



新講座&ピックアップ講座

新

は、新講座です。

W

ウィークエンド(土・日)の講座です。

保存版
2026年10月～2027年3月

済生会フィットネス&カルチャークラブ

新受講生募集

秋・冬
コース

充実の
300講座
以上!

多彩な講座ラインナップで
あなたに
ピッタリの講座が
きっと見つかる!

始めたい
タイミングから
受講できます!

充実の
300講座
以上!

岡山済生会
オリジナルキャラクター
SAIKAちゃん

フィットネス講座

未経験でも大丈夫です。
一から丁寧に指導します!

詳しい内容は、こちらからも
ご覧いただけます。

266 はじめてのステップ

20cm程の踏み台を使ってのリズム運動です。下半身の強化と脂肪燃焼の両方が一気にできます!

体験会 9/10

10/1 木 10:00~11:00

37,950円 23回 インストラクター 水元 凡佳

257 ZUMBA

音楽を聞いて体を動かし、楽しめればそれだけで100点満点です。思い切り楽しめよう!

体験会 9/29

10/6 火 20:30~21:30

37,950円 23回 ZUMBAインストラクター 福永 舞美

36 ジムでニコニコ!
パラエティートレーニング

ニコニコベースで色々なトレーニングに取り組みます。少しずつ、動きやすい体をつくっていきましょう!

体験会 9/10

10/1 木 10:00~11:40

37,950円 23回 クラブ専属トレーナー

ステップアップスイミング

クロール・背泳ぎの基礎からと、「きれいに」を習得しながら、さらに平泳ぎにも挑戦していきます。

221 10/5 月 14:50~16:00 36,300円 22回

224 10/2 金 9:30~10:40 37,950円 23回

体験会 9/14

体験会 9/11

水泳専門コーチ

～運動習慣チャレンジプロジェクト～
「半年間!」楽しく運動習慣づくり教室

半年間、ジムまたはプールで楽しく体を動かす習慣をつけましょう。具体的な目標を立て、トレーナーと相談しながら自分に合った「楽しさ」を発見してください。

1000 ジム 半年間、ジムまたはプールで楽しく体を動かす習慣をつけましょう。具体的な目標を立て、トレーナーと相談しながら自分に合った「楽しさ」を発見してください。

1050 プール 半年間、ジムまたはプールで楽しく体を動かす習慣をつけましょう。具体的な目標を立て、トレーナーと相談しながら自分に合った「楽しさ」を発見してください。

定員:ジム・プール 各30名様限定 申込期間:10月末

※現在、もしくは以前、月会費の方・フィットネス受講生の方は対象外

※一部対象外の時間帯もあります。ご注意ください。

半年コース
2026年10月～
2027年3月

週3回まで利用可
半年間金額
18,360円
(3,060円/月)

月～金 18:00~21:30
土 9:30~19:00
日 10:00~16:30

カルチャー講座

初めてでも安心して
受講できる!

詳しい内容は、こちらからも
ご覧いただけます。

3376 クラフトバンド

エコな素材の紙ひもを使って色々な雑貨を作ります。カット済み材料と写真付きのレシピで、初めての方も安心して作れます。

体験会 9/9

10/14 第2 水 13:30~15:30

9,900円 6回 handmade kagoya Chume 梅本 真伊

3405 女性のための
「美と健康 お灸レッスン」

正しいお灸の方法とツボの取り方を学びます。お灸をしながら自分と向き合うリラックスタイムを作り、健康な毎日を過ごしましょう。

体験会 3405 9/30 3406 9/26

3405 10/28 第4 水 10:30~12:00

3406 10/24 第4 土 13:00~14:30

9,900円 6回 振替受講可 鍼灸師 松本 武司

3476 季節の食材で作る 発酵弁当

日本の食卓に欠かせない「麹」を使った発酵調味料で、簡単で美味しく、身体にやさしいお弁当を作ります。

体験会 9/3・10/8

10/8 第2 木 10:00~12:00

19,100円 6回 発酵レシピプランナー 小林 千恵

2202 大人のための
学びなおし英文法(初級)

学生時代の「丸暗記」のモヤモヤを解消する。大人世代のためのやさしい学びなおし講座です。一歩ずつ明確に解説して進めていきます。

体験会 2202 9/15 2203 9/18

2202 10/6 第1 火 10:00~11:30

2203 10/2 第1 金 10:00~11:30

18,150円 11回 振替受講可 H.S.S.国富校講師 石原 昂法

2305 楽しい韓国語会話(入門)

これから韓国語を始める初心者の方を対象に、ソウルで生まれ育った講師が、ハングルの読み・書きから丁寧に教えます。

体験会 10/3

10/10 土 17:50~19:00

37,950円 23回 韓国語講師 丁才林

2250 憧れのフランス!入門 フランス語

長年ネイティブフランス人から学んできた経験豊富な日本人講師が、基礎文法などの初歩の初歩から丁寧に解説していきます。

体験会 9/16

10/21 第1 水 19:00~20:20

22,000円 10回 ロデ・フランク語学学校講師 たまき先生

3415 愛犬と私を整える
やさしいハーブケア講座

愛犬と飼い主さんが一緒に健やかに過ごすための、やさしいハーブケア講座です。日常生活に無理なく取り入れられるセルフケアを、実践的にご紹介します。

体験会 9/12

10/10 第2 土 10:00~11:30

16,500円 6回 日本メディカルハーブ協会認定 ハーバルセラピスト 石原 奈緒子

2161 知って安心!
人生100年時代のお金と暮らし

ライフプランの立て方から資産運用・税金・保険、そして相続・贈与や認知症対策まで、身近で重要なお金の基礎知識を分かりやすく解説します。

10/23 第4 金 10:00~12:00

8,250円 5回 岡山ファイナンシャルプランナーズ 専任講師

3225 俺の一曲
(男性限定ピアノ教室)

ピアノに憧れがあっても、女性の多い中に入りにくい…そんな方のためのクラスです。憧れの一曲を、情感を込めて弾きましょう。

体験会 3225 9/28 3226 9/18

3225 10/5 第1 水 18:30~20:00

3226 10/1 第1 木 13:30~15:00

19,800円 12回 ピアノ・うたた寝塾 エグゼクティブ講師 平井礼子 / 小林 美恵子

2222 kids English A・B

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。

体験会 10/6

10/13 10/3 1~3年生 火 15:50~16:30

10/3 4~6年生 火 16:40~17:25

36,300円 22回

Four Suns Sun 英会話講師 ITUAH ADEKOYA AUSTIN (オースティン)

3508 小学生ゲームプログラミング講座

これからの時代で必要となってくるプログラミングを、基礎から学んでいきます。教材は全て貸出しがあるので、お手に愛着していただきます。

体験会 9/19 3508 14:00~14:30 3507 15:00~15:30

10/3 10/3 1~3年生 火 15:50~16:30

3508 1~3 土 14:00~15:00 3507 1~3 土 15:30~16:30

16,500円 10回 FSP Lab 専任講師

3508 小学生ゲームプログラミング講座

これからの時代で必要となってくるプログラミングを、基礎から学んでいきます。教材は全て貸出しがあるので、お手に愛着していただきます。

体験会 9/19 3508 14:00~14:30 3507 15:00~15:30

10/3 10/3 1~3年生 火 15:50~16:30

3508 1~3 土 14:00~15:00 3507 1~3 土 15:30~16:30

16,500円 10回 FSP Lab 専任講師

こども講座

330 こどものびのび
水泳教室 小学生・4泳法

クロール・背泳ぎ・平泳ぎでは物足りない、バタフライを習得してみたい、というお子さま向けのクラスです。
※対象:3泳法が泳げる子
水泳専門コーチ

土 14:30~15:30 32,890円 23回

331 こどものびのび
水泳教室 小学生

クロール・背泳ぎ・平泳ぎでは物足りない、バタフライを習得してみたい、というお子さま向けのクラスです。
※対象:3泳法が泳げる子
水泳専門コーチ

火 16:45~18:00 32,890円 23回

332 クラブ専属トレーナー
水泳専門コーチ

火 16:45~18:00 32,890円 23回

333 こどものびのび
水泳教室 幼児4~6歳

クラブ専属トレーナー 水泳専門コーチ

金 16:45~18:00 32,890円 23回

341 こどものびのび
水泳教室 幼児4~6歳

クラブ専属トレーナー 水泳専門コーチ

水 16:15~17:15 32,890円 23回

311 キッズヒップホップ

NPO法人 team AIR Emiko

小学生

金 17:30~18:30 32,890円 23回

312 K-POPダンス kidsクラス

インストラクター Maya トリ・ギョンス

小学生

土 16:45~17:45 32,890円 23回

321 ジュニア
クラシックバレエ

Y Ballet des Angles 講師

小学生

水 16:20~17:20 32,890円 23回

322 ユニーク
クラシックバレエ

Y Ballet des Angles 講師

小学生

水 17:25~18:35 32,890円 23回

323 キッズ体操教室

インストラクター 藤川 和馬

幼児

水 15:10~16:00 32,890円 23回

324 キッズ体操教室

インストラクター 藤川 和馬

小学生

水 14:10~15:00 17,160円 12回

325 からだづくり・マット基礎運動

インストラクター 藤川 和馬

幼児・小学生

火 17:50~18:40 17,160円 12回

2615 こども絵画教室
エンジョイアート

体験会 10/3 幼児 4歳以上

2616 大阪・兵庫県私立幼稚園
絵画指導講師 竹内 雅子

小学生

月 15:30~17:00 18,780円 6回

3277 キッズのためのフラーワレッスン

オーケストラ・フルール 認定講師
花育アドバイザー 高田 明代

小学生・中学生

水 13:00~14:30 8,580円 6回

2220 小学生
イングリッシュ
レッスン

英会話講師・通訳
WILCスクール主宰 名取 裕子

幼児

水 18:00~19:00 38,640円 23回

2219 小学生
イングリッシュ
レッスン

英会話講師・通訳
WILCスクール主宰 名取 裕子

幼児

水 16:40~17:40 38,640円 23回

3150 こども
音楽基礎講座I・II

スコラジカ 講師 入江 尚子

小学生

水 16:00~16:40 25,740円 18回

3151 こども
音楽基礎講座I・II

スコラジカ 講師 入江 尚子

小学生

水 16:50~17:30 25,740円 18回

3045 花まるキッズ硬筆教室

日本ペン習字研究会 師範・理事 文部科学省後援 硬筆検定1級 岩瀬 淳花

小学生

月 1~3 土 9:45~10:45 17,160円 12回

3317 子ども茶道教室

茶道裏千家 教授 堀江 宗雅(雅子)

小学生

第4 月 16:00~17:00 11,240円 6回

小学生 プログラミング講座

対象 4~6年生またはロボットプログラミング修了者

3509 作って動かすロボットプログラミング講座

ブロックを組み立てるようプログラムを組み、簡単なロボット制御を学びます。
FSP Lab 児玉 裕亮

体験会 9/19 16:00~16:30

第1 土 17:00~18:00 16,500円 10回

2026年10月
～2027年3月

秋・冬6ヶ月コース

入会金・登録料 いっでも0円

フィットネス
Fitness

楽しく運動。
気軽にはじめる
健康づくり。

カルチャー
Culture

毎日が充実。
丁寧な指導で
はじめてでも
安心♪

キッズ
Kids

こどもの時から
のびのびと
楽しく学び、
身につける。

こども講座

330 こどものびのび
水泳教室 小学生・4泳法

クロール・背泳ぎ・平泳ぎでは物足りない、バタフライを習得してみたい、というお子さま向けのクラスです。
※対象:3泳法が泳げる子
水泳専門コーチ

土 14:30~15:30 32,890円 23回

331 こどものびのび
水泳教室 小学生

クロール・背泳ぎ・平泳ぎでは物足りない、バタフライを習得してみたい、というお子さま向けのクラスです。
※対象:3泳法が泳げる子
水泳専門コーチ

火 16:45~18:00 32,890円 23回

332 クラブ専属トレーナー
水泳専門コーチ

火 16:45~18:00 32,890円 23回

333 こどものびのび
水泳教室 幼児4~6歳

クラブ専属トレーナー 水泳専門コーチ

金 16:45~18:00 32,890円 23回

341 こどものびのび
水泳教室 幼児4~6歳

クラブ専属トレーナー 水泳専門コーチ

水 16:15~17:15 32,890円 23回

311 キッズヒップホップ

NPO法人 team AIR Emiko

小学生

金 17:30~18:30 32,890円 23回

312 K-POPダンス kidsクラス

インストラクター Maya トリ・ギョンス

小学生

土 16:45~17:45 32,890円 23回

321 ジュニア
クラシックバレエ

Y Ballet des Angles 講師

小学生

水 16:20~17:20 32,890円 23回

322 ユニーク
クラシックバレエ

Y Ballet des Angles 講師

小学生

水 17:25~18:35 32,890円 23回

323 キッズ体操教室

インストラクター 藤川 和馬

幼児

水 15:10~16:00 32,890円 23回

324 キッズ体操教室

インストラクター 藤川 和馬

小学生

水 14:10~15:00 17,160円 12回

325 からだづくり・マット基礎運動

インストラクター 藤川 和馬

幼児・小学生

火 17:50~18:40 17,160円 12回

2615 こども絵画教室
エンジョイアート

体験会 10/3 幼児 4歳以上

2616 大阪・兵庫県私立幼稚園
絵画指導講師 竹内 雅子

小学生

月 15:30~17:00 18,780円 6回

3277 キッズのためのフラーワレッスン

オーケストラ・フルール 認定講師
花育アドバイザー 高田 明代

小学生・中学生

水 13:00~14:30 8,580円 6回

2220 小学生
イングリッシュ
レッスン

英会話講師・通訳
WILCスクール主宰 名取 裕子

幼児

水 18:00~19:00 38,640円 23回

2219 小学生
イングリッシュ
レッスン

英会話講師・通訳
WILCスクール主宰 名取 裕子

幼児

水 16:40~17:40 38,640円 23回

3150 こども
音楽基礎講座I・II

スコラジカ 講師 入江 尚子

小学生

水 16:00~16:40 25,740円 18回

3151 こども
音楽基礎講座I・II

スコラジカ 講師 入江 尚子

小学生

水 16:50~17:30 25,740円 18回

3045 花まるキッズ硬筆教室

日本ペン習字研究会 師範・理事 文部科学省後援 硬筆検定1級 岩瀬 淳花

小学生

月 1~3 土 9:45~10:45 17,160円 12回

3317 子ども茶道教室

茶道裏千家 教授 堀江 宗雅(雅子)

小学生

第4 月 16:00~17:00 11,240円 6回

小学生 プログラミング講座

対象 4~6年生またはロボットプログラミング修了者

3509 作って動かすロボットプログラミング講座

ブロックを組み立てるようプログラムを組み、簡単なロボット制御を学びます。
FSP Lab 児玉 裕亮

体験会 9/19 16:00~16:30

第1 土 17:00~18:00 16,500円 10回

お申込み～お支払いはカンタン②ステップ

① 受講申込み
まずは電話で予約
予約後1週間以内に
当クラブ1F受付で
申込み手続き
申込用紙記入とお支払い

② お支払い方法
一括支払いの場合
1F受付で現金またはクレジットカード
にてお支払いください。
分割支払いの場合
1F受付で口座振替の手続き
できます。
※詳細はお問い合わせください。

おトクな情報
見学は無料! いっでも見学、
体験できます。
体験は500円～
※一部講座を除く
※事前予約を
お願いします。
「ときめきプラザ割引券」
①「カード提示」で500円割引!
※割引特典などの詳細はお問い合わせください。

食事健康のための大切なもの
レストラン healthy
レストランの窓辺に、お一人様用の席を設けています。
一枚板の杉のテーブルに、椅子・イス・敷き布団の空間です。

無料駐車場100台完備
岡山済生会昭和三町健康管理センター
済生会 フィットネス&
カルチャークラブ
〒700-0032 岡山市北区昭和三町12-15
※満車の際は近隣の有料
駐車場をご利用ください。

お気軽に
お問い合わせ
ください
086-252-1101
土日も
休まず営業
(祝日は休業)
お申込受付・電話予約 9:00~20:30 ※日曜日・祝日のお申込受付はしておりません。

ホームページはこちら▼
Instagramはじめました▼
フィットネス&カルチャークラブ 検索 http://www.okayamasaiseikai-syowa.jp/

2027年1月頃～:センター外壁工事のため一部駐車場がご利用いただけなくなります。

フィットネス

約100教室

フィットネスは類似講座に振替受講ができます。

詳しくはこちら!!

ジム			
21	マイペース体づくり	月 10:00~11:40	36,300円 22回
22	クラブ専属トレーナー	水 10:00~11:40	37,950円 23回
23		金 13:20~15:00	
31	50代からの	月 13:30~14:45	36,300円 22回
32	さわやか	火 13:15~14:30	37,950円 23回
33	健康教室	木 13:30~14:45	
34	クラブ専属トレーナー	水 15:30~16:45	37,950円 23回
35	転ばない体づくり教室	金 11:00~12:15	
37	システム呼吸法	第1・3 月 19:00~20:00	19,800円 12回
38	お腹ひきめ&ストレッチポール	第1・3 月 14:30~15:20	15,730円 11回
39	ボールとボールで筋コン&ストレッチ	第2・4 水 11:30~12:30	19,800円 12回
41	必殺減量作戦	水 13:20~15:00	37,950円 23回
51	にこにこベースでふれあい元気づくり教室	火 9:45~11:00	37,950円 23回
101	昼どきトレーニング	月 木 11:45~13:00 火 11:00~12:15	3,800円 1ヶ月定期

ジム・プール併用			
111	ジムとプールのヘルシートレーニング	火 9:45~11:15	37,950円 23回
112	ジムとプールのヘルシートレーニングB	土 14:50~16:40	37,950円 23回
121	シェイプアップスイミング	金 9:45~11:50	37,950円 23回
141		火 15:00~16:30	
142	腰にやさしい水泳健康教室	木 13:30~15:00	37,950円 23回
143	クラブ専属トレーナー・水泳専門コーチ	金 12:35~14:05	
144		土 14:00~15:30	
151	腰・膝にやさしい	月 13:30~14:30	36,300円 22回
152	水中ウォーキング	火 12:15~13:15	
153		水 12:10~13:10	
154		木 15:15~16:15	37,950円 23回
155		金 15:20~16:20	
156		土 13:10~14:10	

水泳教室			
181		月 11:20~12:30	36,300円 22回
182	デタイム4泳法	水 11:10~12:20	37,950円 23回
183		木 9:45~10:55	
191	デタイム3泳法	火 11:30~12:40	37,950円 23回
192	ゆっくり楽しむ3泳法	金 14:20~15:30	37,950円 23回
193	はじめての水泳	火 11:30~12:40	37,950円 23回
201	デタイム2泳法	水 9:45~10:55	37,950円 23回

水中運動			
232	水中ウォーキング	水 14:40~15:50	
233	& ゆっくり水泳	木 11:10~12:20	37,950円 23回
234		金 12:00~13:10	
242	水中ウォーキングと 流水マシーンでリラックス	水 13:30~14:30	37,950円 23回
243	水中エクササイズ	火 13:30~14:30	37,950円 23回

太極拳			
381	楊名時八段錦	月 11:30~12:45	36,300円 22回
382	太極拳	金 9:40~10:55	37,950円 23回
383	楊名時八段錦・太極拳師範 中林 満子/中林 さつき	金 11:05~12:20	
386	振替受講可	第2・4 日 15:15~16:30	19,800円 12回

月会員

来れば来るほどお得です!!

さらに+500円で日曜日もご利用OK!

※土曜日は、ご利用いただける時間帯があります。

ジム会員

月～金 17:00~21:30
土 9:30~19:00

5,500円
(1ヶ月)

プール会員

月～金 18:00~21:30
土 9:30~16:40

5,500円
(1ヶ月)

フル会員

左記と同じ

6,300円
(1ヶ月)

エアロビクス・リズム運動			
261	笑顔でエアロ&ストレッチ	月 10:00~11:15	36,300円 22回
	インストラクター 高木 節子 ★★		
262	ゆるトレとからだメンテナンス	火 13:00~14:15	36,300円 22回
	エアロインストラクター 和田 佳子 ★		
271	ストレッチ体操&ゆっくりリズム運動	水 13:15~14:30	37,950円 23回
	インストラクター 栗原 直美 ★		
252	SALSAION®	水 19:00~20:00	37,950円 23回
	インストラクター Maki ★★★		
259	FATBURN EXTREME	第2・4 水 20:10~21:00	19,800円 12回
	FBXインストラクター 内藤 順子 ★★★		
272	楽しむダンスエクササイズ	木 14:15~15:30	37,950円 23回
	インストラクター 和田 佳子 ★★		
254	ヒップホップ	金 19:00~20:15	37,950円 23回
	NPO法人 TeamAIR Emiko ★★★		
256	ZUMBA	金 20:30~21:30	36,300円 22回
	ZUMBAインストラクター 内藤 順子 ★★★		
273	アフリカダンス	第1・3・5 土 10:00~11:00	19,800円 12回
	BADEN FOLI 村本 陽子 ★★		
265	リフレッシュエアロ	土 11:10~12:10	37,950円 23回
	エアロインストラクター 水元 凡佳 ★★★		
253	ZUMBA	第1・3 土 12:30~13:30	18,150円 11回
	ZUMBAインストラクター 吉澤 里美 ★★★		
258	K-POPダンス	土 18:00~19:00	37,950円 23回
	インストラクター Maya ★★★		

ピラティス・ヨガ			
472	ハタヨガベーシック	第2・4 月 19:00~20:00	16,500円 10回
	ヨガインストラクター 米田 里早		
486	姿勢を整えるYOGA	月 20:30~21:30	33,000円 20回
	ヨガティーチャー 尾古 恵		
475	はじめてのやさしいヨガ	火 11:00~12:15	36,300円 22回
	ヨガインストラクター 和田 佳子		
471	はじめてのピラティス	水 10:00~11:00	37,950円 23回
	ピラティスインストラクター Naoe		
477	基礎からの楽々YOGA	木 15:45~16:45	37,950円 23回
	ヨガティーチャー 尾古 恵		
480	やってみようピラティス&ストレッチ	金 13:45~14:45	37,950円 23回
	ピラティスインストラクター 伍賀 洋子		
482	しなやかな体へ的美姿勢ピラティス	第1・3 土 15:30~16:30	18,150円 11回
	インストラクター 福田 智美		
473	フリースタイルヨガ	第2・4 土 15:30~16:30	19,800円 12回
	全米アライアンスRYT200TT修了 naomi		

ダンス・バレエ			
285	魅惑のベリーダンス	第1・3 水 20:20~21:30	27,720円 12回
	ベリーダンスインストラクター ゆうこりん		
282	ジャズダンス	木 20:25~21:45	37,950円 23回
	ジャズダンスインストラクター 井上 紀子		
291	大人のクラシックバレエ	木 11:15~12:30	36,300円 22回
	Y Ballet des Anges講師		

フラ			
301	ハワイアンフラ(入門)	第1・3 日 10:00~11:30	18,150円 11回
	ハワイアンインストラクター 須藤 かなな		
303	ハワイアンフラ	第1・3 日 13:00~14:30	
	ハワイアンインストラクター 須藤 かなな		
304	ハワイアンフラ	第2・4 日 13:00~14:30	16,500円 10回
	ハワイアンインストラクター 奥山 佳美		
305	ハワイアンフラ(入門)	第2・4 日 10:30~12:00	
	ハワイアンインストラクター 奥山 佳美		
306	ハワイアンフラ(入門)	第2・4 木 19:00~20:15	18,150円 11回
	ハワイアンインストラクター 佐藤 千代子		
307	ハワイアンフラ(入門)	第2・4 火 14:30~15:45	18,150円 11回
	ハワイアンインストラクター 吉井 弘美		

英会話 (少人数制)			
2215	基礎から学ぶ Travel English	月 15:15~16:45	35,070円 21回
	英会話講師 Patrycja Asano		
2217	ゼロからスタート ゆ〜っくり英会話	水 13:30~15:00	38,410円 23回
	英会話講師 Patrycja Asano		
2212	ゼロからスタート 初めての英会話	木 10:30~12:00	36,740円 22回
	英会話講師 Patrycja Asano		
2216	海外旅行で役立つ英会話	水 10:00~11:30	38,410円 23回
	英会話講師 Patrycja Asano		
2210	Experience English体験しよう英会話	月 13:00~15:00	35,070円 21回
	英会話講師 Patrycja Asano		
2207	日本人講師・英会話を始めよう	水 16:15~17:45	38,640円 23回
	英会話講師・通訳-WLCスクール主宰 名取 裕子		
2218	ゆっくりおしゃべり英会話	木 10:00~11:30	36,740円 22回
	英会話講師 Peter Van Dingenen		
2221	おもてなし&旅する英会話	木 18:00~19:15	38,640円 23回
	英会話講師・通訳-WLCスクール主宰 名取 裕子		
2205	みんなで楽しく英会話	木 19:15~20:30	36,740円 22回
	英会話講師 Peter Van Dingenen		
2200	Total English	月 9:30~10:30	36,520円 22回
	英会話講師 Ken Thornhill		
2211	やさしい日常英会話	木 14:00~15:30	34,860円 21回
	英会話講師 Noel Young		
2206	Speak Up!	火 18:00~20:00	45,540円 23回
	英会話講師 RYAN HAMILTON		

イタリア語・中国語・韓国語 (少人数制)			
2270	「Buongiorno!」からはじめる イタリア語(初級)	土 10:00~11:00	39,600円 18回
	Portale Italia Okayama所属 イタリア語講師 Alberto ELEMENTI		
2301	1日1時間で わかる!話せる!	初級	火 19:35~20:35 29,700円 18回
2302	中国語	中級	火 18:30~19:30 19,800円 12回
2300	中国語講師 李 晟(リ セイ)	2月回	木 12:30~13:30 19,800円 12回
2311	楽しい 韓国語会話	初級Ⅰ	第2・4 金 18:30~19:40 19,800円 12回
2310	韓国語講師 丁 オ林 (チョン チェリン)	第2・4 水 10:00~11:10	19,800円 12回
2304		初級Ⅰ~初級Ⅱ	第1・3 水 10:00~11:10 19,800円 12回
2306		初級Ⅱ	第2・4 土 16:30~17:40 19,800円 12回
2309		中級Ⅰ~中級Ⅱ	第1・3 水 11:20~12:30 19,800円 12回
2307		中級Ⅱ	第2・4 水 11:20~12:30 19,850円 12回
2308		中級Ⅲ	第1・3 土 16:30~17:40 18,150円 11回

教養・マナー・ライフスタイル			
2021	楽しい園芸	第1・3・5 木 10:00~12:00	21,450円 13回
	樹木医 国忠 征美		
2025	スケッチで知る岡山の植物	第3 木 10:00~12:00	9,900円 6回
2026	高知県立牧野植物園アドバイザー 夏井 典年	第4 土 10:00~12:00	
2125	聞か話すを身につけよう	体験会 10/15(木)	第3 木 19:00~20:30 10,560円 6回
2124	ビジネスから日常まで役立つ フー・MC・ラレー 高田 直美	体験会 10/17(土)	第3 土 10:00~11:30 10,560円 6回
2131	日常のマナー	第1・3 火 10:30~12:00	18,150円 11回
	全日本作法会 家督 安部 すみ子		
2141	着付けとそのマナー	第1・3 水 15:30~17:30	18,150円 11回
	京都きものコンパルティ協会 きもの数珠 戸田 恵子/対策 梓子		
2152	暮らしやすさが グッと上がる ルームスタイリスト 整理収納アドバイザー 日井 美波	体験会 10/2(金)	第3 金 13:30~15:00 10,560円 6回
2151	整理収納アドバイザー 日井 美波	第3 金 19:00~20:30	
3502	脳トレ!パソコン (3ヶ月コース)	火 16:00~17:30	16,500円 10回
	PCインストラクター 田辺 邦江		

囲碁・将棋・マージャン			
2501	囲碁教室	火 10:00~12:00	36,250円 21回
2503		金 10:00~12:00	39,550円 23回
2504		金 18:00~20:00	
2554	カクザン先生の 「レディース将棋講座」 (対象:高校生以上) (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 西村 幸	第4 土 13:00~15:00	9,900円 6回
2553	カクザン先生の「将棋入門コース」 (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 西村 幸	第2 土 13:00~15:00	9,900円 6回
2550	カクザン先生の 「将棋を楽しむ」 (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 西村 幸	第2・4 金 18:00~20:00	19,800円 12回
2551	カクザン先生の 「将棋を楽しむ」 (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 西村 幸	第2・4 土 15:30~17:30	19,800円 12回
2552	強くなる将棋中級リフレッシュ講座 (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 森島 卓	第2・4 土 18:00~20:00	19,800円 12回
2556	カクザン先生の 「将棋実践コース」 (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 西村 幸	第1 金 18:00~20:00	9,900円 6回
2555	カクザン先生の 「将棋を楽しむ」 (公社)日本将棋連盟公認棋道指導員 西村 幸	第3 金 18:00~20:00	19,800円 12回
2580	健康マージャン	第2・4 水 15:30~17:30	19,800円 12回
	(一社)岡山県健康マージャン協会	初級	第2・4 土 13:30~15:30 18,150円 11回
2581	健康マージャン	初級	第2・4 土 13:30~15:30 18,150円 11回
2582	健康マージャン	中級	第2・4 土 16:00~19:30 11回

文学・文芸			
2402	声に出して名作を読む(古今→新古今和歌集)	第2・4 月 13:30~15:30	20,280円 12回
	シニアスクール講師・元・高等学校国語教師 坂本 素子		
2420	たのしい! 俳句入門	第2・4 木 10:00~12:00	18,370円 11回
	「菜の花」同人・現代俳句協会会員 花房 典子		
2421	俳句	第2・4 火 9:30~12:00	18,370円 11回
	岡山県俳人協会会長 平松 良子		
2412	楽しい短歌(鑑賞と実作)	第3 火 13:30~15:30	10,080円 6回
	鹿短歌会会長・運営委員・現代歌人協会員 新路 福子		
2403	岡輝短歌の会	第4 土 10:00~12:00	10,020円 6回
	シニアスクール講師 元中・高等学校国語教師 坂本 素子		

写真			
2920	Instagramでみんなに見せよう 写真教室	第4 金 18:30~20:30	9,360円 4回
	スリ・デンアソシエーツ(株) 代表取締役 林田 悟		

美術

2653	夜の絵画教室	W	土 18:00~20:30	44,150円 23回
	自由に描いて自由になる絵画教室主宰 嶋田 恭子			
2652	自由に描く 絵画教室	第1・3 金	14:00~16:30	24,350円 11回
	自由に描いて自由になる絵画教室主宰 嶋田 恭子			
2631	油彩画	W	土 10:00~13:00	40,100円 22回
2632	行動美術協会会員 大平 和朗	W	土 13:30~16:30	
2621	油彩画を楽しむ	水	9:20~12:20	42,200円 24回
	画家 坂口 裕子			
2620	水彩画入門	第2・4 火	9:45~11:45	18,150円 11回
	白日会会員 日展会員 泉展招待 北川 直枝			
2647	超!簡単☺ お手軽水彩画	第2・4 木	13:30~15:30	18,150円 11回
	洋画家 福田 和代			
2646	デッサンから始める水彩画	第2・4 火	13:30~15:30	18,150円 11回
	洋画家 福田 和代			
2645	始めよう風景スケッチ(屋外講座)	第1・3 木	10:00~12:00	19,800円 12回
	洋画家 福田 和代			
2658	楽しく描く 静物画	第1・3・5 木	13:30~15:30	19,800円 12回
	洋画家 藤原 加奈子			
2657	楽しめる切り絵(入門)	体験会 10/13※	第2 火 13:00~14:30	9,900円 6回
	切り絵作家 田端 五郎			
2610	チョークアート	W	第4 土 10:30~12:30	9,900円 6回
	CAD日本チョークアーティスト協会 MC級認定講師, Aki-Art 向 彰子			
2655	心を贈る 絵手紙(入門)	体験会 10/5月	第1・3・5 月 10:00~12:00	18,150円 11回
	日本絵手紙紙協公認講師 中谷 典子			