませんか。

第2・第4土曜日 15:00～17:00	
受講料（6ヶ月）	11回 26,136円

カルトナージュ 土 ～フランス伝統の手工芸～
熊野美知

厚紙を組み立て、ヨーロッパの布や紙で装飾して作るクラフト。ジュエリーボックスやフォトフレーム、キッチン用品など…。実用的でインテリア小物としても楽しめます。

第1土曜日 13:00～16:00	
受講料（6ヶ月）	6回 19,440円