



●継続する講座をご受講いただくには会員登録が必要です。入会金：大人3,300円、中学生以下1,650円。入会事務手数料：2,200円●1日講座：体験参加は会員登録不要です●ほとんどの講座が3ヵ月毎の更新制です●施設維持管理のため維持費として、継続講座1ヵ月660円、1日講座110円別途がかかります●受講者が少ない場合や講師の事情等により、開催日を延期、開講を中止する場合があります●見学：体験をされる場合は事前にご予約ください●入会日の変更やキャンセルは、ご入金前のご連絡ください●一部の写真にコロナ以前に撮影したものを使用しています●運動やダンスなどの講座は、傷害保険に加入します。対象講座は当スクールで決定し、対象講座の受講生は全員加入となります。保険料は講座内容によって異なります。保険会社：東京海上日動火災保険株式会社

1日講座 <入会金・事務手数料不要>

ざるにイラストを貼り付けよう！ 親子でつくる一閑張り

直径15cmのざるへ、お様が和紙に描いた作品を一閑張りの技法ではりつけます。親子で作った作品をお家に飾りませんか？

7/24(水)
13:30～16:00
受講料：3,300円
教材費：880円



講師 金刺 京子 一閑張り ひも遊び講師

本の世界を絵で表現しよう！ 読書感想画を描こう

本を読んで感じたことや印象的だった場面を想像しながら、本の中の世界を自由に表現しよう！
※事前に課題図書等を読んでからご参加ください。
※動物の絵でも参加頂けます

8/3(土)
15:30～18:00
受講料：4,950円
教材費：110円



講師 山城 道也 画家 二紀会 準会員

のびのび表現しよう！ 動物の絵を描こう

下絵から色付けまで、画用紙いっぱい迫力のある動物を描こう！
※読書感想画でも参加頂けます

8/8(木)
10:00～12:00
受講料：4,950円
教材費：110円



講師 持塚 三樹 画家 現代美術家

糖分控えて味わう、心と体に優しい ちょっぴり低糖質 スイーツ天国

人気の低糖質スイーツ講座。今回は親子でご参加いただけます！夏にピッタリの水ゼリー＆ちんすこう。水ゼリーはご自身で作り、ちんすこうは講師のデモンストレーション＆試食をしていただきます。大人のみのお受講も大歓迎！

8/6(火)
10:00～12:00
受講料：2,970円
教材費：1,650円
大人1名(中学生以上)・親1名小学生
お子様1名の組でも受講料は同じです。



講師 ひらばやし むつみ 栄養士 製菓衛生師

お手入れ簡単！水あげず不思議な鉢で ミニ盆栽&苔玉作り

清水区梅ヶ谷で焼かれた「水を吸い上げる不思議な鉢」清梅焼(きょうめ焼き)を使って、ミニ盆栽を作ってみましょう。一緒に可愛らしい苔玉も作ります！

※小学3年生以下は保護者同伴

7/28(日)
13:15～15:15
受講料：3,300円
教材費：4,455円



講師 深沢 和典 和景kazunori (深沢種苗園芸)

癒しの和の景色を手軽に楽しもう！ 苔テラリウム作り

ホソバオキナ苔やヒノキ苔など、4～5種類の苔を植え付けてみましょう！
初心者でも簡単にできあがります！

※小学3年生以下は保護者同伴

8/3(土)
13:15～15:15
受講料：3,300円
教材費：3,190円



カービングでつくる 素敵なフルーツ盛り合わせ

りんごやオレンジなどの身近な果物を、きれいに盛り付けてお誕生日などのイベントを盛り上げてみませんか♡カービングナイフを持つのがはじめての方にも楽しめる講座です。

7/27(土)
10:00～12:00
受講料：3,300円
教材費：1,320円



講師 大石 ひとみ カービング教室whistle主宰
TCA日本タイカービング協会認定講師

体内の毒素をすっきりデトックス アーユルヴェーダ式毒だし食事法

アーユルヴェーダによる毒だし食事法で体をスッキリ整えましょう。スーパーで手に入るスパイスや野菜で手軽にデトックスし体内の毒素をためない食事法で心身共に健康になりましょう！

①7/28(日) ②7/30(火)
10:00～12:00
受講料：3,850円
(教材費込)



講師 石原 みほ アーユルヴェーダ美人塾 代表

印象アップメイクで運氣もアップ！ メイクプライベートレッスン

お仕事やプライベートに、あなたの新たな魅力を引き出し、印象をアップさせ運氣を上げていく…そんなメイク法をメイクのスペシャリストである講師が人相学を基に伝授します。開運占い付き！

8/25(日)
13:00～16:30
(うち30分個人レッスン)
受講料：3,300円
教材費：550円



大好評！目のお悩み改善！ 視力向上ヨガ®

県内唯一の視力向上ヨガ認定講師が、近視・乱視老眼・ドライアイ・飛蚊症・眼精疲労などのお悩み改善のためのヨガを指導します。講座の最初と最後に視力検査を行いますので、その場で効果を実感していただけます！

8/19(月)
10:30～11:30
受講料：3,520円

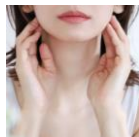


講師 Mai 視力向上ヨガ®認定講師

1万人以上施術してきたゴットハンド直伝！ 自分でできる リフトアップマッサージと旬顔メイク

乾燥によるむくみやたるみを解消し、小顔効果が目指せるセルフマッサージ講座！
講座後半は実際に旬のメイクをして、マッサージの効果を実感しましょう♪

9/8(日)
10:00～12:00
受講料：3,080円
教材費：770円

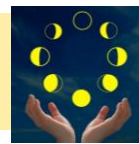


講師 北川 香子 日本エステティック協会認定
フェイシャルエスティシャン

可能性や運勢の流れを知って 人生のチャンスをつかもう！ 開運！四柱推命 個人鑑定30分

生年月日から運勢、才能、転機を読み解く四柱推命。あなたの運氣の流れを知ることで、気を高める行動を実践し自分の可能性を広げましょう。
1人30分の個人鑑定でお話します。

第2・4(日)
①15:20～15:50
②16:00～16:30
受講料：4,950円(1回30分)



講師 鈴木 良孝 運勢鑑定事務所
志堂 (bou sen) 代表

プライベートでも役立つ!

ビジネス コミュニケーション講座

コミュニケーションを円滑にするためには、互いに言い合える環境をつくるのが大切です。その実現のために重要な「コミュニケーション」のスキルと手法を講師がレクチャーします。



第1・3(火) 19:00~20:00 7/2スタート

受講料: 19,800円(3ヵ月全6回)
教材費: 1,320円(資料代)

長谷川 吉廣

(一財)生涯学習開発財団
認定プロフェッショナルコーチ

はじめての投資の学校

誰も教えてくれない大切な資産運用。自分に合った投資方法が見つかります。話題の「つみたてNISA」をわかり易く解説します!



①第2・4(火) 19:00~20:00 7/23スタート
②第2・4(水) 12:30~13:30 7/24スタート
受講料: 11,550円(3ヵ月全5回)

体験日: ①7/9(火) ②7/10(水) 体験料: 2,310円

渡邊 希史

ストラテジスト・気象データアナリスト

レベルにあわせたレッスンです! 週末のゴルフレッスン

全くの初心者から経験者まで、個々のレベルに合わせて丁寧に指導します。スコアアップしたい方にもおすすめです!



7/9スタート

(土) ①9:30~10:45 ②11:00~12:15
受講料: 22,000円(3ヵ月全10回: ボール100球/回込)
保険料: 200円(損害保険ジャパン)

数原 正直

JGTOツアープレーヤー

健康への知恵と力を伝授します 介護リハビリメント

実技講座

リンパには免疫と排せつの機能があり、うまく機能しないと浮腫などの障害や体調不良を引き起こします。リンパリハビリメントとツボ刺激で全身に働きかけ、体調を整えることができます。



第3(土) 13:00~15:00 7/20スタート

受講料: 8,250円(3ヵ月全3回)
教材費: 1,650円(3回分)

安藤 美子

日本美容食セラピスト協会認定講師

ジャストフィットの洋服作りに必要な 「パターン」を1から学ぶ!

洋裁パターン 基礎講座

洋裁パターンの制作や描き方の基礎を学ぶ、座学中心の講座。正しい製図手法を学ぶことで、ぴったりの洋服を作ることができるようになりますよ!



第2(火) 10:00~12:00 7/9スタート

受講料: 9,900円(3ヵ月3回)
教材費: 330円(3ヵ月)

三輪 りき江

国家洋裁一級技術士指導員

エンジェルバレエ

【幼児~小学校低学年】

クラシックの基本をベースに、ジャズやモダンなど取り入れながら楽しくレッスンしていきます♪



事前体験会: 7/14(日)
体験料: 1,980円

第2・4(日) 13:00~13:50 7/28スタート

◆小学校中学年~クラス 14:00~15:00 好評開講中!
受講料: 9,900円(3ヵ月6回分)
傷害保険料: 90円(3ヵ月)

富田 志保

富田バレエ・アーツスタジオ

新しい趣味始めませんか? ピアノ・フルート個人レッスン 【30分個人レッスン】

個々のレベルに合わせて、優しく丁寧に指導します。基礎のマスターや好きな曲の練習など、講師と相談しながらレッスン内容を決められます♪



第2・4(水) 14:10~16:40 7月スタート

【うち30分個人レッスン】
受講料: 17,160円(3ヵ月6回分)

原 佳乃

ピアノ・フルート講師

ほっこりする優しい音色が魅力 楽しいオカリナ【入門】

素朴で温もりのある音色が魅力のオカリナ。音の出し方、息つぎの仕方など、まずは童謡などの簡単な曲を通して基本から学びます。



第2・4(水) 13:00~14:00

◆中級クラス 11:00~12:00 好評開講中!
受講料: 13,860円(3ヵ月6回分) 教材費: 楽譜代実費

体験日: 7/10・24 8/21・28(水)
体験料: 2,640円

原 佳乃

オカリナ講師

女性らしい身体を作り柔軟性を高める バレエストレッチ

自分の筋肉の動きを意識しながら行う運動は、しなやかな女性らしい筋肉を作り、姿勢の矯正やヒップアップにも効果的。運動不足を解消したい方にもお勧めです。



①第1・3(木) 10:00~11:00

②第2・4(日) 15:10~16:10

受講料: 11,220円(3ヵ月6回分) 傷害保険料: 90円(3ヵ月)

体験日: ①7/18(木) ②7/28(日) 体験料: 2,200円

富田 志保

富田バレエ・アーツスタジオ

より健康な身体作りを らくらくヨガ

体力に自信のない方や中高年の方にも出来る優しいヨガポーズを中心に、時にはゴムバンドを使い無理なく運動します。身体をよくほぐしていき、筋力アップも期待できます。



(月) 13:30~14:40

受講料: 18,150円(3ヵ月11回分) 傷害保険料: 90円(3ヵ月)

体験日: 7/1・8・15・22・29(月)
体験料: 1,980円

健精楽(けせら)せらヨガ認定指導員

1週間の疲れをリセットしよう ヒーリングセラピーヨガ

クールダウンするヒーリング系のヨガ。身体をほぐし、歪みを整えながら、「心も体もスッキリ、ゆっくりと自然治癒力を高めます。身体の硬い方や、初心者の方にもお勧めの基本的ヨガです。



第1・3(金) 19:00~20:30

受講料: 13,200円(3ヵ月6回分) 傷害保険料: 90円(3ヵ月)

体験日: 7/5・19 8/2・16(金)
体験料: 2,530円

成田 奈緒子

健精楽せらヨガ認定指導員

疲れた身体を蘇らせる時間 ゆったり瞑想ヨガ

週末にゆったりと自分の身体に向き合い、凝りを解消しましょう。肩や首筋を中心に体をほぐしていきます。身体の硬い方も無理のない内容で安心。リラクスタイムの瞑想も取り入れています。



第2・4(土) 10:10~11:40

受講料: 13,200円(3ヵ月6回分) 傷害保険料: 90円(3ヵ月)

体験日: 7/13・27 8/24・31(土)
体験料: 2,530円

成田 奈緒子

健精楽せらヨガ認定指導員

健康な「気」の流れを手にいれよう 楽しい気功で活力アップ

腹式呼吸などの実技を通して、気のパワーアップ法を実践してみませんか?



気功を応用した
フットリンパマッサージ
体験会: 7/18・8/1(木)
体験料: 2,530円

第1・3(木) 13:00~15:00

受講料: 13,200円(3ヵ月6回分) 傷害保険料: 90円(3ヵ月)

高部 守弘

気功超力研究会指導員・足指こすり講師

心も整う朝の書道 書道(毛筆・実用ペン字・筆ペン)

朝9:30からフリータイム制でご受講いただける書道です。ベテラン講師が、実用から作品づくりまで丁寧に指導します。毎週、または月2回のコースが選べます。



①毎週または②2回(水)

9:30~12:00(うち60~90分フリータイム)

受講料: ①18,150円(3ヵ月11回分) ②10,560円(3ヵ月6回分)
教材費: ①1,320円(3ヵ月) ②990円(3ヵ月) 書誌代別

体験日: 7/10・17・24(水) 体験料: 2,200円

宮地 柊石

静岡県書道連盟総務
中部支局相談役 島田市書道連盟顧問

沖縄の風を感じる 沖縄三線

琉球サウンドの主要な音源を担っている「三線」を、県下第1号の指導者である赤地先生が初歩から優しく指導します。



第4(土) 18:00~20:00

受講料: 10,560円(3ヵ月3回分) ※楽器レンタル可550円/回
教材費: 330円(資料代/3ヵ月) (体験時楽器レンタル無料)

体験日: 7/27・8/24(土) 体験料: 3,850円

赤地 貞子

琉球民謡協会認定師範・認定教師