

● 一覧表に掲載以外の講座や日にちでも「見学」や「おためし体験」ができます。ご希望の方はお問い合わせください。 ● 必ず事前予約をお願いします!!

講座番号	講座	講師	体験日時		参加費		部屋	体験会 内容	
2304	楽しい韓国語会話 (入門)	丁 才林	3/18 4/ 1	水	10:00～11:10	500円	新講座体験会	アトリエ2	まったく初めての方が対象 ハングルの文字・仕組み・発音から始めます。
子 330	こどものびのび水泳教室 小学生4泳法	水泳専門コーチ	3/21	土	14:30～15:30	500円	新講座体験会	2Fフロア	パラフライを習ってみたい小学生向け 3泳法 (クロール・背泳ぎ・平泳ぎ) が泳げる子対象
2127	楽しく学ぼう東明手相入門	東明手相専任講師	3/24	火	15:30～16:30	無料	新講座体験会	アトリエ2	6ヶ月6回で卒業の講座です。
2420	はじめの一步 俳句入門	岩崎 ゆきひろ	3/26	木	12:30～13:30	500円	おためし体験	3F会議室	季語および俳句の型について
481	ゆるめるヨガ	kayo	3/27	金	15:15～16:15	500円	新講座体験会	2フロア	骨格・筋肉の調整から自律神経の領域まで扱っていく ヨガの新講座
264	アクティブエアロ	池田 佳世	3/27	金	13:45～15:00	500円	おためし体験	2Fフロア	脂肪燃焼・筋力UPを目的としたエアロ
2550	やさしい将棋入門	溝上 裕亮	3/28	土	16:00～17:30	500円	新講座体験会	一般教養室	内容：将棋を体験してみましよう。
2134	生き生きマナーレッスン	武富 美恵子	3/28	土	10:30～12:00	500円	おためし体験	文化教養室	『姿勢を良くする準備体操』 『食事のマナーの基本と必要性』
2551	ライバルに勝てる将棋教室	溝上 裕亮	3/28	土	18:00～20:00	500円	新講座体験会	一般教養室	将棋経験者のコースで、さらに上を目指します。
3509 3510	できる大人のパソコン塾 Word編 できる大人のパソコン塾 Excel編	見玉 弘恵 見玉 裕亮	3/28	土	17:00～17:30 18:30～19:00	500円	新講座体験会	文化教養室	マイクロソフト・オフィス・スペシャリストのテキ ストを用いて実用例を説明
子 3507 3508	ロボットプログラミング基礎講座 (小学生) ゲーム プログラミング基礎講座	見玉 弘恵	3/28	土	14:00～14:30 15:30～16:00	500円	新講座体験会	文化教養室	サンプルを使った実習をやってみましよう。
486	コアを強くするYOGA	尾古 恵	3/30	月	20:30～21:30	500円	新講座体験会	2Fフロア	コア (インナーマッスル) を鍛え美しい姿勢を保てる 健康的な体づくりを目指すヨガの新講座
2700	ポーセラーツレッスン	安井 由美子	4/1	水	10:00～12:00	1,000円 (教室で材料 費500円)	おためし体験	視聴覚教室	スクエアプレート
3411	シニアとシルバーのための健康ヨガ	尾古 恵	4/1	水	11:00～12:00	500円	おためし体験	和 室	はじめての方が無理なく始められるヨガ
2207	日本人講師と英会話をはじめよう	名取 玲子	4/1 4/8	水	16:15～17:45	500円	おためし体験	アトリエ2	初心者向けの英会話教室
2250	会話につながるフランス語	ロデ フランク	4/1 4/8	水	19:00～20:30	500円	おためし体験	一般教養室	新規の方、おためし体験でレベル確認
2401	源氏物語の世界	岡部 由文	4/2	木	10:00～12:00	500円	新講座体験会	文化教養室	源氏物語世界の全体像について
2702	アートクラフト (陶器絵付け)	久山 三智子	4/2	木	13:30～15:00	500円 (教室で材料 費900円)	おためし体験	アトリエ2	『豆皿にマーガレットを描きます』 締切 3/31(火)まで
141 ～ 144	腰にやさしい水泳健康教室	クラブ専属 トレーナー 水泳専門コーチ	3/12 ～ 3/24	火・木 金・土	各日時は 募集チラシを ご覧ください	500円	おためし体験	2Fプール	ジムで腰痛予防のストレッチ等のあと、プールで のウォーキング、クロール・背泳ぎも習得

	講座番号	講座	講師	体験日時		参加費		部屋	体験会 内容
	2220 2221	おもてなし&旅する英会話	名取 玲子	4/2 4/9	木 木	16:30~17:30 18:00~19:00	500円	おためし体験 アトリエ1	初級レベルの英会話教室
	3388	はじめてのナチュラルアロマ	山口 美和	4/2 4/10	木 金	19:00~20:30 13:30~15:00	1,000円 (教室で材料費2,000円)	おためし体験 アトリエ2 文化教養室	新生活スタート~心を落ち着かせるハーブせっけんを作りましょう。
子	2222	Kids English A (幼児~小学校低学年)	石川 真由美	4/3	金	16:50~17:30	500円	おためし体験 文化教養室	歌やゲームで英語に慣れフォニックスを学びながら英語を習得します。
子	2223	Kids English B (小学校中高学年)	石川 真由美	4/4	土	12:30~13:10	500円	おためし体験 文化教養室	
	3398	はじめての漢方&薬膳カフェ	田中 まり	4/3	金	14:30~16:00	1,800円 (材料費込)	新講座体験会 アトリエ2	漢方は意外と簡単で身近だということを体験してみませんか? 漢方のティータイム付
	2151	片付け講座	白杵 美波	4/3	金	19:00~20:00	500円	おためし体験 一般教養室	テーマ:片付けても片付かないのはなぜ?
	3397	暮らしに活かす漢方の智慧	田中 まり	4/3	金	19:00~21:00	1,800円 (材料費込)	おためし体験 アトリエ2	内容:漢方始めの1歩 漢方って? 中医学って? 陰陽五行説って?
	2506	はじめての囲碁入門	角 慎介	4/4	土	10:30~12:00	500円	新講座体験会 和 室	囲碁を習うのが初めての方、初歩の方が対象 小学生から大人の初心者が対象です。
	3041	美しいアルファベット カリグラフィー	中尾 明美	4/8	水	18:00~20:00	500円	おためし体験 アトリエ2	はじめての方のおためし体験 教材は講師が準備します。
	3416	カラーを使ってハッピーになる講座	荒木 由美子	4/8	水	19:00~20:30	500円	おためし体験 文化教養室	『今の私は何色? カラーセラピー』
子	3043 3044	こどものびのび硬筆 (年長組~小学生)	西 瓊月	4/9	木	16:00~17:00 17:00~18:00	500円	新講座体験会 一般教養室	人気講座が木曜日に増設されます。
	3122 3123	初めてのヴォイストレーニングと歌	村上 彩子	4/10	金	16:00~17:30 19:00~20:30	500円	新講座体験会 視聴覚教室	東京藝術大学卒で多くの歌唱活動中の講師が、皆さまのさまざまなご要望に対応します。
	2662	はじめての備前焼	佐藤 和久	4/10	金	18:00~20:20	無料	おためし体験 アトリエ1	見学 or 土ひねり体験 (作品の焼成はしません)
親子	3317	親子茶道教室	堀江 宗雅	4/13	月	16:00~17:00	1,200円 (材料費込)	新講座体験会 和 室	親子でお茶の点て方・お菓子のいただき方、和室の作法をお稽古(2人分のお抹茶・お菓子付) 〳切4/6(月)
	3405 3406	女性のためのセルフお灸講座	松本 武司	4/15	水	13:30~15:00 18:30~20:00	500円 (教室で材料費800円)	おためし体験 一般教養室 アトリエ2	テーマ:お灸入門 〳切:4/10(金)まで
	3407	男性のためのセルフお灸講座				16:00~17:30		おためし体験 和 室	
	2121	印象力コーチング 基礎コース	城金 エリ	4/16	木	19:00~21:00	1,000円	おためし体験 アトリエ2	コーチングの基礎を学びます。
親子	2615	エンジョイアート 親子絵画教室 (幼児4才~6才と保護者の方)	竹内 雅子	4/18	土	14:00~15:00	1,300円 (材料費込)	新講座体験会 一般教養室	親子で色面構成「色のアラベスク」 〳切4/10(金) 黒い画用紙にパステルで色の模様を描こう。
	2124 2125	聞く力・話す力を身につけよう ~ビジネスから日常まで役立つ~	高田 直美	4/18 4/27	土 月	10:00~11:30 19:00~20:30	500円	おためし体験 文化教養室	『自我介绍?聞き上手になるための自己紹介ゲーム』
	3485	薬膳料理入門	田中 まり	4/24	金	19:00~21:00	2,800円 (材料費込)	おためし体験 アトリエ2	栄養療法・漢方の智慧などを取り入れた薬膳の調理法を学びます。調理の後、試食します。