

JR吹田駅直結のカルチャーセンター

受付時間▶平日/土曜:9:30~20:00
日曜/祝日:9:30~16:30

体験・見学ともに予約が必要です。

JR吹田駅中央出口を左
さんくす1番館4F(徒歩1分)

阪急吹田駅からは
JR線沿い徒歩10分

阪急バス
JR吹田駅すぐ

公開 マークは
入会金不要です。



2026 新しい自分に、会いにこよう！おすすめ邦楽&楽器の講座

NEW やさしいしの笛

澄んだ音色で、美しい和の響きを。

和の音色に癒されたい、そんな方におすすめの講座です。音を出すコツ、指使い、簡単な曲まで、やさしく丁寧に指導します。初心者の方にも安心してご参加いただけます。



◆米谷 大輔(米谷流尺八大師範)
◆2・4火曜 10:00~11:30
◇月2回 6,600円
体験 2/10・2/24・3/10・3/24(各火)
◇1,100円
※体験用しの笛貸出 500円別途要

公開 やさしい民謡 全6回

無理なく楽しく、民謡をはじめませんか？

ふるさとの風景がよみがえる、あたたかな民謡の世界へ。呼吸や発声から丁寧に学び、ゆったりと日本の歌に耽りていきます。懐かしい日本の歌を通して心と体をほぐす時間を過ごしてみませんか？



◆藤本 史帆(千呂里の会 会主)
◆2・4土曜 10:30~12:00
2/14・2/28・3/14・3/28・4/11・4/25
◇全6回 19,800円
体験 1/24(土) 11:00~12:00
◇1,100円

たのしい三線

三線の音色に触れてみませんか？

初めての方でも安心して楽しめる「入門クラス」新設しました。楽器の持ち方や基本の弾き方からスタートし、三線の魅力を楽しみながら学びます。



◆森永 博久(琉球民謡協会会員)
◆1・3木曜 13:00~14:30 中級
" 14:45~16:15 入門
" 16:30~18:00 初級
◆1・3土曜 中級 13:00~14:30
◇月2回 4,840円
体験 1/29・2/5・19・3/5・19(各木)
1/31・2/7・21・3/7・21(各土)
◇1,100円 ※体験用三線貸与

NEW 大人のためのパーカッション

夜のクラスはじまります♪

リズムに合わせて楽しく叩きましょう♪難しい技術は必要ありません。音を出す心地良さを楽しんで下さい。日常から少し離れて、音とリズムでリフレッシュしませんか？(楽器無料貸出)



◆川本 怜平(プロドラマー)
◆2・4火曜 19:00~20:30 新設
◆1・3日曜 10:30~12:00
◇月2回 4,840円
体験 2/9・23・3/9・23・4/13・27(各月)
1/18・2/1・15・3/1・29(各日)
◇1,100円

ウクレレ・ギター(個人30分)

レベルに合わせて好きな曲を♪

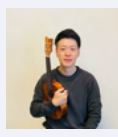
ウクレレやギターを自分のペースでじっくり学びたい方へ、マンツーマンでレベルに応じて丁寧に指導します。



◆広岡 義高(ギタリスト)
◆2・4水曜 17:30~21:10
◆2・4金曜 17:00~18:30
◇月2回 7,150円
体験 1/28・2/11・25・3/11・25(各水)
1/23・2/13・27・3/13・27(各金)
時間要打合せ
※体験用ウクレレ・ギター貸与
◇1,650円

ウクレレ(グループ)

ウクレレのやさしい音色と一緒に、たのしい音楽の時間を始めませんか？



◆平賀 一行(studio GU)
はじめてクラス
◆1・3木曜 12:30~13:30
◆1・3土曜 12:30~13:30
◇月2回 3,960円
経験者クラス
◆1・3木曜 または 1・3土曜(時間共通)
A 13:30~15:00
B 15:10~16:40
◆月2回 4,840円
体験 1/15・29・2/5・19・3/5・19(各木)
1/31・2/7・21・3/7・21・4/4(各土)
◇1,100円 ※体験用ウクレレ貸与

入会金不要♪ おすすめ公開講座

公開 倭の五王の時代

古代歴史講座第3弾！座学全6回

ヤマト王権の王は、5世紀になると相次いで中国南朝の宋に使節を派遣します。彼らの外交の背景に何があったのか、国内外の資料から推理してみます。



◆若井 敏明(関西大学非常勤講師)
◆金曜 10:00~11:30
◇全6回 17,820円
1/30(金) 5世紀の東アジア
2/13(金) 倭王讃から珍へ
2/27(金) 允恭天皇の時代
3/6(金) 古市百舌鳥古墳群
3/13(金) 高句麗の南下
4/10(金) 允恭天皇没後の混乱

公開 シニアのためのスマートフォン講座全12回

毎日が変わるスマホを使いこなそう！

周りにスマホのことを聞ける人がいない、子どもに聞いても面倒くさがられる…スマホに対して不安を抱えているシニア対象の講座です。毎回レッスン後には個別質問にも対応



◆阪上 多賀雄(スマートフォンアドバイザー)
◆木曜 11:30~12:45
2/5・2/12・2/19・2/26・3/5・3/12・3/19
3/26・4/2・4/9・4/16・4/23(各木・全12回)
◇全12回 26,400円(テキスト代込)

公開 鏡を見るのが楽しくなる♪顔ヨガ 全6回

2026年の自分が一番好きと言える♪

顔は年齢に関係なく鍛えることで若々しさを取り戻すことができます!!『お顔を動かす』ただそれだけで、これからまだまだ変われます！



◆SHOKO(フェイシャルヨガ・インストラクター)
◆2・4金曜 10:30~12:00
2/13・2/27・3/13・3/27・4/10・4/24(各金)
◇全6回 17,820円
持参品:お顔の変化を撮影するためのスマホ・お顔を映る鏡・動きやすい服装(上半身のみ)・髪を留めるゴムやピン

外国語

特別体験1,100円

たのしい韓国語

韓国語初心者から経験者まで。まずは体験を♪
○入門…韓国語初心者の方
○初級…文字が読めて簡単な会話ができる方
○中級…学習歴2~3年以上



◆ノ・コンヒ
◆水曜 18:40~19:55 中級
20:00~21:00 初級
◆木曜 18:10~19:10 入門(新設)
19:15~20:30 中級
◇月4回 7,260円
中級 7,700円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4(各水)
1/22・29・2/5・12・19・26・3/5(各木)

たのしいハングル

韓国語で会話出来たら、大好きなドラマや旅行をより一層楽しむことが出来ますよ♪



◆バク・ミョンジャ
◆木曜 10:00~11:15 中級
木曜 11:25~12:40 初級
◇月4回 7,700円
体験 1/22・29・2/5・12・19・26・3/5(各木)

ニコさんの英会話

ベテランのネイティブ講師から英会話を習いませんか？



◆ニコラ・ケネディ
◆水曜 10:00~11:15 初中級
11:30~12:45 初級
◇月4回 7,700円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4・11(各水)

公開 ドイツ語を話そう 全9回

ドイツ語ってかっこいい♪初心者も歓迎です。一緒に楽しく学びませんか？



◆吉森 裕子
◆金曜 18:30~19:45 初級
金曜 20:00~21:15 はじめて
◇1/16~3/13(金)全9回
◆木曜 11:30~12:45
2/5・2/12・2/19・2/26・3/5・3/12・3/19
3/26・4/2・4/9・4/16・4/23(各木・全12回)
◇全12回 26,400円(テキスト代込)

シニアが初めて学ぶ英会話

ゆっくり、ひとつひとつ確実に身につけられるシニア向けのクラスです。



◆山本 英津子
月2回クラス
◆2・4水曜 10:00~11:15 初級2
◆1・3水曜 10:00~11:15 初級1
◇月2回 3,740円(テキスト代別途)
月4回クラス
◆水曜 11:30~12:45 初中級
◇月4回 7,480円(テキスト代別途)
体験 1/21・2/4・18・3/4・18(各1・3水)
1/28・2/11・25・3/11・25(各2・4水)

たのしい中国語

ゆっくり、楽しく、中国語を習いませんか？ドラマが一層楽しくなる♪中国語の音のしくみやあいさつ、簡単な日常会話などをゆっくり学びます。

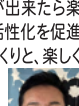


◆植田恭子(上海出身=在日40年)
◆2・4火曜 10:00~11:10 初級
◆2・4火曜 11:20~12:30 はじめて
◇月2回 4,400円
体験 1/27・2/10・24・3/10・24(各火)

大人のための初級英会話

シニアの方大歓迎♪

海外の方と少しでもコミュニケーションが出来たら楽しいですよ！外国語を学ぶことは、脳の活性化を促進します。実際に役に立つ英語会話を、ゆっくりと、楽しく始めてみませんか？



◆河野 良
◆金曜 10:00~11:00 初級
◆金曜 11:05~12:05 入門
◇月4回 7,700円
体験 1/23・30・2/6・13・20・27・3/6(各金)

ルーニーさん家の英会話

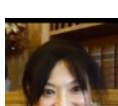
ネイティブの講師に習うのは少し不安…という方に♪明るいまるーニー夫妻がサポートします。



◆ローリー・ルーニー
ルーニー・美知
◆月曜 18:20~19:20 フリートーク
◆火曜 13:00~14:00 入門
14:10~15:10 フリートーク
◇月4回 7,700円
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2・16・23(各月)
1/20・27・2/3・10・17・24・3/3(各火)

やり直しの英会話

会話とヒアリングに重点をおいて、実際に話せる英会話が学べます。



◆リ・タン(オーストラリア出身)
◆火曜 19:00~20:15 初級
◇月4回 7,700円
体験 1/20・27・2/3・10・17・24・3/3(各火)

現地講座

「らくたび」

悠久の都・京都の奥深い魅力をカリスマガイド「らくたび」山村純也氏がご案内。

1/28(水) 午年で注目！藤森神社から黒染界隈へ
2/25(水) ~京の冬の旅企画~
聚楽第から出水通の特別拝観へ
3/25(水) おかめ桜と北野界隈めぐり

◆山村 純也(らくたび代表)
◆4水曜 13時指定場所集合 16時頃解散
◇3ヵ月3回 8,250円
随時体験可 3,300円 ※交通費・拝観料別

学んで歩く歴史探訪

過去の足跡を巡り未来へ紡ぐー歴史を学び、実際にその地を歩くことは、人生をより豊かにしてくれます。

1/20(火) 大阪市内に仁徳天皇の遺跡をさがす
2/17(火) 北摂古戦場めぐり
3/17(火) 早春の奈良西の京界隈

◆若井 敏明(関西大学等非常勤講師・文学博士)
◆3火曜 時間場所等はその都度通知
◇3ヵ月3回 8,250円
随時体験可 3,300円 ※交通費・拝観料別

おもしろ仏像講座 春の課外レッスン

3/28(土) 東山山頂 将軍塚・青龍殿
◇樋口隆秀(仏像ナビゲーター)
◇3,300円 ※交通費・拝観料別途

書道

書道教室(大人・子ども)

ボールペン・筆ペン・毛筆…希望コースについて個別指導します。

◆晁書法学院講師陣
◆1・3 水曜 18:00~20:00
2・4 木曜 13:00~15:00
2・4 金曜 13:00~15:00
1・3 土曜 15:30~18:00
2・4 土曜 15:30~18:00
◇大人 月2回 3,630円
子ども 月2回 2,970円(土曜のみ)

体験 1/22・2/12・26・3/12・26(各木)
1/23・2/13・27・3/13・27(各金)
1/17・31・2/7・21・3/7・21(1・3土)
1/24・2/14・28・3/14・28(2・4土)
※水曜クラス満席につき体験キャンセル待ち可
◇1,100円(子どもは550円)
(体験時、教材費別途 300円要)

書のおけいこ

筆ペン・小筆・大筆・鉛筆…好きなお道具で始めて頂いて結構です。希望者は書道師範への挑戦も可。

◆小田 翔華(日本書学研究会・先会師範)
◆2・4金曜 10:00~12:00
◇月2回 3,630円 随時見学可

公開 筆ペン・ボールペン

手書きによる温かみのある美しい文字が書ける大人に…。

◆晁書法学院講師陣
8回コース 全8回 8,800円
◆3/10~5/12・5/19~7/14(各火曜)
10:00~12:00
6回コース 全6回 6,600円
◆4/14~6/23・7/14~10/13(各2・4火曜)
13:00~15:00
入会金不要 教材費別途要

絵画・スケッチ

NEW はじめての抽象画・やさしい水彩色えんぴつは1面をご覧ください♪

楽しい花の一筆画

画歴40年の講師が筆運びや色使い、隠し技等、花を生き生きと表現する方法を楽しく教えます。

◆南 季世子
(花の一筆画家・友禅画家)
◆2土曜 12:45～14:45
◇3ヵ月3回 8,250円
体験 2/14・3/14・4/11(各土)
◇1,650円(材料費込)

はじめての仏画

心静かに筆をとり、仏の姿を描いてみませんか? 写し紙でなぞっていくので無理なく始められます。描いている内に心が落ち着き、楽しさがわいてきます。

◆上田 久代(仏尚美術会会員)
◆3火曜 13:00～15:00
◇3ヵ月3回 8,250円
体験 1/20・2/17・3/17・4/21(各火)
◇2,200円(材料費込)

手工芸

トール&ポタリーペイント

「アッセンデルフト」「ポタリーペイント」「ハワイアン トールペイント」3クラスをご用意しております♪ お好きなクラスをお選び下さい。

◆中村 さとみ
◆1・3火曜 10:00～12:00
◇月2回コース 4,840円
◇月1回コース 3ヵ月3回8,250円
特別一日体験
1/20・2/3・17(各火)10:00～12:00
◇小箱 4,250円(材料費込)
申込〆切 3日前まで

ほっこり 布絵アート

日本古来の押し絵の技法をもとに、自由な発想、表現方法を用いた新しい額絵です。

◆田中 ゆかり
◆2・4月曜 10:00～12:00
◇月2回コース 4,840円
◇月1回コース3ヶ月3回 8,250円
体験
1/26・2/9・3/9・23・30(各月)
◇きもの 3,300円(材料費込)

戸塚ししゅう

小物、インテリア、お洒落なテーブルウェア…など。種々のステッチを組合せて美しい作品を作ります。

◆小川 豊子(戸塚協会総代)
◆2・4月曜 10:00～12:30
2・4月曜 13:00～15:30
◇月2回 4,840円 随時見学可

基礎から始める 水彩画・淡彩画

道具の選び方から遠近法、透視図法など、初心者にもわかりやすく指導します。

◆井戸 啓司(紫蘭の会主宰)
◆2・4火曜 13:00～15:00
15:10～17:10
◆1・3木曜 10:00～12:00 初心者クラス
◇月2回 4,840円
体験 1/27・2/10・24・3/10・24(各火)
1/29・2/5・19・3/5・19・4/2(各木)
◇1,100円 ※持参品要問合せ

水彩画

身近な花や野草、野菜などをペンと水彩で描きましょう。折々に鉛筆デッサンを組み込みます。

◆伊藤 美恵子(洋画家)
◆1・3水曜 12:45～14:45
◆1・3金曜 10:00～12:00
13:00～15:00
◇月2回 4,840円
体験
1/16・30・2/6・20・3/6・20(各金)
1/21・2/4・18・3/4・18(各水)
◇1,100円※2・8月はデッサンのみ

やすらぎの仏画

無心で仏画を描く事で、心がいやされていきます。

◆久保田 聖淳(仏尚美術会会長)
◆3火曜 13:00～15:00
◇3ヵ月3回 8,250円※初心者の方ははじめての仏画ハ

柴田明美のアメリカンパッチワーク

個人の感性を大切に、布や色使いは全くの自由です。自分だけのオリジナル作品を作りましょう!

◆柴田 明美パッチワークスクール専任講師
◆2・4木曜 13:00～15:00
◇月2回 4,840円
体験
1/22・2/12・26・3/12・26・4/9(各木)
◇花色花柄ポーチ 1,650円(材料費込)

藤クラフト

藤、あけびつる、竹などの素材を使って作品を。基礎コースは作品を楽しく作りながら、藤の組み方・編み方の基礎を習得します。

◆渡辺 令子(長谷川藤芸本部講師)
◆3金曜
A: 13:00～15:00 基礎コース
B: 15:30～17:30 初中級コース
◇月1回 3ヶ月3回 8,250円
随時見学可

パビエ・コレ 花

パビエ・コレとはフランス語で工作の意味です。平面から立体作品へフランスアクセサリーや花を使って花額装を作りましょう!

◆MARY
(花作家 MARY'S WORKS主宰)
◆3金曜15:30～17:30
◇月1回 2,970円
材料費別途(500円～3,000円/作品による)
体験 2/20・3/20・4/17(各金)
◇3,800円(材料費込)

油絵 入門

キャンバスに描く感触はまさしく至福の時。絵を描く楽しさと上手に描ける嬉しさを体験して下さい。初心者の方にも丁寧に指導します。

◆岡本 福代(日本美術家連盟会員)
◆2・4木曜 10:00～12:00
◇月2回 4,840円
体験
1/22・2/12・26・3/12・26・4/9(各木)
◇全2回 3,520円 ※持参品要問合せ

点描マンダラアート

黒い厚紙にゲルペンで図柄を描きます。下絵に沿って色をつけるだけで美しいアートが完成します。ペンの発色が黒地に映え、描くたびに幻想的な輝きが広がります。集中して色を重ねる時間は、心を落ち着かせる癒やしのひとときにもなります。

◆大井 みち
◆3日曜 10:00～12:00
◇月1回 3,300円(材料費込)
体験 1/18・2/15・3/15(各日)
◇1,650円(材料費込)申込〆切3日前まで

ステンドグラス

お部屋をゴージャスで安らぎのあるコーナーに。ティファニー式ランプ、窓用パネル等の作り方を指導します。

◆友川 栄美子(アイリス主宰)
◆1・3水曜 15:15～17:30
2・4土曜 13:00～15:15
2・4土曜 15:15～17:30
◇月2回 4,730円
体験 1/21・2/4・18・3/4・18(各水)
1/24・2/14・28・3/14・28(各土)
◇ナイトランプ 2,600円(材料費込)

洋裁(文化式)

洋裁に再チャレンジしてみませんか? (自由作品) はじめて習う方にはスカートから始めるカリキュラムがあります。まずは見学しませんか?

◆田所 土司子
◆2・4金曜 A: 13:00～15:00
B: 15:00～17:00
◇月2回 4,840円
A・Bクラス同時受講可
随時見学可

ラビアンフラワー

ペーパーを独自開発のワックスに通し、クリスタル調の高貴なラビアンフラワーに。

◆本田 麗子(ラビアンフラワー会長)
◆2水曜 13:00～15:00
◇3ヵ月3回 初級 6,930円 上級 8,052円
専科 9,240円 専修科13,200円
体験 2/11・3/11・4/8(各水)
◇2,750円(材料費込) 〆切1週間前

脳トレ・サロンパーティマジック

マジックは脳トレには最適です。みんなで楽しく脳に刺激をあたえ楽しく笑って、学びましょう。

◆小田切 さくら(プロマジシャン)
◆2土曜 10:30～12:10 初～中級クラス
◆月1回 3,850円
体験 2/14・3/14・4/11(各土)
◇2,200円(材料費込)

女性のための健康麻雀

初めての方でも参加しやすい指先の運動や認知症予防に最適です。

◆松尾 龍
◆1・3火曜 13:00～15:00・15:10～17:10
◆2・4土曜 10:00～12:00
◇月2回 4,840円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17(各火)
1/24・2/14・28・3/14・28(各土)
◇1,100円
※満席の場合はキャンセル待ち可

さんくす落語教室

落語の力で明るく楽しく、前向きな人生を。6ヵ月で一席マスターし、半年に1回高座で発表会も開催。

◆桂 出丸(落語家)
◆2・4火曜 10:00～12:00
◆2・4水曜 10:00～12:00
◇月2回 6,050円
体験◇1,100円
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。

絵てがみ

絵てがみを始めると毎日のくらしの中に、小さな「感動」が生まれます。

◆岡本 基子
(かりん主宰・日本美術家連盟会員)
◆1・3月曜 10:15～12:15
1・3水曜 13:00～15:00
◇月2回 4,400円 随時見学可

くらしの書

漢字・かなを小筆、筆ペン、ボールペンで練習します。ハガキなどに季節の絵を描き、ことばを添えて楽しめます。

◆松永 春香(関西書芸院)・山地 ひろ子
◆(A組)月曜 12:50～14:50
(B組)月曜 15:00～17:00

◇月2回 4,400円
月4回 7,040円 随時見学可

たのしく描く 色えんぴつ画

色鉛筆は、奥が深くとても魅力的です。基礎となる鉛筆デッサンや色のルールを取り入れながらまずは身近な植物や果物を描いてみましょう。

◆玄 祐子(日本画家・東京藝術大学卒)
◆2・4金曜 13:00～15:00
◇月2回 4,840円
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。
◇1,430円(材料費込)

グラスリッツェン

ダイヤモンド粉末のついた針1本で、透明ガラスにモノトーンの輝きを表現します。植物、風景などのモチーフで素敵な世界を。

◆曾和 愛実
(グラスリッツェン・グレース)
◆3木曜 13:00～15:00
◇3ヵ月3回 9,900円
体験 2/19・3/19・4/16(各木)
◇ワイングラス 3,300円(材料費込)
※見学・体験は13:30～

ビーズアクセサリ

大人気のスワロフスキーやチェコガラス等の輸入カットガラスビーズを使用してさまざまなアクセサリを作ります。

◆赤松 祐子(REBECCA)
◆3木曜 10:00～12:00
◇3ヶ月3回 5,940円
随時見学可

ハンドメイドジュエリー

手軽に作れる普段使いのアクセサリから、きれいめの作品までわかりやすくレッスンしています。様々な技法で手作りを楽しんでください。

◆植原 勢津子
◆1木曜 10:00～12:00
◇3ヶ月3回 8,250円
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。
◇3,300円(材料費込)
基本のネックレスまたはソウタシエブローチ

こども

こども空手教室

礼儀正しく、前向きで、心身ともに強いお子さまに成長されるよう、指導します。

◆北野 延保(日本空手道会系東流師範)
◆金曜 5歳～小6 18:00～19:45
◇月4回 4,950円
体験
1/23・30・2/6・13・20・27・3/6・13・20(各金)
◇550円

こども川上恵子バレエ

名門川上恵子バレエ団のこどもクラスです。

◆川上恵子バレエ研究所講師陣
◆月曜 幼児(3歳～)17:00～18:00
小学生 18:00～19:50
◇月4回 6,600円
体験 1/19・26・2/2・9・16・23(各月)
※初めての方は17:00クラス◇1,100円

楽しく学ぶ 字のおけいこ

子どものときにゆっくりと確実に、正しい書き順、書き方を身につけましょう。(4歳～小6)
※持参品 硬筆…えんぴつ(2B以上)
毛筆…書道用具一式

◆多田納 紀子(書道法学院)
◆月曜 16:00～18:00 ◆金曜 16:00～18:00
◇月4回 2,970円
硬筆・毛筆同時受講 4,180円
体験 ◇550円
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。

入会のご案内

■入会金について
一般 3,000円(税込) 中学生以下2,000円(税込)
65歳以上または同居のご家族が会員の場合は無料
会員登録有効期限3年 継続受講・65歳以上の場合は無料更新

和紙ちぎり絵

手すき和紙を指先でちぎり、のりで貼って制作。豊富な題材で完成度の高い作品に。

◆赤尾 三千代
(日本和紙ちぎり協会の賛同会員)
◆1水曜 13:00～15:00
◇3ヵ月3回 6,600円
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。
◇季節の花 2,200円(材料費込)

水墨画

濃淡だけで美しく奥深い世界が表現できる水墨画。掛け軸など大作も。

◆川添 南移(南北墨画会理事)
◆2・4月曜 10:00～12:00
◆2・4金曜 12:50～14:50
◇月2回 4,840円 随時見学可

墨からはじめる日本の画

初めは墨を使い、描いてみて、その後は墨絵・日本画・墨絵と顔彩など、ご希望の方法ですめていきます。

◆川本 昭義(日本画家・墨絵師)
◆2・4日曜 10:00～12:00
◇月2回 4,840円
体験 3/8・22・29(各日)
◇1,800円(材料費込)
※お手持ちの画材があればお持ちください。

自分だけのパターン作成講座

お気に入りの服を基にオリジナルの型紙を作成する方法を学び、自分だけのパターンで服を作るスキルを身に着けます♪
少人数制でお1人お1人を丁寧にサポートします。

※講座内で縫製は致しません。

◆宇野 康恵(パタンナー)
◆2・4水曜 13:00～14:30
◇月2回 5,500円
随時見学可

手あみ教室

棒針、かぎ針の持ち方、網目記号と編み方など、手編みの基礎から指導します。

◆梅田 篤子
(日本編物文化協会指導員)
◆2・4 金曜 10:00～12:00
1・2・4火曜 13:00～15:00
◇月2回4,400円
月3回5,500円
※火曜・月2回受講可
随時見学可

花みずぎの創作キルト

簡単に出来るアップリケの技術を基本として、初めての方から上級者まで指導します。

◆上崎 由紀子[監修]
キルトアズクラブ 花みずぎ主宰 貝田明美
◆2・4 金曜 10:00～12:00
◆1土曜 10:00～12:00
◇3ヶ月3回 6,600円
体験
1/31・2/7・3/7・4/4(各土)
◇2,100円(材料費込)

くらし・古典

俳句

あなたならではの唯一無二の(究極の一句)をこの世に残してみませんか? 隠せず気負わずのびのびと。ことばと向き合う時間は、日々の暮らしに新しい発見とるおいを与えてくれます。

◆中田 剛(俳人・雑文家)
◆4木曜 15:15～17:15
◇月1回 2,970円
体験 1/22・2/26・3/26(各木)
◇1,100円

テーブル茶道・夜クラス

テーブル茶道とは「正座なし、着物なし、和室なし」現代の形に合った新しくモダンな茶道です。

◆渡辺 宗恵
(裏千家茶道専任講師)
◆第1木曜 19:00～20:30
第3木曜 19:00～20:30 満席
◇月1回 2,530円(材料費別途1,800円要)
体験
2/5・3/5・4/2(各1木)
◇2,900円(材料費込)

テーブル茶道・昼クラス

◆後藤 宗恵(裏千家茶道専任講師)
◆3月曜 10:00～11:30・13:00～14:30
◆4水曜 11:00～12:30・14:00～15:30
◇月1回 2,530円
(材料費別途1,800円要)
体験料◇2,900円(材料費込)
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。

脳活のための川柳

川柳は、季語や格式にとらわれず、だれでも気軽に楽しめる言葉の芸術です。五・七・五にのせて、思いを自由に表現しませんか?

◆赤松 ますみ
(川柳文学コロキウム代表川柳作家)
◆2・4水曜 15:00～17:00
◇月2回 4,840円
体験 1/28・2/11・25・3/11・25(各水)
◇1,100円
※持参品:筆記用具 国語辞書(電子辞書可)

はじめての朗読

初心者の方を対象に、発声、発音、滑舌の基礎から、詩、エッセイ、童話、小説など、色々な分野の朗読を学びます。

◆内山 あゆみ(監修=辻 ひろ子)
◆1・3水曜 10:00～11:30 はじめて
◇月2回 4,840円(教材費別途)
体験 1/21・2/4・18・3/4・18(各水)
◇1,100円

朗読

朗読の魅力と、聴き手に伝える喜びを味わってみませんか?

◆辻 ひろ子(フリーアナウンサー)
◆2・4水曜 13:00～14:30
◇月2回 4,840円(教材費別途)
体験◇1,100円
※残席僅かにつき体験は随時お問合せ下さい。

はじめての講談

講談は声に出すこと、口を動かすこと、物語をイメージすること、全てが健康につながります。

◆旭堂 南照(旭堂南陵一門)
◆1・3火曜 15:20～17:20
◇月2回 6,050円
体験
1/20・2/3・17・3/3・17・4/7(各火)
◇1,100円

小嶋ピアノ

個人
30分

ピアノで好きな音楽を弾いていけるように、一緒にがんばりましょう♪年齢の低い方はリトミック譜読みを少ししたら連弾も。

◆小嶋 美智子(日本ピアノ教育連盟会員)
◆火曜 15:30～19:45
◇月2回 初級・中級とも 5,940円
月4回 初級 10,120円 中級 11,440円
◆1・2・4木曜 15:30～20:00
◇月3回 初級 7,590円 中級 8,910円
体験
1/20・2/3・17・3/3・17(1・3火)
1/27・2/10・24・3/10・24(2・4火)
1/22・29・2/5・12・26・3/5・12(各木)
時間要打合せ◇1,650円

HIP HOP Jr.

ダンスを通じて表現力を磨きましょう。初めてでも大丈夫! (小1～小6)

◆SAWA(DANCE STUDIO D-TREK)
◆火曜 18:10～19:10
◇月4回 6,600円
体験

1/20・27・2/3・10・17・24・3/3(各火)
◇1,100円

ストリートジャズ Jr.

楽しく踊って、表現力アップ♪ (小1～小6)
◆SAWA(DANCE STUDIO D-TREK)
◆木曜 18:00～19:00
◇月4回 6,600円
体験
1/22・29・2/5・12・19・26・3/5(各木)
◇1,100円

■受講料のお支払いについて
受講料は原則 口座振替自動引落とし
現金支払いの場合 3ヵ月分をまとめて窓口支払い
■受講者数が一定人数に達しない場合開講を中止
または延期することがあります。

ダンス・舞踊

NEW シニアのDISCOSOUL 月3回クラス・大人のやさしいジャズダンスは1面をご覧ください♪

特別体験1,100円

リズムタップダンス

いつからでも、いつまでもタップダンスを♪

リズムタップは、ダンスでありながら打楽器で音を鳴らしていくイメージです。最初はリズム遊びの感じで始め、足が自然と鍛えられていきます。リズム感や運動神経に自信がない方でも、レッスンで身に着きます。



EMIKO
◆1・3土曜 17:30～18:30
◇月2回 5,500円

体験 1/31・2/7・21・3/7・21・4/4(各土)
※シューズ(ローファー・スニーカーなど)・タオル・水分補給

座ってタップダンス

タップダンスの動作は、介護予防に繋がります。足首や股関節の柔軟性や可動域を広げ、腰痛予防や改善、肩凝りや膝痛予防や改善、振り覚えや手と足を同時に動かす事は脳・神経系の活性化を促し、認知機能の向上に繋がります。



◆瑠花(介護予防健康アドバイザー)
◆1・3火曜 10:00～11:10
◇月2回 3,740円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17・4/7(各火)

健康・武術

特別体験1,100円

代謝アップヨガ

代謝を上げる、大人のヨガ時間

呼吸とともに流れるように動くヨガで、心と身体を整える時間。適度に動きたい方、一日の疲れをリセットしたい方におすすめです。初心者の方も安心してご参加いただけます。



◆Mayu (全米ヨガアライアンスRYT200)
◆水曜 19:15～20:15
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・18・25・3/4・11(各水)

女性限定

バレエストレッチ

バレエの基本的動きを取り入れ、体幹を鍛え美しい姿勢を作ります。身体の固い方も大丈夫。音楽にのって楽しく身体を伸ばします。



◆川上恵子バレエスクール講師陣
◆金曜 17:45～18:45
◇月4回 5,500円
体験 1/16・23・30・2/6・13・20・27・3/6(各金)

女性限定

シニアのやさしいストレッチ

身体全体を丁寧にセルフストレッチして、ストレス解消や柔軟性を目指します。無理なく伸ばして、毎日を楽に過ごしましょう。※タオル持参



◆青木 イミ子
◆火曜 10:45～12:05
◇月4回 5,500円
体験 1/20・27・2/3・10・17・24・3/3・10(各火)

女性限定

古典舞踊はじめませんか

やつふそりょう 南京玉すだれ

日本の伝統芸を習得してみませんか？玉すだれ1本で、かくし芸やボランティアなど活動の場が広がります。

◆八房 笑美佳
(日本南京玉すだれ協会A級指導者)
◆2金曜 14:35～16:05
◇月1回3ヶ月3回 6,600円
体験 2/13・3/13・4/10(各金)
◇1,100円



日本舞踊 藤間流

個人20分

足腰を鍛え、普段の立ち居振る舞いも美しく。小唄、端唄から古典舞踊まで。

◆藤間 元由紀
◆1・2・4火曜 15:00～17:40
◇月3回 6,380円
体験 2/3・10・24・3/3・10・24(各火)
時間要打合せ
◇1,650円
※持参品:浴衣、足袋、扇、浴衣(貸出可)



シニアのHIPHOP・シニアのDISCOSOULは1面をご覧ください♪

社交ダンス 月曜クラス

いつも歩いている時や座っている時に背中が曲がっていませんか。社交ダンスで美しい身のこなしを身につけましょう！



◆藤井 信幸 (藤井ダンスカンパニー)
◆月曜
初級(スタンダード) 13:00～13:55
初級(ラテン) 14:00～14:55
中級(スタンダード) 15:00～15:55
◇月4回 初級 5,500円・中級 6,600円
◇複数受講は割引あり
体験 1/26・2/2・9・16・3/2・9・16・23・30(各月)

大人からはじめるHIPHOP初級

お仕事帰りに通えます♪

バランス感覚、リズム感、音感を養う基礎トレーニングを行いながら楽しく踊りましょう。



◆YACCH (DANCE STUDIO D-TREK)
◆火曜 20:20～21:30
◇月4回 7,700円
体験 1/20・27・2/3・10・17・24・3/3・10(各火)

ストリートジャズ

ロック、ジャズ、そして黒人リズムなどをミックスしたジャズスタイルのダンスです。

◆SAWA(DANCE STUDIO D-TREK)
◆月曜 20:30～21:30
◇月4回 7,700円
体験 1/19・26・2/2・9・16(各月)
※中学生以上



エゴスキュー体操

普段使われなくなった筋肉を目覚めさせ、正しい動きを思い出させる事で痛みからの解放へつなげます。無理なく続けることで、毎日をより快適に過ごすきっかけになります。



◆田村 摩由里 (エゴスキュージャパン認定トレーナー)
◆1・3火曜 11:30～12:45
◆1・3火曜 13:00～14:15
◇月2回 4,400円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17・4/7(各火)

シニアのためのストレッチヨガ

やさしいポーズと呼吸法で徐々に、ねじれや歪みを矯正し、自律神経を整えます。



◆廣田 幸子 (鶴原ヨガスタジオ)
◆金曜 15:15～16:15
◇月4回 5,720円
体験 1/23・30・2/6・13・20・27・3/6・13(各金)

男性のためのヨガクラス

気兼ねなく参加できる男性のためのヨガクラスです。
◆山口 小百合(水)・廣田 幸子(金) (鶴原ヨガスタジオ講師)
メンズ・ヨガ
◆水曜 20:20～21:20
60才からの男性ヨガ
◆金曜 16:30～17:30
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4(各水)
1/16・23・30・2/6・13・20・27・3/6(各金)



ゆっくり・フローヨガ

呼吸に合わせてゆったりと流れるように気持ちよく身体を動かしていきます。続ける事で体幹が強化され基礎代謝も向上します。

◆廣田 幸子(鶴原ヨガスタジオ)
◆水曜 18:00～19:00
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4(各水)

気軽に社交ダンス 金曜クラス

楽しみながらストレス発散、美容にも健康にも効果的です。初心者向けから経験者までレベルに合わせて丁寧に指導します。



◆井上 裕次郎
◆金曜
A:10:00～10:55 基礎
B:11:00～12:10 上達
◇月4回 A:5,060円B:6,600円
◇複数受講は割引あり
体験 1/16・23・30・2/6・13・20・3/6(各金)

フォークダンス

はじめての方は入門クラスへ。講師が丁寧に指導します。大ホールで楽しく踊りましょう♪

◆近藤 幸子 (日本フォークダンス連盟公認指導員)
◆2・3・4水曜 9:30～10:30 入門 10:30～12:00 経験者
◇月3回 入門 3,960円 一般 5,280円
体験 1/21・28・2/11・18・3/11(各水)
※入門クラスのみ 経験者クラスは随時見学可



やさしいクラシックバレエ

姿勢を良くしたい、柔軟性を身に着けたい方に。心と身体が喜ぶバレエを始めませんか？



◆月曜 12:50～14:10 経験者
◆徳重 垂矢(アヤエコーレバレエ)
◇月4回 7,700円
体験 1/19・26・2/2・9・16・23・3/2・9(各月)

ルーシー・ダットン タイ式ヨガ

ルーシーダットンは、心肺機能を向上させ、身体の柔軟性を高めストレスを緩和する効果があります。肩こりや冷え、疲れやすさが気になる方にもおすすめです。



◆水谷 恵 (Siam Culture Cnter 認定講師)
◆2・4木曜 15:30～16:30
◇月2回 3,300円
体験 1/22・2/26・3/12・26・4/9(各木)

女性限定

リラックスヨガ

◆鶴原ヨガスタジオ講師陣
◆水曜(月4回コース) 19:10～20:10
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25(各水)
◆2・4木曜(月2回コース) 12:45～13:45・14:00～15:00
◇月2回 3,300円
体験 1/22・2/12・26・3/12・26・4/9(各木)

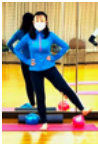
土曜夜のピラティス

自然治癒力を向上させ、腰痛や慢性的な肩こりなどを根本的に改善していきます。
◆木村 真奈美 (鶴原ヨガスタジオ)
◆1・3土曜 19:00～20:00
◇月2回 3,300円
体験 1/17・31・2/7・21・3/7・21・4/4(各土)



マットピラティス

ボールを使って、マットで寝ながらじっくりと体を動かします。
◆木村 真奈美 (鶴原ヨガスタジオ)
◆水曜 14:25～15:25
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4・11(各水)



K-POP DANCE

世代を超えてみんなで楽しくK-POPダンスを踊りましょう！一緒にリズムを感じながら、元氣いっぱい時間を楽しみましょう。



◆YACCH (DANCE STUDIO D-TREK)
◆1・3火曜 19:15～20:15 A:BOYS振付 2・4火曜 19:15～20:15 B:GIRLS振付
◇AまたはBクラス 月2回 4,400円 AB同時受講 月4回 8,250円
体験 BOYS 1/20・2/3・17・3/3・17・4/7(1・3火) GIRLS 1/27・2/10・24・3/10・24・4/14(2・4火)

リフレッシュバレエ

名門川上恵子バレエ団の中学生～大人クラスです。

◆川上恵子バレエ研究所講師陣
◆月曜 20:00～21:45※ 水曜 10:30～11:50 金曜 18:50～20:10
◇月4回 7,700円 ※印以外は未経験者も可
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2・9・16・23(各月)
1/21・28・2/4・18・25・3/4・11・18(各水)
1/16・23・30・2/6・13・20・27・3/6(各金)



シニアのサルセーション

ラテン音楽やポップスなどの音楽に合わせて身体を動かすフィットネスです。



◆KORIO(男性トレーナー)
◆月曜 16:00～17:00
◇月4回 5,500円
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2・9・16(各月)

ソフトヨガ

ゆっくりと全身の疲労を回復していきます。初心者にも優しいヨガクラスです。
◆鶴原ヨガスタジオ講師陣
◆1・3水曜 15:45～16:45
◇月2回コース 3,300円
体験 1/21・2/4・18・3/4・18・4/1(各水)

◆月曜 A 10:10～11:10 B 11:30～12:30
◇月4回コース 5,720円
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2・9・16(各月)

やさしいピラティス

インナーマッスルを鍛えるピラティス。基礎代謝が上がりダイエットも期待できます。



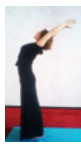
◆山口 小百合(鶴原ヨガ)
◆木曜 17:40～18:40
◇月4回 5,720円
体験 1/22・29・2/5・12・19・26・3/5・12(各木)

パワーヨガ

◆鶴原ヨガスタジオ講師陣
◆月曜 18:00～19:00・19:10～20:10
◆木曜 19:00～20:00・20:10～21:10
◆金曜 14:00～15:00
◇月4回 5,720円
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2・9・16・23(各月)
1/22・29・2/5・12・19・26・3/5・12(各木)
1/23・30・2/6・13・20・27・3/6・13(各金)

ヨガ&ピラティス

今話題のヨガピラで健康な心と身体を手にいれましょう。
◆山口 小百合 (鶴原ヨガスタジオ)
◆水曜 18:00～19:00
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4・11(各水)



アルゼンチンタンゴダンス

情熱的なタンゴのリズムとエレガントなステップ。音楽と踊りの魅力にふれながらタンゴの世界を体験しませんか？



◆池本 亮 (アルマ・デ・タンゴアカデミー)
◆2・4日曜 10:30～12:00
◇月2回 5,500円
体験 1/25・2/8・22・3/8・22(各日)

フラメンコ

華やかな衣装で踊りませんか？はじめての方は「シニアと入門」または「はじめて」クラスまで。

◆阿藤久子フラメンコスクール講師陣
◆水曜 9:50～11:10 シニアと入門 11:20～12:40 初級 20:15～21:35 中級
◇月4回 9,680円
◆水曜 18:50～19:50 はじめて
◇月4回 8,580円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4(各水)

ベリーダンス

ベリーダンスの魅力は、楽しい事、そして健康的で理想的なラインを作れる事です。まず体験しませんか？



◆Yuko Kuwahara
◆月曜 18:30～20:00 はじめて 20:10～21:40 中級
◇月4回 10,560円
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2(各月)

太極拳

水曜クラス(中級)
◆西岡 美和子(身輝会代表・日本武術太極拳連盟公認指導員)
◆水曜 12:45～14:05 (経験者のみ)
◇月4回 5,720円
体験 1/21・28・2/4・11・18・25・3/4(各水)

金曜クラス(初級)
◆後藤 さよみ (日本武術太極拳連盟公認指導員)
◆金曜 13:00～14:20
◇月4回 5,720円
体験 1/23・30・2/6・13・20・27・3/6(各金)



自分に恋する太極拳

ストレッチや瞑想などをして心と身体を緩めていき、ゆっくりとした動きの太極拳をしながら安定感のある健康的な身体へと整えていきます。

◆丸出羽 千栄子 (楊名時八段錦太極拳準師範)
◆2・4日曜 15:00～16:30
◇月2回 4,400円
体験 1/25・2/8・22・3/8・22・4/12(各日)



心身統一合気道

力を徹底的に抜くことで不動心を養いストレスを解消、健康を保ちます。健康法、護身術として女性にも人気。

◆吉田 脩一郎(心身統一合気道会 師範)
◆木曜 19:00～20:30
◇月4回 7,700円
体験 1/22・29・2/5・12・19・26・3/5(各木)

自 彊 術

東洋医学をベースに日本で生まれた健康法。ゆがみを整え自然治癒力、免疫力を高めます。



◆西尾 勝美(自彊術普及会)
◆1・3・4金曜 10:00～11:30
◇月3回 4,950円
体験 1/16・23・30・2/6・20・27・3/6(各金)

ハワイアンフラ

特別体験1,100円

気分はハワイ♪ハワイアンフラ

曲に合わせてゆったりと身体を動かして、健康促進を♪リラックス効果も期待できます。初心者も安心して楽しめます♪

◆小西 京美 (MAKA LOCOMAIIKAI主宰)
◆1・2・4火曜 12:00～12:40 はじめて 12:50～14:20 初・中級
◇月3回 はじめて 4,950円 初・中級 6,380円
体験 1/19・26・2/2・9・16・3/2・9・23(各月)



アロハ! ハワイアンフラ

南国の風を感じながら心も身体もリフレッシュ♪

◆田附 正子(レイ レファ主宰)
◆1・2・4金曜 10:00～11:30 中級 11:50～13:20 入門
◇月3回 6,380円
体験 1/23・30・2/6・2/13・27・3/6(各金)



フラを踊ろう

優雅なテンポの曲からリズムカルな曲まで、色々な曲を楽しく踊れるようにレッスンします。自分1人では運動しない方、姿勢を良くしたい方にお勧め♪



◆村上智子 (Ka Pa Hula O Hoaloaha公認インストラクター)
◆2・4金曜 18:30～20:00
◇月2回 4,400円
体験 1/30・2/13・27・3/13・27(各金)

ハワイアンフラ(木)・林クラス

美しい音楽と優雅な動きで心を満たしましょう♪

◆林 春江(ファイフラ・マーリエ主宰)
◆1・2・4木曜 9:30～10:30 入門 10:45～12:15 初中級
◇月3回 入門 4,620円 初中級 6,380円
体験 1/22・29・2/5・12・26・3/5・12(各木)



占い

やさしいタロットリーディング

詳しい知識がなくても丁寧に指導します。

◆川森 さほ(日本運勢学協会理事)
◆1月曜 13:00～15:00
◇月1回 2,970円
体験 2/2・3/2・4/6(各月)
◇1,100円



四柱推命実践コース

四柱推命を一通り習得した方のためのクラスです。

歌

特別体験1,100円
個人1,650円（時間要打合せ）

公開

ジャズを歌おう 全6回

楽譜が読めなくても大丈夫♪

心地よいリズムとメロディにのせてジャズの世界を楽しんでみませんか？発声の基本からテクニクまで初心者から経験者まで丁寧に指導します。



■青木 まきほ(ボーカリスト)
■2・4木曜 13:00～14:30 満席
■2・4木曜 14:50～16:20 新クラス
■2/26・3/12・26・4/9・23・5/14
(各2・4木) 全6回
□全6回 16,500円(テキスト代別途)
体験 2/12(木)14:50～15:30
※新クラスのみ

カラオケレッスン

心が伝わるカラオケの極意を学んで、ジャンルの問わず、歌唱力・表現力をアップしましょう。



◆末広 幸子
(シンガーソングライター)
◆2・4金曜 15:00～16:40
◇月2回 4,510円(教材費別途)
体験 1/23・2/13・27・3/13・27(各金)

ポピュラー&歌謡曲カラオケ

身体を整え無理のない発声と、曲のポイントをレッスンします。高音も低音も自由に歌えるよう指導。毎月1～2曲を練習し、仕上げはマイクを使って歌います♪

◆松下 弥生(関西二期会所属・大阪音大卒)
◆2・4火曜 10:30～12:00
◇月2回 5,500円
体験 1/27・2/10・24・3/24・31(各火)

英語でポップス

英語の歌詞に原語に近い独自のフリガナをふっていますので、誰でも簡単に英語の歌が歌えます。

◆河野 良(ピアニスト)
◆2・4水曜 15:00～16:30
◇月2回 4,840円
体験 1/28・2/11・25・3/11・25・4/8(各水)

楽器

NEW

大人のためのパーカッション
ウクレレグループ
(個) ギター・ウクレレ
1面をご覧ください♪

特別体験1,100円
個人1,650円（時間要打合せ）

オカリナ（グループ）

オカリナの素朴で温かみのある澄んだ響きに自然と心が癒されます。入門・初級・中級クラスでレベルに合わせて学んでいただけます。



◆永澤 学(オカリナ奏者)
◆1・3土曜 10:30～12:00 入門
◇月2回 入門 5,280円(初回教材費別途)
◆1・3木曜 中級 15:15～16:45
初級 16:50～17:50
◇月2回 中級 5,280円(教材費別途)
初級 3,960円(教材費別途)

体験 1/31・2/7・21・3/7・21(各土)
1/29・2/5・19・3/5(各木)初級のみ
体験用オカリナ貸出 500円

邦楽

NEW

やさしいしの笛
やさしい民謡・たのしい三線
は1面をご覧ください♪

特別体験1,100円
個人1,650円（時間要打合せ）

三味線・民謡

民謡・三味線共に未経験の方から名取まで、幅広く指導します。

◆藤本史帆(千呂里の会 会主)
藤本史暁・藤本 帆之

民謡
◆2・4土曜 12:30～14:20
◇月2回 3,850円

三味線
◆2・4土曜 中級 14:25～15:55
初級 10:30～12:00
入門 16:00～17:10
◇月2回 入門 4,840円
初級・中級 5,280円
◇三味線・唄 併習 7,700円
体験 1/24・2/14・28・3/14・28(各土)
※体験用三味線貸与
※初心者の方は入門へ

こころと身体に響くボイストレーニング

お腹の底から大きな声を出すと、気持ちも晴れやかになります。日常の生活を離れ、心と身体の健康に特化した発声法をぜひ一緒に体験しましょう！



◆木下裕子(日本シューベルト協会会員)
◆1・3金曜 10:00～11:30
◇月2回 4,840円
体験 1/16・30・2/6・20・3/6・20(各金)

気軽にポップス

より英語に近い独自のフリガナと訳を用意します。そしてピアノistでもある講師が、あなたに合うキーであなたの伴奏をします。



◆河野 良(ピアノist・英語講師)
◆1・3月曜 10:00～11:30
◇月2回 5,500円
体験 1/19・2/2・16・3/2・16(各月)

女声合唱

現代から、懐かしい作品までいろいろな合唱曲を楽しみます。アットホームな雰囲気の中、アンサンブル発声を学び、ハーモニーを楽しみましょう。



◆福田 美保(日本合唱指揮者協会会員)
◆1・3木曜 10:30～12:00
◇月2回 4,400円
体験 1/29・2/5・19・3/5・19・4/2(各木)

こころの歌

懐かしい歌、元氣が出る歌、心やすらぐ歌…発声を学びおおらかに歌いましょう！



◆福田 美保(声楽家)
◆4月曜 10:00～11:30
◇月1回 3カ月3回 6,600円
体験 1/26・3/23・3/30(各月)

40歳からのヴォイストレーニング

身体を意識して使う「フランクリンメソッド」を導入。動きやすい服装でお越し下さい。

◆福田 美保(ヴォイストレーナー)
◆2月曜 10:00～11:30
1土曜 10:20～11:50
◇月1回 3カ月3回 6,600円
体験 2/9・3/9・4/13(各月)
1/31・2/7・3/7・4/4(各土)

女性限定

脳トレのためのドラム

脳トレーニング、ストレスや運動不足の解消、新たな趣味、老若男女いつからでも始められます。70歳からも歓迎。女性も多数受講しています♪

◆平田 哲也
◆2・4火曜 16:30～19:30
◆1・3土曜 18:00～20:00
◇月2回 5,500円



体験 1/27・2/10・24・3/10・24(各火)
1/17・31・2/7・21・3/7・21(各土)
※火曜の体験は15:45～16:30にお越しください。
※土曜の体験は、17:30から可能です。

ポピュラー&ジャズピアノ

ピアノの経験は問いません。コードネームで弾きたい方、弾き語りをご希望の方も是非！※英会話のみ・歌のみ、習いたい方も歓迎、ご希望に応じてお教えします♪



◆河野 良(ジャズピアニスト)
◆2・4水曜 16:45～20:30
◇月2回 6,600円

体験 1/28・2/11・25・3/11・25・4/8(各水)
時間要打合せ
弾きたい曲の楽譜をご用意ください。

箏・三味線・胡弓(宮城系)

「箏」のさわやかな音色は日本人の琴線にふれる響き。宮城道雄直門の講師が指導します。

◆中島 警子(大阪音大名誉教授・桐絃社主宰)
村上 洋子(大阪音楽大学講師)
◆1・3土曜 9:30～12:30
◇月2回 初級 6,600円・併習 13,200円
体験 1/31・2/7・21・3/7・21(各土)
時間要打合せ



はじめての楽しい三線

三線は年齢に関係なく誰でも弾けます。一緒に楽しみませんか？



◆新城 卓(監修＝森永博久)
◆2・4土曜 10:30～12:00
◇月2回 4,840円
体験 1/24・2/14・28・3/14・28(各土)
※体験用三線貸与

大正琴

哀愁を帯びた懐かしい音色の大正琴。数字符通りの簡単な演奏法で童謡からクラシックまで。

◆広岡 義高(岡村流)
◆2・4金曜 15:00～16:40
◇月2回 4,400円



体験 1/23・2/13・27・3/13・27(各金)
体験用大正琴貸与

ゴスペル

ゴスペルは多くの人々を魅了する音楽です。一緒に歌い、リズムに乗りながら心豊かな音楽の世界へ誘います。



◆永田 順子
◆3土曜 10:00～11:45
◇月1回 3,300円
体験 1/17・2/21・3/21(各土)
※体験は10:00～11:00まで

元気になる歌

どなたでも参加できる中高年のための歌の教室。音楽療法なども採り入れ、体や頭を刺激してさわやかな毎日を。



◆松山 知穂
◆1・3金曜 13:00～14:30
◇月2回 4,840円
体験 1/16・30・2/6・20・3/6・20(各金)

ボイトレ&いきいきボーカル

個人 30分

普段から声が出やすくなるよう訓練するレッスンです。会話を楽しくむように、頭ではなく身体で感じながら、歌の引き出しを増やしませんか。



◆下山 礼子(ボーカリスト)
◆1・3日曜 13:15～20:15
◇月2回 7,700円
体験 2/1・15・3/1・15・29(各日)
時間要打合せ

深い呼吸で健康ボイトレ

個人 30分

個々の癖や特徴を調整し、声の可能性を広げて、歌唱表現へのアプローチを行います。



◆尾崎 百合子
(大阪芸術大学声楽専攻卒)
◆1・3金曜 17:30～21:15
◇月2回 7,700円
体験 1/30・2/6・20・3/6・20(各金)
時間要打合せ

ジャズボーカル

個人 40分

◆宇根崎 緑(ジャズボーカリスト)
◆1水曜 15:15～20:05 満席
3水曜 13:00～18:50 満席
3木曜 15:15～20:25 満席
◆3カ月3回 13,200円



※満席につき体験は随時お問合せください。

バイオリン

個人 40分

ヨーロッパやアメリカで幅広い演奏活動を行う講師が直接指導します。お子様もご相談ください。



◆後藤 学(スイス・ヌシャテル群立音楽院を最上位卒)
◆1・2・4日曜 16:30～21:20
◇月3回 初級 11,880円
中上級 13,200円

体験 1/25・2/1・8・22・3/1・8(各日)
時間要打合せ ※体験用バイオリン貸与

はじめてのハーモニカ

素朴な音色は気持ちを安らげてくれます。

◆仲谷 征夫
◆1・3水曜 12:50～14:20 入門
14:25～15:55 はじめて
◇月2回 3,960円
※はじめてのクラスは1～2か月で入門クラスへ
※ハーモニカ持参ください。
体験 1/21・2/4・18・3/4・18・4/1(各水)

ハーモニカ 初・中級

ハーモニカ経験者のためのクラスです。
◆仲谷 征夫
◆2・4水曜 13:10～15:00 中級
◇月2回 3,960円 随時見学可※経験者のみ

趣味の二胡

二胡経験者向けのクラスです。

◆張 連生(遼寧二胡楽団芸術総監督・日本二胡振興会理事)
◆1・3日曜 中級 17:00～18:00
個人(40分) 18:05～20:55
◇月2回 中級 7,150円 個人 10,120円
体験 2/15・22・3/1・15・29(各日)
※体験用二胡貸与 時間要問合せ

やさしい二胡

二胡の柔らかく優美で流れるような音色は心を癒してくれます。

◆片岡 恵(アジア国際音楽コンサート特別賞受賞)
◆1・3日曜 12:20～13:20 入門
13:30～14:30 中級
14:40～15:40 初級
◇月2回 入門・初級 6,710円 中級 7,150円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17・4/7(各火)
※体験用二胡貸与



しの笛

◆見島 直子
◆1・3土曜 12:15～13:00 はじめて 満席
13:30～15:00 初級 満席
15:15～16:45 中級
◇月2回 はじめて 3,520円
初級 4,840円
中級 5,280円 中級クラスのみ見学可

ボイストレーニング

火曜・福田クラス

おおらかに声を出しましょう。ジャンルは問いません。



◆福田 かおり
(声楽家)
◆3火曜 15:00～16:40
◇3カ月3回 6,600円
体験 1/20・2/17・3/17(各火)

金曜・宇留嶋クラス

◆宇留嶋 美穂
(武庫川女大講師)



◆1金曜 14:30～16:00
◇3カ月3回 6,600円
体験 1/30・2/6・3/6(各金)
◆2・4金曜 12:50～14:30
◇月2回 4,400円
体験 1/23・2/13・27・3/13・27(各金)

歌曲を楽しむ

ドイツやイタリア、日本の歌曲を、時にはオペラも楽しめます。外国の曲は原語でも歌えるようになります。

◆池田 美也子(日本シューベルト協会会員)
谷向 弘美(ピアノ)
◆1・3土曜 18:30～20:10
◇月2回 5,280円
体験 1/31・2/7・21・3/7・21(各土)



カンツォーネを歌おう

底抜けに明るく陽気なカンツォーネを歌ってみませんか？初心者から経験者まで誰でも楽しく学べます。

◆福田 かおり(声楽家)
◆1・3火曜 13:10～14:50
◇月2回 4,840円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17・4/7(各火)

やさしい歌曲

◆池田 美也子
(日本シューベルト協会会員)
坂田 佳央理(ピアノ)
◆1・3火曜 10:30～12:10
◇月2回 5,280円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17(各火)



ピアノ

特別体験1,100円
個人1,650円（時間要打合せ）

幸野ピアノ/コレペティ

個人 30分

年齢、レベル不問。声楽(コレペティ)も指導します。

◆幸野 紀子(神戸女学院大学講師)
◆2・4日曜 9:30～13:00
2・4金曜 17:00～20:30
◇月2回 初級 6,600円・中上級 7,700円
体験 1/25・2/8・22・3/8・22(各日)
1/23・2/13・27・3/13・27(各金)
時間要打合せ

40歳からのピアノ

グループレッスンで、レベルに合わせて個人指導も。
◆幸野 紀子(神戸女学院大学講師)
◆2・4金曜 15:45～17:00◇月2回 4,400円
体験 1/23・2/13・27・3/13・27(各金)

小林ピアノ

個人 30分

はじめての方から経験者まで、好きな曲、弾きたい曲を織り交ぜながらレベルアップを目指します。

◆小林 峯子
◆1・3日曜 9:15～12:30
◇月2回 初級 6,600円・中上級 7,700円
体験 2/1・15・3/1・15・29・4/5(各日)
時間要打合せ

小嶋ピアノ

個人 30分

幼児から大人までベテラン講師が丁寧に指導します。火曜は月2または4回受講可。

◆小嶋 美智子(日本ピアノ教育連盟会員)
◆火曜 15:30～19:45
◇月2回 初級・中級とも 5,940円
月4回 初級 10,120円 中級 11,440円
◆1・2・4木曜 15:30～20:00
◇月3回 初級 7,590円 中級 8,910円
体験 1/20・2/3・17・3/3・17(1・3火)
1/27・2/10・24・3/10・24(2・4火)
1/22・29・2/5・12・26・3/5(各木)
時間要打合せ

大西ピアノ

個人 30分

初心者から上級者までレベルに合わせてレッスン。定期的に仲間と演奏会を開催。

◆大西 陽子(音楽group「ミューズ」主宰)
◆1・3火曜 9:00～12:30
1・3土曜 12:30～17:00
◇月2回 初級 6,600円 中上級 7,700円
体験 1/31・2/7・21・3/7・21(各土)
1/20・2/3・17・3/3・17(各火)時間要打合せ

大人のためのピアノ

ピアノは楽しいだけでなく脳を刺激して老化防止にも。親しみやすい曲を習います。シニアの方もどうぞ。グループレッスン。レベルに合わせて個人指導も。
◆大西 陽子(京都市立芸大卒)
◆1・3木曜 13:00～14:40
◇月2回 5,280円
体験 1/29・2/5・19・3/5・19・4/2(各木)

お花

池坊

◆橋本 由美子
(池坊華道会特別会員・池坊総華督)

◆1・2・3火曜 15:15～20:00
◇本科 月2回 6,580円
月3回 9,540円



※各花材費込み
※研究科、師範科、立花(要問合せ)
体験

1/27・2/3・10・17・3/3・10(各火)
◇2,300円(花材費込)

花芸安達流

◆浦 信瞳
(大阪府支部副会長主任教授)



◆1・3金曜 18:00～21:00
◇月2回 本科 3,300円
研究科 3,850円
◇花材費 月2,640円
体験 1/30・2/6・20・3/6・20(各金)
◇2,420円(花材費込)

ヨーロッパ生花

◆岡崎 智子(アトリエクレインパール主宰)

◆3木曜 10:00～11:20
◆1日曜 10:00～11:20
◇月2回 4,840円
月1回3カ月3回 8,250円
◇花材費1回 約2,750円

