

◇◇◇2023年度後期 新講座体験会等 一覧表◇◇◇

■ はフィットネス、『新講座体験会』は開講前の体験会です。

● 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 | 講座名 | 講師 | 体験日時 | | 参加費 | | 場所 | 体験会 内容 |
|--------------|-------------------------|----------------|--------------|--------------------|-------------------------|-------------|-----------|--|
| 3363 | 手織り(基礎) | 石田 直 | 9/9 | 土 10:00~12:00 | 無料 | 講座見学会 | 文化 教養室 | 講座の様子を教室内でご覧いただけます。 ご質問等にもお答えします。 |
| 486 | 姿勢コンディショニングYOGA | 尾古 恵 | 9/11 | 月 20:30~21:30 | 500円 | おためし 体験会 | 2F フロア | 姿勢を改善して体も心も元気にします。 YOGAをして健康でHappyな日々を過ごしましょう。 |
| 51 | にこにこペースで ふれあい元気づくり教室 | クラブ専属 トレーナー | 9/12 | 火 9:45~11:00 | 500円 | おためし 体験会 | 2F フロア | 「体を動かすことを楽しむ」をモットーに、皆でワイワイ 盛り上がりながら一緒に動いていきましょう。 |
| 32 | 50代からのさわやか健康教室 | クラブ専属 トレーナー | 9/12 | 火 13:15~14:30 | 500円 | おためし 体験会 | 2F ジム | ジムでのストレッチ体操と、誰でも簡単にできる運動で さわやかに汗を流しましょう。 |
| 33 | | | 9/14 | 木 13:30~14:45 | | | | |
| 31 | | | 9/25 | 月 13:30~14:45 | | | | |
| 201 | デイトム 2泳法 | 水泳専門 コーチ | 9/13 | 水 9:45~10:55 | 500円 | おためし 体験会 | 2F プール | 2泳法(クロール・背泳ぎ)を、もっと楽に 長く泳げるように練習していきます。 |
| 2127 | 楽しく学ぼう 東明手相(入門) | 東明学院 専任講師 | 9/21 | 木 15:30~16:30 | 1,400円 (教材費 300円 込み) | 講座説明会 | アトリエ2 | 6ヶ月6回で修了の手相学を学ぶ講座です。 |
| 3319 | テーブルスタイル茶道 | 瀬戸口 浩子 | 9/22 | 金 10:00~11:00 | 500円 (材料費別途 500円) | 新講座 体験会 | アトリエ2 | 茶道の心を学びながら、現代のライフスタイルに合わせて テーブルでお茶を点てる茶道です。体験受付×切:9/16(土) |
| 192 | ゆっくり楽しむ 3泳法 | 水泳専門 コーチ | 9/22 | 金 14:20~15:30 | 500円 | おためし 体験会 | 2F プール | 3泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ)の習得と「きれいに」 または「楽に」泳げるように練習していきます。 |
| 254 | ヒップホップ | Emiko | 9/22 | 金 19:00~20:15 | 500円 | おためし 体験会 | 2F フロア | ダンスの基本となる動きやヒップホップの 基礎的なステップを練習します。 |
| 241 | アクアフィットネス | クラブ専属 トレーナー | 9/25 | 月 9:45~10:55 | 500円 | おためし 体験会 | 2F プール | 軽快な音楽に合わせて水中で全身運動をしていきます。 泳げない方や水が怖い方でも自然に水に親しめます。 |
| 3360 | デンマーク手芸 ダネラ | 平井 寿栄 | 9/25 | 月 13:30~14:30 | 500円 | おためし 体験会 | 一般 教養室 | ハンドミシンの使い方を実際に体験していただきます。 |
| 3412 | ♡初めての健康ヨガ♡ | 尾古 恵 | 9/27 | 水 11:00~12:00 | 500円 | 新講座 体験会 | 1F 和室 | ヨガや運動が初めての方や、体の硬い方も安心して参加 できる講座です。健康でハッピーな日々を過ごしましょう! |
| 471 | めぐりをよくする!ラポール・ストレッチ | よこぜき けいこ | 9/27 | 水 11:30~12:30 | 500円 | 新講座 体験会 | 2F フロア | ゆっくり、じんわり、体全体を呼吸と合わせながら ほぐしていきます。血と気のめぐりをよくしていきましょう。 |
| 3238 | ピアノで脳活! | 今戸 恵子 | 9/28 | 木 15:00~16:00 | 500円 | 新講座 体験会 | 視聴覚 教室 | キーボードを使って指を動かし、 弾く楽しさを感じながら脳を活性化させていきます。 |
| 487 | J S A ボールエクササイズ | 原田 真理子 | 9/29 | 金 15:00~16:00 | 500円 | 新講座 体験会 | 2F フロア | 簡単、気持ちいい「世界初」の新感覚エクササイズで 関節から身体を整えます。 |
| 3507 | ロボットプログラミング 基礎講座 | 児玉 裕亮 | 9/30 | 土 13:30~14:00 | 500円 | 新講座 体験会 | 一般 教養室 | 定員6名の少人数制です。(対象:小学生) サンプルを使った実習をやってみましょう。 |
| 3508 | ゲームプログラミング 基礎講座 | 児玉 弘恵 | | 土 14:30~15:00 | | | | |
| 3381 | スタンドグラス風・光のアート | 正影 三恵子 | 10/2 | 月 13:30~15:30 | 500円 (教室で材料費別途) | おためし 体験会 | 文化 教養室 | キューブグラス作り(400円)または シルエツトスタンド作り(500円) |
| 3235 3236 | 楽しく三線を弾きながら唄いましょう | 大喜多 達哉 | 10/3 10/7 | 火 土 15:30~17:30 | 500円 | おためし 体験会 | 1F 和室 | 沖縄では唄三線(うたさんしん)といい、 唄と三線を同時に習得していく講座です。 |

| 講座番号 | 講座名 | 講師 | 体験日時 | | 参加費 | | 場所 | 体験会 内容 |
|--------------|---|-------------------------|----------------|--------------------------------|---------------------------|-------------|----------------|---|
| 2700 | ポーセラーツレッスン ~世界に1つのオリジナルな食器を作りませんか~ | 安井 由美子 | 10/4 | 水 10:00~12:00 | 1,000円 (教室で材料費 500円) | おためし 体験会 | 視聴覚 教室 | 体験内容：『スクエアプレート作り』 転写紙(シール)を貼り、オリジナルデザインのプレートを作ります。 |
| 2207 | 日本人講師と英会話を始めよう(入門) | 名取 玲子 | 10/4 10/11 | 水 16:15~17:45 | 500円 | おためし 体験会 | アトリエ2 | 本当の初心者向けの英会話教室です! |
| 2702 | アートクラフト | 久山 三智子 | 10/5 | 木 14:00~15:30 | 500円 (教室で材料費 1,000円) | おためし 体験会 | アトリエ2 | 体験内容：『豆皿にマーガレットを描こう』 ※体験受付切：9/28(木) |
| 2220 | 小学生英語講座 (3年生以上でローマ字が読める方) | 名取 玲子 | 10/5 10/12 | 木 16:30~17:30 | 500円 | おためし 体験会 | アトリエ1 | フォニックスを学び、音楽、カードゲーム、パズル等で 自然に英語が読めて、書けるようにしていきます。 |
| 2221 | おもてなし&旅する英会話(初級) | | 10/5 10/12 | 木 18:00~19:15 | | おためし 体験会 | アトリエ1 | 初級レベルの英会話教室です。 |
| 3388 3387 | はじめてのナチュラルアロマ | 山口 美和 | 10/5 10/13 | 木 19:00~20:30 金 13:30~15:00 | 1,000円 (教室で材料費 2,000円) | おためし 体験会 | アトリエ2 | アロマセラピーを通して、日々の生活が心地良くなるよう お手伝いします! ※体験内容：アロマスプレー |
| 2201 | やさしい英会話 | ITUAH ADEKOYA AUSTIN | 10/6 | 金 10:30~12:00 | 500円 | 新講師 体験会 | 一般 教養室 | 新講師になってリニューアル! |
| 2152 2151 | 暮らしやすさがグーンとUPする 片付け講座 | 白杵 美波 | 10/6 | 金 13:30~14:30 19:00~20:00 | 500円 | おためし 体験会 | 視聴覚教室 一般教養室 | 体験会テーマ：片付けても、片付かないのはなぜ? |
| 3398 3397 | はじめての漢方&薬膳カフェ | 田中 まり | 10/6 | 金 14:30~16:00 19:00~20:30 | 1,800円 (材料費 込み) | おためし 体験会 | アトリエ2 | もっと楽しく、もっときれいに、もっと元気な 毎日のために。ゆったりカフェタイムをご一緒に! |
| 2222 | Kids English A(幼児) | Marielle Nishiura | 10/6 | 金 16:10~16:40 | 500円 | おためし 体験会 | 文化 教養室 | 歌やゲームを通して楽しく英語に触れ、 習得していきます。 |
| 2223 | Kids English B(小学校低学年) | | | 金 16:50~17:30 | | | | |
| 2615 | 子ども絵画教室/エンジョイアート(幼児) | 竹内 雅子 | 10/7 | 土 14:00~15:00 | 1,500円 (材料費 込み) | おためし 体験会 | 文化 教養室 | 体験会テーマ：色面構成あそび「色のアラベスク」 体験受付切：9/30(土) |
| 2646 | デッサンから始める 水彩画 | 稲田 和代 | 10/10 | 火 13:30~15:30 | 500円 | オリエンテーション | アトリエ1 | 初めてのの方は、道具の購入案内があります。 |
| 2647 | 超!簡単☺お手軽水彩画 | | 10/12 | 木 | | | 文化 教養室 | |
| 3041 | 美しいアルファベット カリグラフィー | 中尾 明美 | 10/11 | 水 18:00~20:00 | 500円 | おためし 体験会 | アトリエ2 | フォーマルで読みやすい「イタリック体」から、 さまざまな書体を練習していきます。 |
| 3416 | カラーと数秘を使ってハッピーになる講座 | 荒木 由美子 | 10/11 | 水 19:00~20:30 | 500円 | おためし 体験会 | 文化 教養室 | 体験会テーマ：今の私は何色? カラーセラピー |
| 2250 | 「On parle français!」 「私たちはフランス語を話します!」 | ロデ・フランク | 10/11 10/18 | 水 19:00~20:30 | 500円 | おためし 体験会 | 一般 教養室 | フランス語検定3級以上の方向けのクラスです。 新規の方はレベルの確認をお勧めします。 |
| 3361 | レザークラフト | 中野 友子 | 10/13 | 金 13:30~15:30 | 1,000円 (教室で材料費 1,000円) | おためし 体験会 | 文化 教養室 | 体験内容：小銭入れを作成します。 体験受付切：10/5(木) |
| 2662 | はじめての 備前焼 | 光彩 | 10/13 | 金 18:00~20:20 | 無料 (土ひねりのみ) | おためし 体験会 | アトリエ1 | 備前焼を多くの方に知ってもらい、楽しんでいただく 講座です。初心者の方も大歓迎です。 |
| 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 | 10/21 10/23 | 土 10:00~11:30 月 19:00~20:30 | 500円 | おためし 体験会 | 文化 教養室 | 体験会テーマ：「他者紹介」 聞き上手になるための自己紹介ゲームです! |
| 3485 | 薬膳料理入門 ~健康は食から~ | 田中 まり | 10/27 | 金 19:00~21:00 | 2,800円 (材料費 込み) | おためし 体験会 | アトリエ2 | 体験会テーマ： 実りの秋、炭水化物で燃える体を作りましょう。 |