



京阪枚方駅から徒歩約3分

枚方教室 受講生募集中!

リビングカルチャー倶楽部

入会金・年会費
不要

枚方教室の
受付はこちら



楽しい講座が
いっぱい!



各講座のお問い合わせは

リビングカルチャー倶楽部 枚方教室

〒573-0028 枚方市川原町3-1 クラウンビル2F

☎072(843)0001 午前10時～午後5時受け付け
(日曜・祝日は除く)

webからも検索 ▶ <http://living-cul.com>

入会金・年会費は不要。受講料は税込み表示、事務手数料100円別途要。
最少催行は原則5名。申し込みの締め切りは、原則開講の5日前。

● 駅からのアクセスはこちら! ●



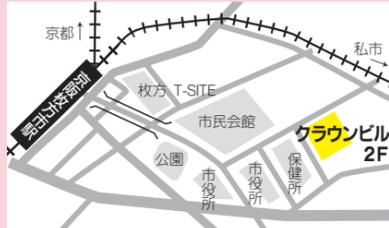
枚方市駅南口



枚方 T-SITE を過ぎて



市役所前を左折。保健所の隣



※京阪枚方駅徒歩3分。駐車場・駐輪場なし

注目の新講座

気軽な1日講座

新しいコト始めませんか?
6月～7月に開講する
フレッシュな講座を
紹介します。

新講座 ● 6月5日開講

紙ひもで作る ネコのちぐら(おうち)

丈夫な紙ひもを使って、ネコのおうちを作ります。立ち上げや増し目など、初心者には分かりにくい点を指導。短期間で作れるよう、自宅での製作もあります。本体・直径36×高さ33cm。全3回で一つを制作。

▶ 3回8100円(教材費別) / 第1・3木曜13:00～16:00 / 講師:清水里江(待てぬにゃら作ってしまえ猫ちぐらの会)



新講座 ● 6月6日開講

はじめての四柱推命

四柱推命は宿命(先天運)・運命(後天運)の解説法として、今の時代にも幅広く活用できます。運命学研究者としてメディアでも人気の南尋公さんが、わかりやすく解説。開運ポイントなども紹介します。

▶ 6回1万360円(教材費別) / 第1・3・5火曜12:30～14:00 / 講師:南尋公(運命学研究者、日本易学連合会参与)

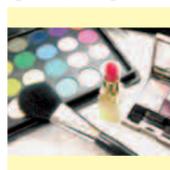


新講座 ● 6月7日開講

印象を変えるなら 押さえておきたいメイク術

今さら人には聞けないメイク法や、知っておきたい基本を教えます。メイクセラピーの概論の後、「ベースメイク」「目メイク」「スキンケア」「チーク～ハイライトで立体メイク」「リップでの仕上げ」を練習します。

▶ 4回9070円(教材費別) / 第1水曜10:00～12:00 / 講師:三品佳代(メイクセラピストジャパン認定メイクセラピスト)



新講座 ● 6月15日開講

明日から実践! あなたにも 見れる初心者からの手相

初心者にも分かりやすく、すぐに実践できる手相教室です。手相の歴史から始まり、生命線、知能線など基本線の七線について学んでいきます。クールの最後には実践鑑定に挑戦しましょう。

▶ 6回1万1100円(教材費別) / 第1・3木曜12:30～14:30 / 講師:令龍(ヒーリングサロン SAKURA 所属鑑定士)



新講座 ● 6月15日開講

楽しく学ぶ数秘術

1から9の数字にはそれぞれ意味があると考え、生年月日など個々が持っている数字から運気の流れをよみとる数秘術。講座では、各数字の持つ意味、運命数から知る運気の良い時期などを学びます。

▶ 6回1万1100円(教材費別) / 第3木曜14:50～16:50 / 講師:鈴恵カルマナ(ヒーリングサロン SAKURA 所属鑑定士)



新講座 ● 6月15日開講

若返り整理術 ～すっきりイキイキ暮らす

モノややるべきことであふれた、忙しい毎日…。モノ、人間関係、やりたいことの順に整理整頓に取り組み、居心地のよいおうち、ストレスのない人間関係、やりたいことに取り組みる毎日を手に入れましょう。

▶ 3回5670円(教材費別) / 第1・3木曜14:50～16:50 / 講師:細谷紀子(ライフデザイン研究所代表)



新講座 ● 6月23日開講

ピラティスで 体幹エクササイズ

インナーマッスルを鍛えて体幹を安定させましょう。骨盤や背骨を正しい位置に導き、姿勢の歪みや身に付いた悪い癖を直して、5年・10年後も快適な身体作りを目指します。女性限定。

▶ 8回1万4000円(教材費別) / 第2・4金曜13:00～14:15 / 講師:伊達直美(Body Element System JAPAN 認定インストラクター)



新講座 ● 6月27日開講

楽しい川柳!

身近な文芸でありながら奥が深い川柳を学びましょう。作句の方法を習った後、毎回、講師から出されるお題にそって、2句から3句を詠みます。最初は講師が秀作などを選んで添削。慣れてくれば互選も。

▶ 6回1万900円(教材費別) / 第4火曜12:30～14:30 / 講師:池田武彦(俳句川柳本社同人)



新講座 ● 7月3日開講

アルトリコーダー 入門

小学生の時にはじめて触れたリコーダー。童心にかえてチャレンジしませんか。リコーダーは左右利の指先を動かすので脳の刺激にもなります。仲間が集まればアンサンブルも、楽しい時間を過ごしましょう。

▶ 6回1万2960円(教材費別) / 第1・3・5月曜12:30～14:00 / 講師:市村香代子(大東楽器ヤマハJet講師)



新講座 ● 7月6日開講

カラーワイヤクラフト

カラフルなワイヤを、ラジオペンチを使って曲げたり、留めたりして作品を作ります。ワイヤの基礎、扱いなどもレッスン。最初は、ウエルカムボード、三輪車、籠などが飾れるものを中心に毎回1作品制作。

▶ 4回8640円(教材費別) / 第1木曜14:50～16:50 / 講師:福田香里(日本カラーワイヤクラフト協会認定マスター)



新講座 ● 7月8日開講

羊毛フェルト! 愛犬・愛猫を作ろう。

羊毛フェルトは、ふわふわの羊毛を特殊な針でついで編織を絡めて作ります。最初の1クール(6回)で長さ15cm位の柴犬を6回で1つ制作し、基本をマスター。2回目からは、自分の好きな犬猫を6回1作品のペースで制作します。

▶ 6回1万2960円(教材費別) / 第2・4土曜12:30～14:30 / 講師:milkryo



1日講座 ● 6月10日

エンディングノートの書き方

本当に役に立つ終活やエンディングノートの書き方を学びましょう。気になる介護や相続の事などの不安を解消する心得や、在宅リハビリをみた講師から最新の見据えた方法についてのお話も聞けます。

▶ 1回2160円(教材費別) / 第2土曜10:00～12:00 / 講師:戸谷彰吾(理学療法士協会・終活カウンセラー協会)



1日講座 ● 6月14日

シャドウボックス 1日体験

5～6枚の同じ絵柄の紙を切り絵調に貼りあわせて作る立体絵画シャドウボックス。1日体験ではカニをモチーフにした作品に挑戦します。夏の気分を先取りして。大きさは外寸約17cm×17cm。

▶ 1回1890円(教材費別) / 第2水曜10:30～13:00 / 講師:下村浩美(アトリエ桂[kei]インストラクター)



1日講座 ● 6月24日

フリルリボンが可愛い! Fluffy Bag(フラフイーバッグ)

あこがれのフリルリボンをあしらったトートバッグを作りませんか。自分用はもちろん、プレゼントにもおすすめです。リボンはピンクと黒の2種類から選択。申し込みの時に選んでください。※バッグ本体は黒。素材はサテン。

▶ 1回1620円(教材費別) / 第4土曜10:00～12:00 / 講師:幾野美貴(Precious Ribbon 主宰)



1日講座 ● 6月26日

おしゃれ可愛い 革のサボサンダル

2枚の革を型紙に沿ってカットして縫製。それを底材に太鼓鉚とハンマーで打ち込めば完成です。サイズはレディース用のMとL。カラーは7色(白・黒・赤・茶・キャメル・マスタード・グリーン)から選択を。

▶ 1回7800円(教材費別) / 第4火曜10:00～12:00 / 講師:斎藤慎二(EMA CREATE)



1日講座 ● 6月27日

中高年のための "はじめてのスマホ"

「使ってみたいけれど使いこなせるかどうか不安…」という人におすすめの体験講座です。iPhoneを買う前に知っておきたい、基礎知識をわかりやすく紹介します。※スマートフォンを持っていない人対象。

▶ 1回1350円(教材費別) / 第4火曜15:00～17:00 / 講師:ソフトバンクスマートフォンプランニングアドバイザー



1日講座 ● 6月30日

パーソナルカラーレッスン

肌の色や瞳の色、髪の毛の色などから自分を魅力的に見せてくれる「パーソナルカラー」がわかる1日完結講座。終了後試験を受け、合格すれば、国際カラーデザイン協会の認定証発行。布色見本帳付き。

▶ 1回1万円(教材費別) / 第5金曜10:00～16:45 / 講師:染川千恵(国際カラーデザイン協会カラーデザインマスター)



1日講座 ● 6月30日

もらってうれしい暑中見舞い ～笑文字講座

書画家・田中太山さん考案による、文字を絵のように書く、筆ペン・アート「笑文字(えもじ)」。今回は、暑中見舞いに挑戦。温かみのある笑文字で、暑中見舞いのお便りやメッセージカードを書きましょう。

▶ 1回2200円(教材費別) / 第5金曜14:50～16:20 / 講師:高見憲子(田中太山公認笑文字インストラクター)



すでに実績のある定期講座の中から、これから新クールがスタートするものをピックアップ。

体験講座 や 無料体験 もあるのでチェックして。

開講間近の定期講座

6月16日開講

体験講座

はじめよう現代短歌

短歌の概要、歴史、秀歌の鑑賞、実作、添削までを実施。見たもの、ふと感じたことを三十一音のリズムに乗せて気軽に自由にうたいましょう。事前に1〜2首を送ると、講師が添削してくれます。



▶ 6回9720円(教材費別) / 第1・3・5 金曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:武富純一(「心の花」会員)
体験講座 6月2日(金)12:30 ~ 14:30、1620円(教材費別)

6月17日開講

やさしいデッサン

デッサンは絵画や造形表現の骨格のようなものです。正しい物の見方・とらえ方を身に付けるには、デッサン力が必要。彫刻家として活躍中の講師から、デッサンの基礎を学びましょう。鉛筆、ペン、コンテ、パステルなどを使って静物を中心に描きます。講座の終わりには講評も。



▶ 10回1万5420円(教材費無) / 毎週土曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:大杉直(彫刻家)

6月21日開講

知っている曲だから踊りやすいJ-POPダンス

ヒット曲の振付をベースに、ダンスを楽しみましょう。見るだけでなく踊ってみたい、振付を覚えてみたい、適度に体を動かしたいという人におすすめ。1クールを通して1曲は踊れるようになることを目指します。今流行りの曲や、80〜90年代の曲を取り入れる予定。途中募集。



▶ 3回7500円(教材費無) / 第1・3・5 水曜 13:00 ~ 14:30 / 講師:村上ひろこ(テアトルアカデミー大阪 ダンス講師)

6月22日開講 7月15日開講

姿勢美人に！太極拳

太極拳のゆっくり柔らかな行云流水の動作は、ストレスや緊張をやわらげ、心身ともにリフレッシュさせます。動きがゆっくりなのも安心です。初めての人も丁寧に指導。気軽に参加を。



▶ 10回1万2960円(教材費無) / 毎週木曜 10:00 ~ 12:00、毎週土曜 10:00 ~ 12:00 / 安藤哲子(大阪太極拳協会所属)

6月22日開講

体験講座

一から学ぶ将棋講座

展開が早く、脳トレには最適です。初めての人からもっと強くなりたい人まで対象。将棋を通して礼儀作法や人の気持ちが解るようになります。体験講座もあるので、気軽に参加してみませんか。



▶ 6回9770円(教材費無) / 第2・4 木曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:光永納(日本将棋連盟公認指導員)
体験講座 6月8日(木)14:50 ~ 16:50、1630円(教材費無)

6月23日開講

花の絵ファンタジック水彩画

難しいデッサンをせず、ホビー感覚で描く水彩画です。絵筆を持つのが初めての人でも、1〜2回のレッスンで素敵な花の絵が完成します。絵を描いてみたい、花が好きならにぴったり。



▶ 6回1万2960円(教材費別) / 第2・4 金曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:前川淳子(ファンタジック水彩画協会 教授)

6月23日開講

体験講座

立体折り紙〜折り紙で花を作る〜

季節の花々を手軽な折り紙で立体的に表現します。市販の折り紙を折ったり、切ったりして花弁や葉を作りワイヤーを結わえて1本の花を仕上げます。作品は部屋に飾るのはもちろん、プレゼントにも。



▶ 6回1万2960円(教材費別) / 第2・4 金曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:石井保子(紙工芸作家)
体験講座 6月9日(金)14:50 ~ 16:50、2100円(教材費別)

6月24日開講 6月29日開講

太極拳と氣功 横山クラス

穏やかな動きと深い呼吸で氣を養います。ストレス発散、健康増進、メタボ対策などにもおすすめ。年齢に関係なく始められるのも魅力です。元気で長生き、快適に過ごしたい人のための楽しい講座です。



▶ 10回1万2960円(教材費無) / 毎週土曜 14:50 ~ 16:50、毎週木曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:横山あつ子ほか(揚名時健康太極拳 師範)

6月26日開講

ポエミア 手彫りガラス 〜スイートグラスリッツェン〜

ダイヤモンドパウダーの付いた特殊なペンで、ガラスの内側に図案をあてて模様を手彫りしていきます。図案があるので絵の苦手な人も大丈夫。繊細な模様がガラスに映えます。初心者も丁寧に指導。



▶ 6回1万9440円(教材費別) / 第2・4 火曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:横井喜代子(ガラスリッツェンフィールド協会認定講師)

6月26日開講

リラックス コーラス

声は世界に一つしかない楽器。自分の声を大切に生かして、楽しく歌いましょう。毎回、軽い体操や発声練習など、ボイストレーニングを通してからコーラスを。世界で愛唱されている懐かしい歌や、日本の歌謡曲、ポップスなど、多彩なジャンルの曲に挑戦します。途中募集。



▶ 3回4860円(教材費別) / 第2・4 火曜 13:00 ~ 14:30 / 講師:橋本桃子(日本演奏連盟会員)

6月26日開講 7月6日開講

すぐに役立つ 実用書道

芳名録への転帳、のし紙、宛名書きが苦手という人のための講座。楷書の基本から。コツさえ覚えればすぐに上達します。希望があれば、書道全般についても指導します。月曜と木曜があるので、都合のいい日程で受講を。



▶ 10回1万2960円(教材費別) / 毎週月曜 14:50 ~ 16:50、毎週木曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:杉江美津子(日本書芸院無鑑査会員)

6月27日開講

体験講座

やさしい水彩画

気軽に身のまわりのものをスケッチしましょう。構えず元気に描くことが大切という講師が、丁寧に指導します。手紙や日記にサッと絵を添えられると素敵ですね。



▶ 10回1万6250円(教材費無) / 毎週火曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:鈴江章郎(彩風会主宰・洋画家)
体験講座 6月20日(火)10:00 ~ 12:00、1620円(教材費無)

6月27日開講

韓国語初級講座

韓国語の発音、読み方からあいさつなど、基礎からゆっくりと学びましょう。韓国語会話マスターを目指す人のための入門クラスです。言葉と同時に隣国の文化にも触れられます。中級クラスもあり。



▶ 8回1万9130円(教材費別) / 第2・4 火曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:朴芝英(ハクジョン)

6月27日開講

体験講座

どちらもOK！筆ペン・ボールペン

筆ペン・ボールペンには共通点があり、同時に練習することで両方が上達します。基礎から生活に役立つ文字の書き方を学びましょう。美しい字は一生の宝ですね。添削指導もあり。



▶ 10回1万2960円(教材費別) / 第2・4 火曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:岡本飛雲(暁書法学院 講師)
体験講座 6月13日(火)10:00 ~ 12:00、1500円(教材費無)

7月3日開講

楽しいフォークダンス

世界各国には気候、風土の違いがあり言葉があるように、音楽・リズム・踊りにもお国柄があり、民族豊かな踊りがたくさんあります。フォークダンスを通して世界の文化に触れながら楽しく踊りましょう。衣装を揃える楽しみも！ 途中募集。



▶ 5回6750円(教材費無) / 第1・3・5 水曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:市村香代子(日本フォークダンス連盟所属 公認2級指導者)

7月4日開講

俳句の心を絵に！ 積穂俳画

四季折々に咲く花や、うつりゆく情景を筆致少なく描け、初心者でも会心の作品が表現できます。一番大切なのは楽しんで描くこと。色紙・手紙・扇子などに描くこともできます。



▶ 3回7270円(教材費別) / 第1火曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:石崎清穂(全日本積穂俳画協会講師)

7月4日開講

はじめの洋裁&リフォーム

お気に入りの生地や季節に合わせた生地を使って、素敵なオリジナルの洋服を作ってみましょう。採寸の仕方からミシンの使い方まで丁寧に指導。希望者にはリフォームもレクチャーします。



▶ 5回8130円(教材費別) / 毎週火曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:柿本実咲(実咲洋裁教室主宰)

7月5日開講

初めての水彩画と水彩色鉛筆

気軽に楽しめ、それでいて奥が深い「水彩画」の魅力に触れてみましょう。淡い色調と深い陰影の使い方など、個々に合わせて基礎から丁寧に指導します。花などの静物を中心に、風景などにも挑戦。水彩色鉛筆での指導も行います。絵画に初めて挑戦する人も安心して参加を。



▶ 6回1万1660円(教材費無) / 第1・3 水曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:古野恵美子(洋画家 一陽会会員)

7月5日開講

初めての風景スケッチ〜ハガキに描こう

旅行や外出先で出会った心に残る風景や物を、すらすらとハガキに描けたら、きっと楽しい思い出になるはず。まずは基本となるデッサンの仕方から指導。自分らしさを大切に鉛筆と水彩絵の具で楽しく描きましょう。教室を飛び出している野外スケッチも予定(日程等は講師より説明)。



▶ 6回1万1760円(教材費無) / 第1・3 水曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:古野恵美子(洋画家 一陽会会員)

7月7日開講

あみぐるみ・ニット小物教室

ウサギやクマ、ネコやソウなどの可愛い動物たちの作品を、彩り豊かな毛糸を使って、かぎ針で編み上げていきます。希望者には、ニット小物も指導。ミニバッグやドアノブカバーなども作れます。初回は「クマのあみぐるみ」を作ります。女性限定。途中募集。



▶ 5回1万800円(教材費別) / 第1火曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:池田知美(あみぐるみ・ニット作家)

7月7日開講

アフタヌーンヨガ

普段無意識にしている呼吸をしっかりと意識して行い、身体全体に巡らせます。難しいポーズができるのではなく、自身が心地良く感じることを大切に。それがリフレッシュと体作りにつながります。女性限定。途中募集。



▶ 3回6600円(教材費無) / 第1・3・5 金曜 12:30 ~ 13:30 / 講師:ako(全米ヨガアライアンスRYT200取得インストラクター)

7月8日開講

はじめのバレエ

バレエの基礎レッスンは、姿勢や動作を美しくすること。年齢を重ねた人や、事務作業などで体のくずれが気になる人にもぴったり。初心者のための楽しい教室です。女性限定。



▶ 10回1万2960円(教材費無) / 第2・4 土曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:永井幹子、小田安子ほか(小田安子ダンスアカデミー)

7月10日開講

やさしい太極拳

太極拳のゆっくり柔らかな行云流水の動作は、ストレスや緊張をやわらげ、心身ともにリフレッシュさせます。動きがゆっくりなのも安心です。初めての人も丁寧に指導。気軽に参加を。



▶ 10回1万2960円(教材費無) / 毎週月曜 17:15 ~ 19:15 / 講師:関良一(大阪太極拳協会)

7月12日開講

中高年のための楽々キーボード(2・4週 水曜)

キーボードの基本操作を覚えながら、左手は指一本から始めます。様々なリズムパターンを内蔵しているため、好きな音・好きなリズムが選べ、一人でアンサンブル演奏をしているような楽しさが味わえます。6回で2曲をゆっくり学びましょう。



▶ 6回1万2960円(教材費別) / 第2・4 水曜 12:30 ~ 14:00 / 講師:則川恵里子(カシオミュージックサークル公認講師)

7月13日開講

初歩の油絵と名画模写(木曜)

描き直しのできる油絵は初心者にもぴったり。画材の揃え方から、油絵技法の基本を親切に指導します。模写は効果的な練習方法です。画材や道具についても丁寧に解説します。



▶ 10回1万6250円(教材費無) / 毎週木曜 10:00 ~ 12:00 / 講師:鈴江章郎(彩風会主宰・洋画家)

7月13日開講

体験講座

タップダンス

今、ドラマやミュージカルで人気のタップダンス。基本のステップやコンビネーションを覚え、タップのリズムを楽しみませんか。初心者歓迎。



▶ 8回1万690円(教材費無) / 毎週木曜 14:50 ~ 16:00 / 講師:上野真二(タップインストラクター)
体験講座 7月6日(火)14:50 ~ 16:00、1350円(教材費無)

7月14日開講 7月21日開講

体験講座

ヒーリング体操ラフィアー

普段使わない部分を使い、自らに備わる能力を引き出しましょう。全身のバランスを整えます。生涯介護のいらない体づくりを。



▶ 10回1万2960円(教材費無) / 7月14日 ~ 第2・4 金曜 11:15 ~ 12:15、7月21日 ~ 毎週金曜 10:00 ~ 11:00 / 講師:井中昌美(ラフィアーインストラクター)
体験講座 6月9日(金)10:00 ~ 11:00、23日(金)11:15 ~ 12:15、各1300円(教材費無)

7月14日開講

無料体験

ゆっくり学ぼう！スペイン語 入門者

発音もやさしく、学びやすいスペイン語。新しく始める語学にぴったり！中南米に駐在経験のある講師が、文化や風習の話を交えて指導します。※経験者クラス(13:00 ~ 14:30)もあります。



▶ 12回1万5640円(教材費別) / 毎週金曜 10:30 ~ 12:00 / 講師:小倉俊雄
無料体験 6月30日(金)10:30 ~ 12:00、無料(事前に要予約)

7月14日開講

体験講座

楽しい俳句！

俳句は五七五の短いリズムの中に、興行きを表現できる文芸です。四季、旅、花など、詠む題材に決まりが無いのも俳句の良いところ。体験講座に気軽に参加を。



▶ 6回1万900円(教材費別) / 第2 金曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:柴田多鶴子(俳誌「鳩(に)の子」主宰)
体験講座 6月9日(金)14:50 ~ 16:50、1820円(教材費別)

7月15日開講

体験講座

やさしいパステル画・鉛筆画

四季折々のものをモチーフに、やさしい色彩のパステルを描きます。希望者には鉛筆画も指導します。初心者にも丁寧に指導してくれるので、個々のペースで楽しんでください。



▶ 6回1万360円(教材費別) / 第1・3 土曜 14:50 ~ 16:50 / 講師:中野緑(西宮美術協会会員)
体験講座 7月1日(土)14:50 ~ 16:50、1680円(教材費別)

7月18日開講

ハワイアン フラ

初めての人でも、年齢を問わず長く楽しめるフラ(踊り)。手の踊りとも言われ、自然の美しさ、人の愛を心で感じ、手で表現します。心地良い音楽に合わせて、体を動かしてみよう。



▶ 10回1万3370円(教材費無) / 第1・3 火曜 18:30 ~ 19:30 / 講師:ハウオリポリネシアンスタジオ所属講師

7月18日開講

体験講座

カラダもココロもリフレッシュ！ヨガ

ゆったりと呼吸に合わせて身体をほぐしていきます。また体を動かすことで脂肪を燃焼させて血行が良くなります。しなやかで均整のとれた、健康で美しい身体作りを目指しましょう。



▶ 10回1万2960円(教材費無) / 毎週火曜 14:50 ~ 15:50 / 講師:北田智恵子(日本ヨガ普及協会 正会員)
体験講座 7月11日(火)12:30 ~ 14:00、1300円(教材費無)

7月18日開講 7月19日開講

毛筆・筆ペン・ボールペン

ひどい字の宛名書きを見るたびに、「ああ自分も…」と悩む必要はもうありません。丁寧に指導で覚えやすくなる。コンプレックスもすぐに解消できそうですね。まずはトライしてみよう。



▶ 10回1万2960円(教材費別) / 毎週火曜 18:30 ~ 20:30、毎週水曜 10:00 ~ 12:00、12:30 ~ 14:30、14:50 ~ 16:50 / 講師:森よし子

7月18日開講

体験講座

はじめの美しい絵手紙

単純な絵をお手本に、それを真似て描くので、初心者や自信のない人にもぴったり。お習字を習うように描き、絵具を使って水加減やぼかしを实践。最後に画仙紙はがきに書き上げて終了です。



▶ 6回1万2960円(教材費別) / 第1・3・5 火曜 12:30 ~ 14:30 / 講師:小牧陽子(よつば絵手紙教室主宰)
体験講座 7月4日(火)12:30 ~ 14:30、1620円(教材費無)

7月18日開講

体験講座

発声から学ぼう 楽しい音楽入門

歌いやすい童謡や叙情歌などなじみのある歌を中心に、楽しいグループレッスンです。基本の発声から学べますよ。みんなで歌う喜びを体験しませんか。



▶ 6回9870円(教材費別) / 第1・3・5 火曜 10:30 ~ 12:00 / 講師:香月麻李(エンジェル・デライト代表)
体験講座 6月20日(火)10:30 ~ 12:00、1620円(教材費無)

7月19日開講

体験講座

はじめのピラティス

普段意識して使っていない身体の奥にある腹筋・背筋を鍛えることで健康的な姿勢と体型を維持することが可能です。運動不足の方、シェイプアップしたい方にも最適です。



▶ 8回1万7280円(教材費無) / 毎週水曜 14:50 ~ 15:50 / 講師:田中恵未(ランカピラティス認定(PMA)ピラティスインストラクター)
体験講座 7月12日(水)14:50 ~ 15:50、2160円(教材費無)