

新 新講座 2020/8/31 0:00

講座名	講座番号	新	曜日	時間	講師	受講料
A スイミング	楽しい初心者スイミング	A1	月	19:30～20:30	竹澤千春 山藤順子 伊藤香織 市川栄実 岩崎真美 高橋美紀 須藤隆洋 他 竹澤千春 高橋佐知枝 高橋知春 岩崎真美 高橋美紀 市川栄実 高橋佐知枝	18,655円(税込20,520円) 分割4,300円(税込4,730円)
		A2	水	13:30～14:30		
		A3	土	15:00～16:00		
	初心者レディーススイミング	A4	月	15:00～16:00		
		A5	木	10:00～11:00		
	初心者シルバースイミング	A6	火	13:30～14:30		
		A7	水	19:30～20:30		
	初心者&ソフトスイミング	A8	土	18:00～19:00		
		A9	月	13:30～14:30		
	ソフトスイミング	A10	月	18:00～19:00		
		A11	火	10:00～11:00		
		A12	水	15:00～16:00		
		A13	木	18:30～19:30		
		A14	金	15:00～16:00		
		A15	金	19:00～20:00		
		A16	土	10:00～11:00		
		A17	土	13:30～14:30		
		A18	土	19:30～20:30		
		レディーススイミング	A19	火		
	リフレッシュウォーク&スイム	A20	木	15:00～16:00		
	水中ウォーキング	A21	火	16:30～17:30		
		A22	金	13:30～14:30		
		A23	土	16:30～17:30		
		A24	水	18:00～19:00		
		A25	木	13:30～14:30		
		A26	月	10:00～11:00		
		A27	金	10:00～11:00		
アクアコクデショニング	A28	月	10:00～11:00			
	A29	金	10:00～11:00			
アクアピクス	A30	木	13:30～14:30			
腰痛肩こり予防 水中運動	A31	月	10:00～11:00			
B 健康&スポーツ&フィットネス	トレーニング入門	B1	月	9:30～10:30	竹澤千春 伊藤香織 松島悠介 岩崎真美 T O M O M I 他 岩崎真美 中村宏美 井倉操 橋本貴子 福士鈴依子 中村宏美 M A M I T O M O M I 井倉操 橋本貴子 高橋登美子 栗田貞子 早川淳子 E r i k o 永沼秀章 前田順子 萩原けい子	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)
		B2	木	9:30～10:30		
		B3	金	14:00～15:00		
		B4	土	9:30～10:30		
	レディースフィットネス	B5	水	14:00～15:00		
		B6	土	13:30～14:30		
	ボディーデザイントレーニング	B7	月	19:50～20:50		
		B8	木	19:50～20:50		
	中高年から始める基礎体づくり	B9	火	14:00～15:00		
		B10	水	9:30～10:30		
	たのしく減量トレーニング	B11	木	13:30～14:30		
	筋膜リリース ～疲れた身体をリフレッシュ～	B12	水	12:15～13:00		
	ゴルフ ボディトレーニング&コンディショニング (ゴルフのための身体づくり)	B13	火	12:30～13:30		
		B14	水	10:30～12:00		
	エアロピクス	B15	金	19:45～20:45		
		B16	土	17:00～18:15		
		B17	木	10:45～11:30		
	コンディショニング エアロ	B18	木	9:30～10:30		
	青竹&バランス®健康体操	B19	金	13:30～14:30		
	バレトン&ポルドブラ	B20	月	11:00～12:00		
	～きれいなカラダをつくるエクササイズ～	B21	月	12:15～13:15		
	ウェイクアップエクササイズ	B22	水	18:30～19:30		
	楽しいステップ(踏み台昇降)	B23	金	15:15～16:15		
	ひざの痛み・肩こり猫背・腰痛予防エクササイズ	B24	金	13:00～14:30		
	誰でも簡単! 体質改善体操(日本式氣功養生術)	B25	火	11:00～12:00		
	からだにやさしいヨガ	B44	新 木	19:45～20:45		
	リラックスヨガ	B26	月	10:30～12:00		
	健康ストレッチヨーガ	B27	月	13:00～14:30		
		B28	月	15:00～16:30		
B29		水	10:30～12:00			

* 講座によっては変更になる場合がございますのでご了承下さい。

講座名	講座番号	新	曜日	時間	講師	受講料	
B &健康&フィットネス	ハタヨガ・ベーシック	B30	木	18:30～19:30	早瀬しのぶ 長谷川綾美 早川淳子 福士鈴依子 須永美知子 林民子 深澤智子 柳澤実佳 金澤かおる 辻口美佐 久保田洋子 今井勝代 砂岡勝子 野口由美子 香里 高橋登美子 Y U K I E 真里 加藤ひろ子 M I S A 花柳衛一	17,836円(税込19,620円)	
		B31	土	11:00～12:00			
	骨盤調整ヨガ	B32	土	14:25～15:25			
		B33	月	18:30～19:30			
	アシタンガヨガ	B34	月	19:40～20:40			
		B35	新 水	15:30～16:30			
	心とからだの癒しのヨガ	B36	火	9:45～10:45			
		B37	木	11:45～12:30			
	ピラティス	B38	金	18:30～19:30			
		B39	水	15:00～16:30			
	はじめての太極拳	B40	木	13:30～15:00			
		B41	土	10:30～12:00			
	伝統太極拳	B42	火	10:30～12:00			
		B43	土	19:00～20:30			
楽しい太極拳	B44	土	19:00～20:30				
はじめての大人のバレエ (女性限定)	C1	土	9:30～10:45				
パーティーダンスを楽しく踊ろう	C2	土	15:00～16:30				
初めての社交ダンス	C3	木	15:00～16:30				
楽しい社交ダンス	C4	土	13:00～14:30				
C ダンス	健康へのフラダンス	C5	金	10:30～11:45			
	初心者対象フラダンス講座	C6	水	19:30～21:00			
	フィットネス フラ	C7	月	19:15～20:15			
	美ボディフラ (nani Aloha)	C8	金	11:45～12:45			
	ジャズダンス	C9	火	18:45～19:45			
	ストリート HIP HOP	C10	土	18:00～19:00			
	ダンスエクササイズ (HIP HOP etc)	C11	月	18:00～19:00			
	ZUMBA(ズンバ)	C12	木	18:45～19:30			
		C13	金	10:30～11:30			
	楽しく日本舞踊を	C14	新 火	14:00～15:30			
	C15	新 火	19:00～20:30				
D 音楽の楽しみ	たのしい歌謡レッスン	D1	火	13:00～14:30	関根英雄 清水道子 佐渡八重子	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)	
	土曜歌謡レッスン	D2	土	17:00～18:30			
	カラオケ歌謡教室入門	D3	火	10:30～12:00			
		D4	火	18:30～20:00			
	誰でも素敵に変われるステップアップ ヴォイス&ボーカルトレーニング!	D5	月(月3回)	13:15～14:45	須藤仁美	17,836円(税込19,620円) 全18回 13,860円(税込15,246円) 全18回	
	ベストヒットソング・歌謡曲!	D6	月(月3回)	15:00～16:00			
	演歌・歌謡曲!!!	D7	月(月3回)	16:10～17:10			
	オカリナ 個人 (30分レッスン)	入門～上級 複数管	D8	第1・3火	13:10～(30分)	山村多恵子	19,800円(税込21,780円)
	オカリナ入門	初心者	D9	第1・3火	11:35～13:05		
	楽しいオカリナ・アンサンブル	初中級	D10	第1・3火	10:00～11:30	ヒ 口	13,800円(税込15,180円)
	楽しく学ぼう やさしいウクレレ教室	初心者	D11	新 第1・3水	18:00～19:30		
			D12	第1・3木	18:00～19:30		
	楽しく学ぼう やさしいウクレレ教室		D13	第1・3木	19:30～21:00		
	はじめてのギター		D14	第2・4水	19:00～20:30	清水道子	27,000円(税込29,700円)
はじめての楽しい二胡		D15	月(全8回)	13:20～14:10			
楽しい二胡	初級	D16	月(全8回)	12:30～13:20	中川比差子		
楽しい二胡	中級	D17	月(全8回)	11:30～12:30			
津軽三味線	入門	D18	第1・3水	18:00～18:45	小山慶一	16,500円(税込18,150円)	
	初級	D19	第1・3水	18:45～19:30		18,150円(税込19,965円)	
	中級	D20	第1・3水	20:15～21:00		19,800円(税込21,780円)	
	上級	D21	第1・3水	19:30～20:15		22,000円(税込24,200円)	

* 講座によっては変更になる場合がございますのでご了承下さい。

令和2年度後期(R2.10月～R3.3月) 講座案内

・・・R2.11月スタート

新・新講座 2020/8/31 0:00

講座名	講座番号	新	曜日	時間	講師	受講料		
E パソコンスクール	ワード&エクセル基礎(2016～)	E1	月	10:30～12:00	野口律子	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)		
	はじめてのパソコン教室	E2	月	13:00～14:30				
	ステップアップパソコン教室	E3	水	10:30～12:00				
	ゆっくりゆったりパソコン教室	E4	水	13:00～14:30	鈴木育子			
	楽しいパソコン教室	E5	水	15:00～16:30	野口律子			
	楽しいインターネット入門 &ワード・エクセル・はがき	E6	土	10:30～12:00				
	初心者のためのパソコン教室	E7	土	13:00～14:30				
		E8	金	17:00～19:00 (内1時間半)				
	仕事に役立つパソコン	E9	新	土	17:00～19:00 (内1時間半)		小林誠一	21,800円(税込23,980円) 分割4,300円(税込4,730円)
	はじめてのスマホ教室	E10	木	10:00～11:30	ダイヤニ			
	スマホのんびりゆっくり講座	E11	月	15:00～16:30				
ダイヤニ先生の楽しいベーシック・イングリッシュ	F1	木	15:00～16:30					
F 英会話と外国語	ダイヤニ先生の楽しい英会話	基礎編	F2	水	10:30～12:00	ダイヤニ		
		F3	水	13:00～14:30				
		F4	木	13:00～14:30				
		F5	火	10:15～11:45				
	英会話を楽しもう	基礎1	F6	水	19:30～21:00	ビボッソ アナリサ	17,836円(税込19,620円)	
	楽しい英会話	基礎2	F7	金	10:30～12:00	ヒロ	分割4,300円(税込4,730円)	
	馬先生の中国語	入門	F8	土	14:45～16:15	馬鉄		
		初級	F9	土	13:00～14:30			
	馬先生の楽しい中国語		F10	土	10:30～12:00			
	チェ先生の話せる韓国語	入門	F11	木	19:15～20:45	チェ・ヨンギル		
	チェ先生の話せる韓国語 I		F12	月	19:15～20:45			
	源氏物語の世界	G1		第1土	17:15～18:45	藤本宗利	9,000円(税込9,900円)	
H 書道	美しいペン習字	H1	第1・3土	10:30～12:00	新保昭子	11,000円(税込12,100円)		
	楽しい美文字レッスン	T1	第1・3土	13:00～14:00		8,800円(税込9,680円)		
	書道	H2	火	10:30～12:00		但木汐華	16,200円(税込17,820円)	
	初級書道	H3	木	10:30～12:00				
	実用書道	H4	木	15:00～16:30				
	はじめての書道	中学生～大人	H5	木	19:00～20:30	分割3,800円(税込4,180円)		
写経	H6	月	10:00～11:30	長谷川宗美				
茶道	J1	火	13:30～15:00		17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)			
K 花の学校	楽しい華道(小原流)	K1	木	15:00～17:30 (内1時間半)	中島芳昇	13,800円(税込15,180円)		
	楽しい華道(池坊)	K2	第2・4月	13:30～15:00	西場恵風			
	楽しいいけ花(草月流)	K3	第2・4月	19:00～20:30	園田恵霞			
	ヨーロッパアンフラワーデザイン	K4	第2・4土	15:00～16:30	深田春香		13,800円(税込15,180円)<全12回>	
	わくわくステキな『花レッスン』	K5	第1火	15:00～16:30	佐藤充祐		7,200円(税込7,920円)	
		K6	第2火	15:00～16:30				
	ブリザーブドフラワー	K7	第4金	10:30～12:00				
M センサーアップ	アロマライフセラピー	初級	M1	新 第4火	13:00～14:30	高橋あき子	12,000円(税込13,200円)	
	アロマライフセラピー	2級	M2	第3木	10:30～12:00			
	エイジングアロマケア	M3	新 第3月	10:30～12:00				
	ハウスアロマスタイリング	M4	第3水	13:30～15:00				
	エッセンシャルレメディーズ	M5	第3火	13:30～15:00				
	初めてのネイルアート	M6	新 第2水	10:00～11:30	高橋佐知枝	9,500円(税込10,450円)		
	レベルUPネイルアート	M7	新 第2水	19:00～20:30				
		M8	第2水	17:00～18:30				
	ゆかたからの着付けとマナー	M9	金	13:00～14:30				
		M10	金	18:30～20:00				
N 暮らしを愉しむ	コミュニケーションマジックコース	N1	第3土	17:00～18:30	中島弘幸	12,000円(税込13,200円)		
	シナプソロジー(脳トレ)	N2	月	9:30～10:30	須藤智子	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)		
	楽しい南京玉すだれ	N3	第3水	10:00～11:30	玉すだれユニット たこっ茶	7,200円(税込7,920円)		
	魅惑の多肉植物	N4	新 第2・4月	13:00～14:30	小林誠一	13,800円(税込15,180円)		

* 講座によっては変更になる場合がございますのでご了承下さい。

・・・R2.11月スタート

新・新講座 2020/8/31 0:00

講座名	講座番号	新	曜日	時間	講師	受講料	
P アートする愉しみ	楽しい写真教室	P1	水	10:30～12:00	蓼沼敏夫	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)	
	やさしい写真教室	P2	第2・4火	19:30～21:00		13,800円(税込15,180円)	
	ステンドグラス	P3	月	18:30～20:00	長岡初恵	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)	
	押し花とレジンアート	P4	第2・4金	13:00～14:30	道前和子	13,800円(税込15,180円)	
	色えんぴつ画	P5	第1・3金	10:30～12:00	二渡亜有子	13,800円(税込15,180円)	
		P6	第1・3金	13:30～15:00			
	水彩・パステル・油彩画	P7	火	15:00～16:30	石井克	17,836円(税込19,620円)	
	はじめての水墨画	P8	土	15:00～16:30	吉川晶雲	分割4,300円(税込4,730円)	
	楽しい陶芸	鈴木陶房	P9	第1・3水	10:00～12:00	横田美砂子	11,000円(税込12,100円)
		P10	第1・3水	19:00～21:00			
	R クラフト工房	トールペインティング	R1	第2・4月	10:00～12:00	本谷道子	13,800円(税込15,180円)
オイルペイント講座		R2	第2・4木	18:30～20:30	9,800円(税込10,780円)		
パッチワーク		R4	第1・3月	13:00～14:30	竹内かつえ	13,800円(税込15,180円)	
		R5	第1・3月	15:00～16:30			
		R6	第1・3月	18:30～20:00			
楽しいファッション手編み		R7	第2・4火	10:30～12:00	元澤秀子	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)	
楽しいファッション手編み		R8	火	13:00～14:30			
らくらく和裁教室		R9	第1・3木	9:45～11:15	吉野敬子	13,800円(税込15,180円)	
		R10	第1・3木	11:15～12:45			
		R11	第1・3木	12:45～14:15			
つまみ細工		R12	第3金	13:30～16:00	川島夕子	15,000円(税込16,500円)	
おしゃれな生活雑貨と手作りバック		R13	第2・4金	10:00～11:30	須藤智子	13,800円(税込15,180円)	
粘土工芸		R14	第2・4火	15:00～16:30			
ビーズアートジュエリー		R15	第2・4金	15:00～16:30			
S 楽しい子供のスクール		ストリートHIP HOP 入門	幼～小2程度	S1	土	15:40～16:40	Y U K I E
	ストリートHIP HOP 初級	小学生	S2	土	16:50～17:50		
	J-POPダンス	小学生	S3	新 月	16:50～17:50	葵真里	19,800円(税込21,780円) 分割3,800円(税込4,180円)
		中学生	S4	新 水	18:00～19:00		
	クラシックバレエ	入門	S5	木	16:20～17:20	南城ひとみ	16,200円(税込17,820円)
	小学生プログラミング	初級～中級	S6	木	17:30～18:30	小林誠一	分割3,800円(税込4,180円)
		小学生	S7	火	17:00～19:00 (内1時間半)		
	楽しい美文字レッスン	小学生～大人	T1	第1・3土	13:00～14:00	新保昭子	8,800円(税込9,680円)
	書道	年中～小学生	T2	木	16:45～18:00	但木汐華	12,273円(税込13,500円) 分割2,500円(税込2,750円)
	はないく教室～フラワーアレンジメント～	年長～小学生	S8	第1土	10:30～11:30	深田春香	6,000円(税込6,600円)
	こども絵画教室	年長～小学生	S9	新 水	17:15～18:25	二渡亜有子	19,800円(税込21,780円) 分割3,800円(税込4,180円)
親子で美文字レッスン	小学生～大人	T1	第1・3土	13:00～14:00	新保昭子	17,600円(税込19,360円)	
親子書道	年中～小学生	T2	木	16:45～18:00	但木汐華	24,546円(税込27,000円) 分割5,000円(税込5,500円)	
U 屋外スポーツ	ゴルフ ボディトレーニング&コンディショニング (ゴルフのための身体づくり)	B13	火	12:30～13:30	岩崎真美	17,836円(税込19,620円) 分割4,300円(税込4,730円)	
	レディースゴルフ入門	KR桐生	U1	月	10:00～11:30	鈴木和行	25,000円(6ヶ月前納) (税込27,500円) ボール代自弁 <全20回>
	ゴルフ入門	U2	土	14:00～15:30			
		U3	月	19:00～21:00	山崎康弘		
		U4	水	13:30～15:30			
		U5	木	19:00～21:00			
		U6	金	10:00～12:00			
		U7	金	15:00～17:00			
	中高年のはじめてのゴルフ教室	U8	月	13:00～15:00			
	楽しいゴルフ	メイプル笠懸	U9	水	13:30～15:30	小倉照子	
	楽しいゴルフ教室	ピア・ゴルフ ガーデン	U10	日	13:00～15:00	小田切哲也	
	U11	日	15:30～17:30				
楽しい登山塾	W1	月1回	全日	鹿田雄三	19,591円(税込21,550円) 交通費実費・保険料込		