

キッズ新体操

※女の子限定講座 月曜(月3回 第1~3週)
①キッズ:16:30~17:20 ②ジュニア:17:30~18:30

リボンやボールを使って、楽しく体を動かす新体操の教室です。
音楽に合わせて身体をのびのびと動かすことで、柔軟性・リズム感・
美しい姿勢・表現力が自然と身につきます。
初めてのお子さまでも大歓迎！みんなが笑顔で参加できる
レッスンです。“できた！”を自信にキラキラ輝く美しい女の子を
育てます☆

- ◆講師：渡邊 美香(りのりこ新体操クラブ)
- ◆料金：6,600円(税込価格・用具、指定着、指定靴別)
- ◆対象：①キッズクラス(年少~小学生低学年)
②ジュニアクラス(小学生)



永田紗戀の花咲く書道

月曜(月1回 第4週)
13:30~15:30

TVや雑誌等のメディアでも多数紹介、
掲載されている花咲く書道。
絵心も書道経験も不要です。
文字に想いを込めて、上手い下手ではなく、
嬉しい楽しいが花書です。

- ◆講師：出縄 佳代子
(マスターインストラクター・
花咲く書道認定講師)
- ◆料金：3,300円(税込価格・教材費別)

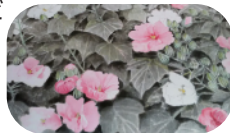


水墨・墨彩画

水曜(月2回 第1・3週)
13:30~15:30

水墨画は原則として黒一色、墨の濃淡(グラデーション)のみを表現します。
墨彩画は墨の線や陰影を主としつつ、色(顔彩など)を使って表現します。
まずは実技として、四君子(蘭、竹、梅、菊)の描き方など
を行います。紙と墨との調和を肌で感じながら
レッスンを行いましょう。初心者の方も大歓迎です！

- ◆講師：安藤 華舟
(公益社団法人 日本南画院参与、
英国王立美術家協会名誉会員、雪舟国際美術協会委員)
- ◆料金：5,500円(税込価格・教材費別)



陶器絵付ポタリーアート

木曜(月1回 第1週)
10:30~12:30

ポタリーアートとは…、
白いビスクウェア(素焼きの陶器)に藍色とカラーで
色付けて焼く陶器です。色々な作品が出来ていく
楽しみを感じてもらおう為、丁寧にテクニックを
指導いたします。

- ◆講師：神蔵 よし子
(ポタリー講師認定証取得、グループ藍色ポタリーゼ設立)
- ◆料金：2,750円(税込価格・材料費別)



季節のフラワーアレンジメント

土曜(月1回 第1もしくは第3週)
(生花とプリザーブドフラワー)
10:30~12:30

お花とふれあい楽しい時間を過ごしませんか。初めての方も大歓迎！
季節やイベントに合わせたアレンジ。生花、プリザーブドフラワー、
お選び頂けます。

- ◆講師：山本 文子
(IFA国際フラワーアレンジメント協会)
(IFA国際トータルフロリスト協会 公認講師)
- ◆料金：3,300円(税込価格・教材費別)



スタンドグラス

Aコース:水曜(月2回 第1・3週)10:30~12:30
Bコース:水曜(月1回 第2週)14:00~16:00

初心者向けのやさしいランプからティファニーランプなど
が学べるコース、また中世ヨーロッパの絵付け技法などを
学ぶコースもございます。

- ◆講師：正木 美夜子
(MIYA スタンドグラス、アトリエマサキ主宰)
- ◆料金：Aコース 5,500円・Bコース 3,300円
(いずれも税込価格・教材費別)



金曜絵画

金曜(月2回 第1・3週)
10:30~12:30

油彩、水彩等、画材は何でも結構です。静物画用にモ
チーフは用意しておりますが、各自描きたいものがあ
れば自由です。

- ◆講師：高橋 祥子(東京芸大大学院修了)
- ◆料金：4,400円(税込価格・教材費別)

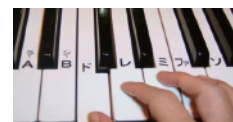


中高年から始めるらくらくピアノ

月曜(月2回 第1・3週)
14:00~15:00

憧れのピアノ、いつかは弾いてみたい夢ですね。指運動で脳が活性化！
音符が読めなくてもご心配なく！！
今、人気の中高年から始める『らくらくピアノ』で
夢を叶えてみませんか？

- ◆講師：高木 昭子
(一般社団法人 全日本らくらくピアノ協会 認定講師)
- ◆料金：4,400円(税込価格・教材費別)



日本の唱歌・童謡

月曜(月1回 第2または第3週)
14:00~16:00

皆さん、よくご存知の日本の唱歌・童謡のポイント
レッスンをしながら、皆さんで歌っていきます。

- ◆講師：眞理 ヨシコ
(NHK初代うたのおねえさん)
- ◆料金：3,740円(税込価格)
- ※1年以上続けられる方を対象としています。



カラオケ

月曜(月2回 第1・3週)
10:30~12:00

「天使の誘惑」(レコード大賞)などの作曲家・鈴木邦彦の教室です。
元気いっぱいお腹から声を出してストレス発散しながら
歌う楽しさを一緒に体感していきましょう！
ポップスから歌謡曲全般に…、皆さんの歌いたい歌を練習を
通じてメロディーと言葉を大切に聞く人に伝わるよう
楽しみながらアドバイス致します！

- ◆講師：滝澤 由美子(鈴木邦彦カラオケ教室認定講師)
- ◆料金：4,400円(税込価格)



フルーツ

木曜クラス:木曜(月2回 第2・4週)17:00~3クラス
金曜クラス:金曜(月2回 第2・4週)17:00~3クラス

初めての方も経験者の方も、小学生から中高年の方まで、
楽しく丁寧な指導のもと基礎から本格的に学べます。

- ◆講師：播 博(武蔵野音楽大名誉教授)
崎谷 美知恵(武蔵野音楽大卒・宇都宮短期大学講師)
(東京フルーツアンサンブルアカデミー)
- ◆料金：8,800円~12,100円(税込価格)
(受講料金は入門~上級クラスによって異なります)



朗読

木曜(月2回 第1・3週)
13:30~15:30

朗読のうまいかへたかではなく、その人らしい世界を
創りあげることが目標にしています。
伝わる音と言葉、正しい姿勢を大切にしながら、自由に
のびのびと一緒に楽しく朗読しませんか？

- ◆講師：島田 果枝
(俳優：NHK 大河ドラマ、それいけノントック他出演)
- ◆料金：6,600円(税込価格)



詩吟

金曜(月4回)
13:00~15:00

漢詩から短歌、俳句、新体詩、散文まで吟じます。
腹の底から大きな声を出す吟詠は、健康にも最適です。

- ◆講師：越智 精麗(岳精流日本吟院師範)
- ◆料金：7,700円(税込価格・教材費別)



バレエ

水曜(月2回 第2・4週)
10:30~12:15

未経験の方、中高年の方、運動不足を解消したい方、
大歓迎！柔軟性と体幹を鍛えるストレッチ・バレ
エで足の動かし方や手の使い方など基本的な動き
を行います。最後はセンターでジャンプなど動きのあ
るレッスンです！

- ◆講師：YUKA(YUKA バレエクラス代表)
- ◆料金：6,600円(税込価格)



ヨーガ

木曜(月4回)
10:15~11:45

心と体をスリムアップする総合的な健康法です。
体位法・呼吸法により体力の維持増進と心の安定を
得ることができます。

- ◆講師：大友 武子(健康運動指導士)
(ヨーガインストラクター)
- ◆料金：6,600円(税込価格)



ハワイアンダンス

金曜(月3回 第1~3週)
15:15~16:30

軽快なハワイアン音楽に合わせて、思いやり・調和・謙虚・
喜びなど、アロハの心を大切に楽しくレッスンします。

- ◆講師：カエナ荻原
- ◆料金：6,050円(税込価格)



キッズダンス

4歳~小学1年:水曜(月4回)16:30~17:30
小学2年~6年:水曜(月4回)17:30~18:30

ヒップホップをカッコよく踊ろう！！
テレビで見ると流行のダンスを基本から楽しく踊
ります。都内に通わなくてもテレビ等で活躍中の講師に
習えるのも魅力！一緒にカッコよく踊りましょう！！

- ◆講師：HaRu(ハル)
- ◆料金：6,600円(税込価格)
- ◆対象年齢：4歳~小学6年生



ビーズフラワー

月曜(月1回 第2週)
13:30~15:30

ビーズフラワーとは…、ガラスのビーズをワイヤーに通して花びらや葉の
パーツを作り、組み立てた立体のお花です。
ビーズをワイヤーに通す事によって自由自在に形を
作る事ができ、ビーズの風合いをいかした表情豊かな
世界にひとつだけの花を作ることができます。

- ◆講師：細川 浩子
(ニューヨーククレインボー ビーズフェアリー主宰)
- ◆料金：3,300円(税込価格・教材費別)



七宝焼き

土曜(月2回 第1・3週)
13:00~15:00

男女共に楽しめる七宝工芸。七宝は金属の表面にガラス質の
釉薬(うわぐすり)を盛り付けて、高温で焼成したもので、
日本の古き伝統工芸です。
一般的に知られているのはアクセサリーですが、室内の道具
や額画等、工夫次第で色々作れます。

- ◆講師：荻野 紀子(日展、県美術会・アトリエみち主宰)
- ◆料金：5,500円(税込価格・教材費別)

